

東京2020オリンピック・パラリンピックの記録

東京2020オリンピック・パラリンピックの記録 —富田宇宙—

富田宇宙

【経歴】

- 2007年3月 熊本県立済々黉高等学校 卒業
- 2008年4月 日本大学 文理学部 情報システム解析学科（現 情報科学科） 入学
- 2012年3月 日本大学 文理学部 情報システム解析学科（現 情報科学科） 卒業
- 2012年4月 キヤノンソフトウェア株式会社（現 キヤノン IT ソリューションズ株式会社） 入社
- 2015年8月 キヤノンソフトウェア株式会社（現 キヤノン IT ソリューションズ株式会社） 退社
- 2015年9月 EY アドバイザリー株式会社（現 EY ストラテジー・アンド・コンサルティング株式会社） 入社（在職）
- 2017年4月 日本体育大学大学院 体育科学研究科 博士前期課程 入学
- 2019年3月 日本体育大学大学院 体育科学研究科 博士前期課程 卒業
- 2019年4月 日本体育大学大学院 体育科学研究科 博士後期課程 入学
- 2022年3月 日本体育大学大学院 体育科学研究科 博士後期課程 満期退学

【競技歴】

- ・2018 パンパシフィックパラ水泳選手権大会
 - 400m 自由形 S11 1位
 - 100m 自由形 S12（スイムアップ） 1位
 - 4*100m49pt 混合フリーリレー 1位
 - 50m 自由形 S11 2位
 - 100m バタフライ S11 2位
- ・2018 アジアパラ大会
 - 50m 自由形 S11 2位
 - 100m 自由形 S11 1位
 - 200m 個人メドレー SM11 2位
 - 4*100m49pt 混合フリーリレー 1位
- ・2019 世界パラ競泳選手権大会
 - 100m バタフライ S11 2位
 - 400m 自由形 S11 2位
- ・東京2020 パラリンピック競技大会
 - 400m 自由形 S11 2位
 - 200m 個人メドレー SM11 3位
 - 100m バタフライ S11 2位

1. 競技との出会い

水泳を始めたのは3歳の時。少し病弱で発達が遅かったため、健康増進を目的にスイミングクラブに入会させられた。特に頑張るというわけでもなく、楽しみながら週1回のペースで継続していった。

小学校3年生からはスイミングクラブを辞めて学校の水泳部に所属。競技として結果を出していきたいのであればクラブを継続すべきだったが、あくまでアクティビティとして水泳を楽しんでいたから、部活動を選んだのだと思う。3歳からの経験がある分、周囲よりも水泳が得意だという認識はあったものの、大会で勝ちたいとか、水泳選手になりたいなどは思わなかったのだろう。当時の私は、物心ついた時から宇宙飛行士に憧れていて、どちらかという勉強に力を入れていた。そのため水泳の実力は県大会に出場するのがやっとという程度で、全国大会に至っては存在すら知らなかった。

中学でも深く考えずに水泳部に所属する。部活にはきちんと競泳のコーチがいて県内では比較的強い学校だったので、周囲には水泳選手を目指す生徒もいて、ある日コーチからクラブの選手コースに入って本格的に競泳をやってみないかと提案された。やってみたいという気持ちも多少はあったが、塾での勉強や生徒会活動が忙しかったので入会を断ってしまった。将来水泳選手になるのであればここで入会しておけばよかったと今になって後悔している。

高校は進学校へ。宇宙航空工学系の大学への進学を目指していた。部活は弓道部と決めていたのに、水泳部の女子の先輩に憧れて、結局また水泳部に入部してしまった。動機は少々不純だったものの、入部してからは校訓である文武両道に努める。人数の少ない弱小水泳部にたまたま県の強化担当の先生が就任されたという、幸運なタイミングだった。おかげでそれなりに厳しいトレーニングを積む機会に恵まれ、勉強の傍ら、明確な目標

を立てて日々の練習に真剣に取り組んだ。選手として活躍するほどではなかったが、記録を大幅に伸ばすことができた。

そんな充実した日々を送っていた高校2年生のある日、障がいが判明する。網膜色素変性症。数十年かけて徐々に視野が失われて行き失明にいたる先天性の難病である。突然の宣告にそれまで思い描いていた将来は消し飛んだ。夢を追いかけて入学した進学校で人生に絶望し自暴自棄になってしまったのである。あらゆることにやる気がなくなり学校も休みがちに。しかしながら、部活ではリレーでの九州大会出場という目標を共有していた。はじめはそれも捨ててしまおうと考えたが、当時、自身が部のエースだったこともあって、仲間の努力まで無駄にしてしまうという責任感がそれを踏みとどまらせた。どうにか競泳だけは卒業まで継続しよう、そう思えた。所詮は地方大会への出場権獲得という小さな目標である。競技者として誇れる結果とは言えないかもしれない。だが当時の私にとっては、仲間に支えてもらいながら一緒に努力するこの目標が当面の生きる目的となった。進学校の厳しいスケジュールの中で早朝や深夜にできる限りの練習を行った。どうにか記録を伸ばしていき、3年次の高校総体で念願の同校初の九州大会出場を達成する。強豪校に比べれば練習量は決して多くなかったと思う。それでも仲間と共に目標を持ち、限られた環境の中で創意工夫を重ねて結果をつかみ取った経験は、自身を律し日々努力し続ける習慣を身につけさせてくれたと感じている。仲間達と感動を共有して素晴らしい達成感を味わい、3歳から続けてきた水泳を完全に引退した。

