

研究報告
(研究プロジェクト)

メダリストへの軌跡

—岡村輝—

岡 村 輝 一

【経歴】

- 1967年3月 清風学園高等学校卒業
- 1967年4月 日本体育大学体育学部入学
- 1971年3月 日本体育大学体育学部卒業
- 1973年1月 渡仏 (ANTIBES) 体操クラブ (GYMNASTIQUE・ANTIBES・JUAN・LES-PINS) コーチ
- 1974年1月 フランスナショナルコーチ併任
- 1979年4月 仙台大学体育学部講師
- 1986年10月 仙台大学体育学部助教授
- 2001年4月 仙台大学体育学部教授
- 2011年3月 仙台大学 退職

【競技歴】

- 1970年 全日本学生体操競技選手権大会 団体総合1位, 個人総合1位
- 1970年 ユニバーシアード・トリノ大会 団体総合1位・個人総合1位
- 1972年 オリンピック・ミュンヘン大会 団体総合1位・個人総合11位
- 1973年 全仏体操競技選手権大会 個人総合1位
- 1974年 全仏体操競技選手権大会 個人総合1位
- 1978年 ストラスブール世界選手権大会 団体総合1位
- 1978年 バンコック・アジア大会 団体総合2位
- 1979年 フォートワース世界選手権大会 団体総合2位
- 1979年 国際選抜体操競技選手権大会 種目別つり輪1位

1. 競技との出会い

昭和23年5月27日、大阪は生野区で産声を発した。戦後間もない頃だったので、良いものを食べていなかったせいもあるし、また、品良く、食欲のない子で、トリガラのようにガリガリに痩せていたそうである。そのうち、この子は死ぬんじゃないかと言われるほど貧弱であった。そんな子が

どうして、オリンピックに出場し、金メダルを獲得するほどに逞しく元気に育ったのか、ちょっと気になる話である。

大阪天王寺小学校1年生か2年生の頃、とても不思議なものを見た。それは校舎の隅で、5・6年生の上級生達が、足を上にして立っている光景である。しかもとても長い間立っていたのである。それは子供心にとっても大きな衝撃を与えた。“僕

にも出来るかな”と思った。しかし、その場ですぐのためす勇氣も自信もない気の小さな少年である。学校が終わると飛んで家に帰り、誰もいないのを確かめてから布団の上で逆立ちの特訓である。しかしガッカリした。何度も繰り返し試みたが、ついにそれは出来なかった。(でも、そこであきらめないしつこい子)

それからというものは、明けても暮れても逆立ち・逆立ち、また逆立ちである。

ある日、人目を避けて特訓した成果がついに現れたのである。その日も、やはり人気のない学校の帰り道のことであった。周りを見渡し、誰もいないことを確かめてから、そーっと道に手を着き、それを試みた。感激！出来た 出来た！本当に出来たのである。そして2・3歩歩いた瞬間、背負っていたランドセルから教科書・筆箱がガラガラ・ドサドサ。

何度も何度も繰り返し、あきらめないで根気よくやった成果が出たということ、子供なりに体で感じ取っていたのかもしれない。

学校帰りの出来事以来、ますます逆立ちが上達し、それまで人に隠れてやっていたのが、人前でも平気で出来るようになった。休み時間になると運動場に出て、わざわざ人目のつく所を探して逆立ちをして見せた。そして、上級生にも出来ない難しい運動まで平気でこなせるようになった。

自分の力であることを成しとげたとき、それがどんなに小さなことであっても、それが他の者より優れていると自覚したとき、自信が湧いてくるものである。

小学校時の上級生達の逆立を見た時の衝撃が引き金となり、体操らしきものに興味を示した。大阪天王寺中学校時の担任の薦めで、体操の名門大阪清風学園高等学校に進学し、本当の体操に出会った。そして高校3年間の体操で夢が大きく膨らみ、その夢を実現させるために日本体育大学へ進学した。

