

研究報告  
(研究プロジェクト)

メダリストへの軌跡  
—山本洋祐—

山 本 洋 祐 (柔道研究室)

【経歴】

- 1972 年 4 月 熊本県飽託郡天明町立店名中学校入学
- 1975 年 4 月 熊本県立宇土高校入学
- 1978 年 4 月 日本体育大学体育学部武道学科入学
- 1982 年 4 月 日本体育大学特別助手
- 1985 年 4 月 山梨県立日川高校教員
- 1987 年 4 月 日本体育大学期限付き助手
- 1990 年 4 月 日本体育大学女子短期大学助手
- 1992 年 4 月 日本体育大学女子短期大学専任講師
- 1995 年 4 月 日本体育大学専任講師
- 2001 年 4 月 日本体育大学助教授 (2007 年より准教授)
- 2013 年 4 月 日本体育大学教授

【競技歴】

- 1984 年 アジア柔道選手権大会 (クウェート) 柔道 (65kg以下級) 優勝
- 1984 年 ワールドカップ柔道大会 (オーストリア) 柔道 (65kg以下級) 優勝
- 1987 年 世界柔道選手権大会 (エッセン) 柔道 (65kg以下級) 優勝
- 1988 年 ソウルオリンピック (ソウル) 柔道 (65kg以下級) 3 位
- 1990 年 グットウィルズゲームス (シアトル) 柔道 (65kg以下級) 3 位

1. 競技との出会い

①努力の在り方

私は 10 歳の時に柔道と出会い、柔道人生が始まった。小学 5 年, 6 年生の時は兄が通っていた天明中学で週 2 回稽古を行う程度であった。中学生になると充実した稽古を行い、本格的に柔道の基礎を学ぶ事が出来た。当時の天明中学は、荒木節夫先生が全国レベルの実力にまで引き上げており、熊本を制することは全国を制するとまで言われていた。日々厳しい稽古が展開され、1 年間で

1 日しか休みがなかった。中学時代の部訓「鉄心不動」を柱に、部員達は中学校の稽古が終わって帰宅してからも自主トレーニングをかかすことなく、誰も見てないところで努力することこそが最高の努力という信念を実践していた。しかし当時の熊本には競合がひしめき合っており、藤園中学 (山下泰裕選手), 九州学院中学が全盛期の時代で、荒木先生が天明中学校に在職中の 9 年間、全国大会には 1 度だけ出場して準優勝しているが、なかなか越えられない壁であった。

②自主性を養った高校時代

高校時代は中林厚生先生（日体大昭和35年卒）に指導を受けた。現在問題になっているパワハラ指導、体罰があって当然の時代であったが、指導者の圧力ややらされる稽古は全くなかった。キャプテンが稽古計画を立て、先生と相談して1日の稽古内容が決まっていた。稽古の目標や課題を明確にし、合理的に稽古を行ってきたことによって、自主性が養われた。こうした活動の成果からか国体優勝、全日本ジュニア2位という成績が残せて、全日本ジュニア強化選手に選考された。またモントリオールオリンピックで活躍する選手を見て、オリンピック出場への思いが強くなった。恩師が日体大卒であったこと、体育指導者になりたかったことから日体大への進学を決めた。

## 2. 日体大の思い出（選手生活の思い出）

大学1年生では全日本ジュニア選手権大会優勝、2年生で全日本学生体重別選手権大会優勝という順調な滑り出しであった。しかし世界学生柔道選手権大会で左肘を脱臼し、得意技であった背負い投げをかけることができなくなり、1年間は実績を残すことが出来なかった。4年生になるまでに色んな技を稽古した成果もあり、再び全日本学生体重別選手権大会で優勝することができた。ただ肘の不安定感はなかなか回復せず、背負い投げをかけられない状況は続き、とても苦心した。世界学生において、学生そして日本人の代表として畳に上がっているという思いから関節技を決められても参ったしなかったが、後悔は残った。学生生活では先輩、同級生、後輩に恵まれ最高の思い出ができた。

卒業後は2年後のロサンゼルスオリンピック出場を目指すべく、特別研究員として日体大に残り活動した。しかしそのロサンゼルスオリンピックは、残念ながら選考会で負けてしまい補欠であった。選手変更が行える日まで全て合宿に参加し、最後は「ご苦労様」の一言で終わる。そして1番手はオリンピックの檜舞台へ、2番手は4年後の

オリンピックへと目標を変えていかなければならない勝負の厳しさを目の当たりにした。2年間の特別研究員が終了し、稽古環境の条件を満たす就職先を探すも当時はなかなかなく、警視庁等を考えたが運良く山梨の国体選手の話をいただき教員採用試験を受験した。山梨県立日川高校教員として月、火曜日には体育、保健体育の授業を6時間、水曜日は東海大学で非常勤講師として授業を行い授業終了後は稽古に参加。木、金、土曜日は、日体大で稽古を行う日々を2年間送った。

## 3. オリンピックでのメダル獲得

再度、大学から期限付き助手の話をいただき、2年後に控えたソウルオリンピックに向け稽古に集中する事ができた。そして27歳で迎えた世界柔道選手権大会で優勝することができ、オリンピック出場に1歩前進した。28歳の時の講道館杯全日本体重別選手権大会、全日本選抜体重別選手権大会で3連覇し、ソウルオリンピックの出場権を獲得した。代表が6月に決定し、9月の試合までの3か月は1週間おきの強化合宿、1日6時間の稽古をこなす地獄の日々を送った。現在のようには合理的な稽古ではなく、熱い時は熱い場所で行い、水分補給は出来なかった。しかし怪我、体調不良等で休むこともなく、すべて合宿を乗り切ることが出来た。この世界一の稽古量を積んできたおかげで、反日感情をむき出しにしてくる観客、柔道着コントロール場での対応、観客席での日本人応援団への制限等、ソウルオリンピック独特の経験したことのない異常な環境を乗り切ることが出来た。結果は、準決勝で試合を優位に進めながら逆転の一本負けであった。当時、日本柔道の目標は金メダル獲得であり、金以外はメダルではないと言われていた。自分自身も金メダル獲得を目標にしていた為失意のどん底であり、3位決定戦はどうでもよいと考えていた。気持ちが高まらないまま試合場に向かったが、途中で、エッサッサの声が観客席から聞こえてきた。応援に来てくれ