卒業後は視覚障がい者として就労することを見据えてシステムエンジニアを目指し、日本大学に進学、情報工学を専攻した。大学では好きな事を思いのままにやろうと思い、以前から興味があった身体表現を学ぶことにした。演劇と競技ダンスを始め、2束の草鞋で活動、4年次には競技ダンス部で主将を務め、日本大学を12年ぶりとなる

全日本選抜に導いた。競技ダンスの部活は完全に学生の自主運営で活動するため、苦勞が絶えなかった。自主性や計画性だけでなく、リーダーシップやマネジメントスキルを身を持って学んだ。

日本大学卒業後はシステムエンジニアとしてソフトウェア会社に入社し、官公庁の大規模システム開発などに従事。また並行してダンス選手も継続し、アマチュアダンスの最高峰、三笠宮杯などに出場した。しかし障がいの進行から結果を出すことが難しくなってくる。いつまでもパートナーの足を引っ張るわけにもいかない。第一線での競技継続を断念し引退を決断した。その頃から仕事やダンスを健常者と同条件で取り組むことに限界を感じ始める。障がいを活かして活動できる場所を求めてパラスポーツを色々とし、出会ったのがパラ競泳である。

高校までの経験を活かし、2013年から国内大会に出場するようになった。ちょうどこの頃に東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会（以下東京2020大会）の招致が決定。当時、国内の同障がいクラスでは負け知らずだったものの、世界のレベルには遠く及ばないという状況で、私が活躍できる選手になって自国のパラリンピックを盛り上げなければ、そういう強い使命感を感じた。それから徐々にトレーニングを本格化していく。障がいを抱えながら働くだけでも充分困難なのだが、さらに仕事の前後や土日を使って厳しいトレーニングに励む毎日は相当に過酷なものだった。しかし甲斐あって記録は順調に伸びていき、2015年に日本パラ水泳連盟の強化選手に選出される。それを足掛かりにして、競技に専念する環境を整えるためアスリートとして雇用してくれる企業に転職、パラ競泳選手となった。

2. 日体大の思い出

パラリンピック出場を目指すと決断してから、元競泳日本代表の永田竜司氏、オリンピックメダリストの佐藤淳一・久佳兄弟、日本大学文理学部

の野口智博教授などに師事した。計画的にトレーニングの質と量を引き上げていくことで、レースの度に自己ベストを更新し続けた。

一見順調に思えた競技生活だが、トレーニングを本格化するにつれ、パラスポーツならではの金銭的課題と向き合うことになる。視覚障がいを抱える選手が一般のプールで練習を行うためには、安全のためにレーンを貸し切りにし、指導者に加えてタッパーと呼ばれるサポートスタッフも雇用しなくてはならない。また競技団体も資金に余裕がないので、合宿や遠征も自己負担が大きかった。アスリート雇用という形で企業に所属してはいるものの、メジャースポーツのプロアスリートのように潤沢な資金があるわけではないので、経費の全てを確保するのは難しい。十分な練習量を維持するために貯蓄を切り崩していくしかないというのが実情だった。そんな状況に悩んでいた2016年、日本財団が日体大を通じてパラアスリートを対象に奨学金を支給することを発表する。私はこれを野口教授を通じて知り、大学院への入学と水泳部への入部を推薦していただいた。かくして2017年、資金の調達と練習環境の確保を目的に大学院に入学した。

これは私にとっても大学にとっても大きなチャレンジだったと思う。体育大学に視覚障がい者が入学するというのは全国でも例がない。試験での特別対応に始まり、授業での配慮や学生寮での対応、全てが文字通りの暗中模索だった。私の提案に対し一つ一つ親身に対応してくださった先生方、大学職員の皆様に改めて感謝申し上げたい。

大学院ではコーチング学を専攻し、パラスポーツの指導者の在り方について研究に取り組んだ。同級生には様々な競技のオリンピックやプロ野球選手、世界的パフォーマーなどもいらっしゃり、トップアスリート達と共に学ぶ機会に恵まれて見聞を大いに広げることができた。研究で得た知識は、パラアスリートとして社会にメッセージを発信していく上でも自身の意見を研ぎ澄ませてくれている。