監物、塚原といった超一流選手達が大勢いる体育館での練習は毎日が刺激的で、未熟な私をぐん

ぐんと成長させてくれた。そして卒業して2年目に念願のオリンピック。

体操らしきものに興味を示してから16年。一つのことをやり遂げるのに、こんなにも時間がかかり数多くの障害と出会った。そしてそれを乗り越えたご褒美に「自信」や「勇氣」そして「忍耐力」といった宝物をもらった。ご褒美としていただいたこれらの宝物は、生涯の道連れとして私を励まし見守ってくれることであろう。

2. 日体大での思い出

清風高校の2年生の時の新人戦が体操競技を志してから最初の試合であった。ゆか運動を板の間でやったのを覚えている。首根っこの骨や腰骨がゴツンゴツンと板の間とぶつかり青たんだらけになった。そんなことは当時当たり前の事であり、それよりも試合に出場しているということがとても楽しくて、嬉しくて仕方なかった。

その年の夏のインターハイは運よくレギュラーに選ばれ出場した。3年生のインターハイでは清風のNo.1で出場し、個人総合で4位に入賞した。秋に行われた国体でも個人で4位になり、それまで何となく大学に行って体操がしたいという思いがより一層強くなった。

そんな思いが伝わったのだろうか、当時の監督の田中武彦先生の力添えで日体大に進学できた。

入学した当時の新入部員は男女合わせて150名。インターハイで私の上位にいた3選手(田中四郎、千田太一、河野泰治)も入学した。

初めて体育館を覗いたとき、上級生の練習のすごさに圧倒された。とてもじゃないがレギュラーなんて無理だろうと思った。しかも春の部員数は550人。少しずつ減っては行くが器具の絶対数が足りない。レギュラーだけは1種目を独占して練習できる。他の部員はレギュラーが使っていない種目に分かれて練習。あん馬の練習を1回終え、グラウンド1周して帰っても、2回目の順番はまだまわってこない。長蛇の列に並びなおす。割り当

てられた練習時間だけでは納得のいく練習はできない。自分で練習時間を見つけ出さなければ、とてもじゃないが強くはなれない。幸い大学は、高校と違って空きコマがあり、そのすべてを練習時間にあてた。時には強引に空きコマをつくって練習時間を確保したこともあり、誰よりもたくさん練習を重ねた。その頃は1日6時間から7時間、必ず体育館で練習をした。

そんな練習の積み重ねが実を結び、学内新人戦ではインターハイで私の上にいる3選手にも勝って1位。秋の全日本選手権を控えた試技会でも1年生ではトップの10位。順レギュラーとなり強化合宿にも参加するようになった。正式にレギュラーになった2年生のインカレでは個人総合で7位。3年生で4位。表彰式では監物、塚原両先輩と一緒に並べるとというのが、謙そんでなくとても誇りであった。こんなスゴイ選手の中にいるのだから自分もスゴイのかもしれないと思ったりもした。そしてついに4年生のインカレで学生チャンピオンになった。同時にイタリアのトリノで行われたユニバーシアードでも個人総合優勝。初めて経験する国際大会であった。

この頃は、自分でもびっくりするくらい順調で、エスカレーターのように上昇しっぱなし。絵にかいたような順風満帆。エスカレーターと言うよりまっすぐ上がるエレベーターのようであった。

はっきり言って、体操的素質はなかった。おまけに体操を本格的に始めたのは高校に入ってからであり、中学時代にやっておかなければならない柔軟性を高める運動や、空中感覚・ひねり感覚などを養う基礎トレーニングや基本運動が全くできていなかった。だけど、時間をかけてコツコツと粘り強く努力できる力があった。粘り強く努力ができる力も素質の一つなのかな。両親に感謝したい。

入学してしばらくした頃、竹本正男先生から訓話をいただいたことがある。「一技千本」という言葉である。「どんなに不器用なものでも、同じことを千回繰り返せば、人並み以上になる」と言