ている人がいるのに、最後まで試合をあきらめてはいけないという気持ちが湧いてき、銅メダルを獲得できた。金メダルは獲得出来なかったが、銅メダルは応援してくれる人への感謝の気持ちでとれたメダルである。

10歳から柔道を始め、中学時代に目標を達成するための努力の在り方、高校時代では自主性の大切さ、そうした強くなるための基礎を学んだ。そして大学生、社会人は世界との戦いの場であった。柔道を本格的に始めてから18年後にたどり着いたソウルオリンピックで、金メダルは獲得出来なかったが、銅メダルの「銅」は金と同じと書く。応援してくれた人々のお陰で獲得出来たメダルであり、私にとっては価値あるものである。自分の人生にとって大きな、貴重な宝物としてこれからも大事にしていきたい。

オリンピックが終わり現役を継続するか引退するかで迷ったが、再度世界チャンピオンになった事、現役として活動できる時期も短い為、やれるときにやっておきたいという気持ちが強く現役を続行した。その決断が自分の人生の中で最も辛い時代へとつながっていった。

世界選手権の第1次選考会である講道館杯全日本体重別選手権大会が4月に開催された。その大会7日前、投げ足が左足首に当たり舟状骨を骨折、全治5週間の怪我を負った。6月に開催される2次選考会の全日本選抜体重別選手権大会に照準をあわせ稽古、減量を行ってきたが大会3日前にぎっくり腰になった。舟状骨骨折によって体のバランスが悪くなったことが原因である。立つことさえできない状況ではあったが、痛み止めの硬膜外ブロック注射を打ち、決戦の地である福岡に向かった。現地入りしてからも冷したり、痛み止めの薬を飲み、安静にして試合に挑んだ。何とか決勝まで行くことができ、世界選手権の代表に選出された。世界選手権は10月にユーゴスラヴィアで開催された。代表選出後の強化合宿はオリンピックの時と同じように地獄の日々であった。なかなか調子も上がらず、不安を抱えた状態で試合

を迎えた。案の定、結果はモンゴルの選手に一本負けであった。帰国後3か月は敗北感に苛まれ、胃の痛みに耐え続けた。人前に出たくなかったが、同大会で古賀稔彦選手が優勝した為祝勝会、帰国報告会が開催された。古賀選手は祝勝会、私は帰国報告会であり、同じ会場で称賛と激励が交差し、何ともやるせない気持ちであった。

引退、継続するか考えている時にグッドウィルゲームス出場の話をしていただいた。グッドウィルゲームスは、モスクワオリンピックに西側諸国がボイコットし、4年後のロサンゼルスオリンピックに東側諸国がボイコットした為、真の世界一を決定するために出来た大会である。1階級で8名しか出る事ができない大会であり、現在行われているワールドマスターズと同じレベルの大会であった。この大会を引退試合に決め大会に挑んだが、結果は3位であった。中学時代から本格的に柔道をはじめ、30歳まで勝負にこだわった20年間の競技人生がここで終了した。

#### 4. その後の人生

現役引退後は母校である日体大の監督と、全日本柔道連盟強化男子ジュニアコーチ（1期4年1993-1996）、女子コーチ（1期4年1996-2000、シドニーオリンピック48kg級 田村亮子担当）、男子コーチ（2期8年2000-2008、アテネオリンピック60、66kg級 野村忠宏、内柴正人、北京オリンピック60、66kg級 平岡拓晃、内柴正人担当）男子強化副委員長（1期4年2012-2016 リオデジャネイロオリンピックチームリーダー）を務めさせていただいた。大学においては、全日本学生柔道体重別団体優勝大会で3位が6回、優勝1回、全日本学生柔道優勝大会3位が3回、女子は、全日本学生女子柔道優勝大会優勝2回、準優勝1回、全日本女子柔道選手権大会優勝2回、世界柔道選手権大会出場4名、全日本学生体重別選手権大会（1993 - 2017）の成績を取めた。33歳から1人で大学とナショナルチームを指導する事は激務で



はあったが、多くの指導者やトップ選手と時間を共有することで、多種多様なコーチングを学ぶ事ができ、貴重な経験となった。笹渕五夫先生、池田敬子先生、中嶋寛之先生、先輩、同級生、後輩、教え子、家族に支えられて、指導者として人生を歩めていることに幸せを感じている。65歳まで残り7年、大学、柔道部の発展に尽力していきたい。

## 5. 後輩に一言

リオデジャネイロオリンピックのJOCのスローガンは、「人間力なくして競技力向上は、無し」でした。出場した選手のコメントの中に感謝の言葉が多く聞こえてきました。うまくいったら人に感謝し、うまくいかなかったら自分の責任であるという考えが浸透していると感じました。全てのスポーツに人間力を高める教育があり、社会は、人間力の高い人材を必要としています。競技の歴史、教育的価値をよく理解して競技を追求し、勝つことも大事であるが併せて人間力も高めていって下さい。



1987年世界柔道選手権大会（エッセン）



1988年ソウルオリンピック（ソウル）



1987年世界柔道選手権大会（エッセン）



1988年ソウルオリンピック（ソウル）