うお話であった。まさに不器用な私にぴったりの言葉であり、選手時代は勿論のことであるが、選手を終えて指導者になった現在でも「一技千本」は私の座右の銘である。

3. ミュンヘン・オリンピックでの金メダル獲得

大学4年生の全日本インカレで個人総合優勝を果たし、同時にイタリア・トリノで行われたユニバーシアードにおいても個人総合で金メダルを獲得した。このことが大きな自信となり、次第に欲が出てくるようになった。

日体大卒業後、竹本正男先生や他の先生方の勧めもあり、和歌山県が本拠地の紀陽銀行に就職させてもらった。当初は、その年に開催される和歌山国体の強化のための就職であったが、国体終了後も銀行側の理解により在籍を継続させてもらった。

社会人1年目、ミュンヘン・オリンピックの第1次予選を兼ねて行われた全日本選手権大会でいきなり個人総合3位となった。翌年の2次予選でも4位という好成績で、最終予選では多少失敗が出たものの6位で代表に選ばれた。体操をやってきて、それまでで一番うれしい一瞬であった。

競技が終了し、代表者名が呼ばれたとき、“これでオリンピックの金メダルがもらえる”と思った。当時の日本男子体操はそんな冗談が飛び出すくらい最強であった。

ミュンヘン・オリンピックでは中山彰規、加藤澤男、監物永三、塚原光男、笠松茂、岡村輝一のメンバーで金5、銀5、銅6のメダルをかっさらってしまった。

ここまでの話だと、順風満帆でオリンピックまで登りつめたと思われがちであるが、決してそうではなかった。オリンピック代表に選ばれるというのはそう簡単なものではない。まして自他ともに認める不器用な選手が、金メダルが確実といわれるチームの一員になるということは、3億円の宝くじが当たるより難しいことである。しかし、

現実にその不器用な選手がオリンピックに行き、そして金メダルを獲得してきた。

さー、どんな戦術で、どんな作戦を立ててオリンピックの代表の座を射止めたのか。

岡村選手は、彼自身の運動能力をよく知っていた。彼の上にいる選手たち、要するに彼よりも上位にいる選手たちに比べ、大変不器用な選手で、他の選手が3回でできることも、彼にさせれば20回、30回繰り返さないとモノにならないという、それほど不器用な選手であった。だから、今でいうF難度とかG難度といった難しい技を持つ選手ではなかった。失敗しないで演技したとしてもせいぜい9.30～9.40点くらいの得点である。上位クラスの選手になると9.60～9.80点を獲得できる内容を持っていた。もし、そういう選手たちがパーフェクトに演技したなら、たちどころに大きな差をつけられて、6位入賞なんて夢のまた夢になってしまう。しかし、神様は、彼の現役中はずーっと味方になってくれた。9.60～9.80点をとる選手の演技内容は、F難度とかG難度といった難しい技をふんだんに取り入れている。だから、失敗をする確率、危険性が非常に高いわけである。これがまた大事な場面になればなるほど、過度の緊張によりよく失敗するのである。

岡村自身も9.60～9.80点をとるために、F難度とかG難度といった技を手掛けようと思ったこともあったが、彼の能力からして、それはまず無理だということを判断した。もし仮にそれを手掛けたとしても、他人の5倍くらいの練習量が必要で、それをするには、彼にとってあまりにも時間がなさすぎたのである。

そういう訳で、彼の上位にいる選手たちに勝つための作戦として、F難度、G難度といった難しい技を習得するために必要な時間を、絶対失敗しないための練習時間に充てることにした。

そんな作戦で、そういう練習を半年、1年と続けてみた。だから、当時彼は、自分の演技について、一つの技や一連の連続運動を頭に浮かべるだけで、ほとんど確実に失敗することなく行うこと

ができた。それくらい完全に自信をもっていた。

岡村は、自らその作戦を立て、それを見事に成功させ、ミュンヘン・オリンピック一次予選となる全日本選手権大会において3位、二次予選では4位、そして最終予選となる日本代表決定競技会では6位となり、とうとうオリンピック日本代表の座を獲得したのである。そして当時、国内外からも史上最強のチームと絶賛されたチームの一員として、西ドイツ・ミュンヘンに乗り込み、あらゆる強豪を退け、オリンピック金メダル獲得という、スポーツ界最高峰の頂点を極めたのである。

4. その後の人生

ミュンヘン・オリンピックで一緒だった先輩たちが、英語やドイツ語を使いこなし外国選手たちとフランクにおしゃべりしているのを見て、少し劣等感を抱いていた。自分も語学を身につけて外国の選手たちと会話ができればいいなと思っていた。そんなときに、フランスに滞在中の笹田茂和氏から、選手兼コーチで来ないかという誘いがあり、絶好の機会と思いフランスに渡った。

笹田氏は小学校からの友人で、清風高校、日体大と共に歩んできた仲である。現在活躍中の笹田夏実選手のお父さんである。

フランスは2年間の滞在で、午前中は、私の住居地アンチーブ (Antibes) という町から約30Km離れたニース大学においてフランス語の勉強、午後は体操クラブ (GYMNASTIQUE・ANTIBES・JUAN・LES-PINS) でコーチ、その後自分の練習といった一日のサイクルであった。コーチとしては、カミカゼというあだ名がついたナショナル選手を育てたりした。このあだ名が日本人コーチのせいにつけられたのかどうかは分からない。とにかく荒削りな選手であった。選手としては、1973・1974年の全仏大会で個人総合優勝し日本の体操の強さを見せつけた。

2年間のブランクがあって帰国したときは、もうすぐ27という歳になっていた。覚悟はしてい

たが技の進歩は速い。第一線で活躍も半ばあきらめていたが、その年（1975年）の全日本選手権大会で個人総合9位の成績。行けそうだという感触をつかんだ。翌年の1976年の全日本選手権では4位、1977年が5位ということで復帰できたが、モンテリオール・オリンピック代表の座はわずかな差で逃してしまった。フランスに行っていなかったらもう一度オリンピックに出られたかもしれない。脂の乗っていた時期だったし……。しかし後悔はなかった。外国の友人が多くでき、国際的な感覚も何かしら身につけることができた。何よりも積極的になった。周囲は愉快でヒョウキンだと言ったりするが、もともとは引込み思案である。もしそんな風に見えるのであれば、それは体操と海外生活で得た“自信”という財産のせいだと思っている。

1978年のストラスブール（フランス）の世界選手権大会、バンコク（タイ）アジア大会そして、1979年のフォートワース（アメリカ）の世界選手権大会の日本代表に選ばれ、1980年のモスクワ・オリンピック代表決定競技会まで第一線で競技を続けることができた。

1978年のストラスブール世界選手権大会が終わり、年齢的にもそろそろ選手も終わりかなーと感じ出したころ、恩師の阿部和雄先生から、仙台大学就職のお話をいただいた。最初は、親せきも知人もいない仙台に行くことに戸惑いを感じていたが、妻の育代が「行ってもいいよ」と背中を押してくれたことで決心がつき、翌年の1979年4月から仙台に移り住むこととなった。

着任したばかりの仙台大学体操競技部の競技力は、男子は全日本学生選手権大会で2部校の10位あたり。選手は全国から集まってくるが、ほとんどの学生が県レベルで、全国大会経験者は皆無であった。

10年かけて2部校優勝を目標に、じっくり時間をかけて強化を始めた。当時は体操専用の体育館が無く、1つの体育館で5つの運動部が割当練習をしていた。月、水、金は放課後4時から7時

まで、器具の出し入れを含めて3時間の練習。火、木、土、日曜日は他の運動部の練習後の割り当てだったので何時間でも練習ができた。おそらく平均7時間はやったと思う。選手たちも新米監督に必死についてきてくれた。その結果、目標を大きく短縮し5年目で2部校優勝を果たした。

その後も1部校として上位入賞を果たすなど大活躍したおかげで、着任して10年目に、当時としては日本1の体操専用の体育館を建ててもらった。

現在では、全日本選手権大会出場は勿論のこと世界選手権大会等に出場し活躍する選手も育てている。

1979年4月から2011年の3月までまる32年間、仙台大学での職務を全うし、定年を迎え退職した。

退職後は、妻が教諭として勤務している、仙台市内にある常盤木学園高等学校体操部コーチとして週6日生徒たちの指導をさせてもらい充実した生活を送っている。

思えば、大阪天王寺中学校の担任豊田東一先生の勧めで清風高校に進学し本当の体操と出会い、清風高校体操部監督田中武彦先生のお力添えで日体大に進学したことで、竹本正男先生、阿部和雄先生、松田治廣先生、その他多くの先生方、先輩そして友人達と出会うことができた。そのことが未熟で不器用な私の競技力を急激に国際レベルまで引き上げ、オリンピック、世界選手権大会、アジア大会、ユニバーシアード等の国際大会に出場し活躍させてくれた。

また、選手生活が終わりに近づいた頃、阿部和雄先生のお力添えで仙台大学に就職することができ、やりがいのある日々を過ごすことができた。

体操競技との出会い、多くの先生方、先輩方、友人達との出会いに感謝したい。

5. 後輩に一言

竹本正男先生からいただいた訓話“一技千本”は「どんなに不器用なものでも、同じことを千回

繰り返せば、人並み以上になる。」そして、やがては日本を代表するような選手になるというとても奥の深い言葉であり、要するに人よりもたくさん練習をきなさいという励ましの言葉である。天才と言われるような、能力がずば抜けている者にはあまり当てはまらないが、しかし、天才というものはあまりその辺にゴロゴロいるわけではなく、1,000人に1人、いや10,000人に1人いるかいないかである。

オリンピック選手を14人も輩出した大阪清風高校の体操部元監督の山口彦則先生がこんな講演をしている。「オリンピックには“天才”でも“努力”でも行ける。」というテーマであった。「清風高校から今までにオリンピック選手が14人出ました。14人の中で一番偉かったのは誰かと言うとやっぱり一番最初にオリンピックに行った監物先生でしょうね。なぜ監物先生が一番偉いのかというと一番最初だったから。だけど監物先生は清風でなくてもオリンピックに行ったと思う。ある意味で天才だった。その次に偉いと思ったのが岡村です。高校時代の岡村を見ていて、彼がオリンピックに出るような選手に育つとはとても思えなかった。日体大でレギュラーにもなれないに違いないと思っていました。なぜなら、岡村はインターハイ4位。その時の上位3人も日体大に入ったのです。当時日体大の部員数は550人。日体大のレギュラーは6人。各学年の1番か2番でないといと6人の中に入れない。4番は絶対入らない。それが2年生のときにレギュラーに入った。そして、卒業してからミュンヘン・オリンピックに出た。岡村がオリンピックに出た。そのへんのところから、自分は、体操というのは2つのパターンでオリンピックに行けると思うようになった。一つは天才。監物先生ですね。もう一つは努力。岡村です。オリンピックには、天才でも行ける、努力でも行ける。この二つでオリンピックに行けるのだから、おまえはこの二つのどれで行くんだ。という、能力のある子は、よし、僕は7対3で、7は努力で、3は能力とか言いながら、人間というのはやれば

行けるんだなと言う自信を持つようになる。」という内容であった。

また、1968メキシコ・オリンピックと1972ミュンヘン・オリンピックの2大会で個人総合優勝を果たした加藤澤男氏は現役時代に、こんなことを言っていた。「技に10回挑戦して8回成功すれば、試合でまず失敗することはない。たまたま成功したとき、それが己の実力だと思いをする選手がいる。」まさにそのとおりである。自分の能力を知らなければ、どれくらい努力をしなければならないかもわからない。努力6、能力4で練習すればよいのか、或いは努力9、能力1の割合で頑張らなければならないのか、自分の能力を把握していなければトレーニング計画も立てることができない。

現在スランプに陥っているせいで、競技成績が伸びないと思いきみ悩んでいるあなた。そう、君のことだよ。それはスランプでなく、自分の能力を過信しているせいかもしれないよ！

“一技千本” やってみる価値があるかも。