水泳のトレーニングでは入学後の2年間、大学水泳部に所属して学生やOBのオリンピック達と共にトレーニングに明け暮れた。競泳界でも有数のハードコーチである藤森善弘ヘッドコーチの練習メニューは、私にとってはレベルが高すぎたし、目が見えない選手がそういった環境でトレーニングすること自体が前代未聞のこと。加えて入学時点で28歳という年齢もある。体力的にも精神的にもギリギリの毎日だった。怪我や故障も多かった。手がコースロープに引っ掛かって親指の爪が丸々剥がれたり、足の小指が引っかかって剥離骨折をしたり、壁を知らせる合図が遅れて頭からコンクリートの壁に激突、意識を失いかけたこともあった。捻挫や関節痛、筋断裂は日常茶飯事。ドクターからも繰り返しオーバートレーニングを指摘された。そんな時、私はパラアスリートとしての考え方を主張した。パラ競泳には腕がない選手、脚が動かさない選手など、様々な課題を抱える選手達がいる。我々はそれを当たり前としてトレーニングを行っている。それらの障がいと比べれば骨折や筋断裂など大した問題ではない。使えない部位があるのなら、他の部位を鍛え続けるだけのことである。そういうマインドこそがパラアスリートの本懐であると私は考えている。そういった極端な思考のおかげとあってよいかわからないが、身体がぼろぼろになっても結果はついてきた。泳ぐたびに記録を更新していき、障害クラスの変更もあって、2017年の夏には国内大会で世界ランキング一位のタイムで優勝。一躍東京2020大会の金メダル候補選手となる。

この年齢で水泳のタイムを向上させるのは容易ではない。ただがむしゃらにやればよいというわけではない。だがこの期間に行ったハードトレーニングは、自身の限界値を大きく広げ、その後の成長にも多いに生きる経験だったと思う。またトレーニングを共にした学生やオリンピック達との繋がりも、現在に続く大きな財産である。

3. パラリンピック参加

2020年、東京2020大会が延期された。私は当初これをチャンスだと考えた。一年伸びた分自身を成長させられるし、パラリンピックの魅力を伝えるプロモーション活動もできる。早速、自宅トレーニングの様子やメッセージをSNSなどで発信した。それらは想定通りに国連のホームページや各種メディアなどに取り上げられ、注目を集めた。また緊急事態宣言も徐々に解除され、通常通りのトレーニングもできるようになっていった。

しかし少しずつ雲行きが怪しくなってくる。私は2019年以降、ナショナルトレーニングセンターでの個人合宿の形態をとって、元々限られた人数としか接触しない生活をしている。新型コロナウイルスの感染が拡大してからは、さらに余計な外出や人との面会を避けるようになった。すると毎日ほとんど同じ面子としか顔を合わせない。それは選手としてはある意味理想的な環境とも言えるのかもしれないが、これを長期間続けたことで想定外に心のエネルギーが枯渇してしまい、精神が異常をきたした。自分自身の悪い面ばかりに意識がいくようになり、自己嫌悪と自傷衝動が抑えられなくなっていった。元々水泳が得意でない、改善点だらけであるという思いで競技と向き合ってきたことが原因だった。加えて同時期にプライベートでも精神的に苦しい出来事が重なり、だんだんとトレーニングや発信どころではなくなってきた。そうした時期に世間では、新型コロナウイルスが蔓延する中での東京2020大会開催への批判が噴出。これまでパラリンピックを通じて障がい者への理解や共生社会の重要性を伝えたいと考えてきた私にとって、パラリンピックに参加すべきではないという気持ちも湧き上がってきた。正直に言うと、2020年の年末から2021年のオリンピック開幕直前まで、私はパラリンピックに出場したいという気持ちを完全に失っていた。心療内科と精神科に通い、適応障害の診断を受けて薬を処方され、トレーニングどころか日常生活もまま

ならない状況。自分は生きる価値のない人間で、パラリンピックは開催する価値のない大会。そういうキーワードが頭から離れず、ベッドから全く起き上がれないという日も少なくなかった。どうにか練習に行ってもプールの中で突然泣き出してしまったり、自分の頭を拳で何度も殴りつけたり、関係者ともほとんど口がきけない。日本代表監督の上垣匠コーチや担当の医師にはなんども出場辞退を申し出た。しかしその度に、この状態のまま東京 2020 大会を投げ出してしまったら、今後生きていくこと自体が難しくなると引き留められた。私自身も理性ではそれを理解していたし、これまで支えてくれた方々に申し訳ないという気持ちもあったので、どうにか継続しなくてはと無理に自分を奮い立たせて生きていた。

そんな東京 2020 大会開幕も迫った5月のある日、たまたま SNS でスポーツドクターの辻秀一先生の存在を知る。「スポーツはゴキゲンでやらなきゃ意味がない」先生の言葉を聞いて、まさに今の私に必要なこと。この方ならなんとかしてくれるかもしれないと、すぐに連絡をとった。先生は私が「ゴキゲン」になるためのメンタルトレーニングを次々に教えてくださった。改善することはもちろん容易ではなかったが、繰り返し行うことで徐々に症状が改善していった。そして東京 2020 大会が開幕。私はこの時点ではまだ出場辞退を視野に入れていた。もしオリンピックが社会に受け入れられずに批判の中で終了したら、パラリンピックには出ないでおこうと決めていた。

結果的にそれは杞憂だった。オリンピック達のパフォーマンスは国民を魅了し、世論は一気に肯定的になる。そして私自身も強く心を揺さぶられた。困難な状況の中でも自身の役割を全うし、スポーツの素晴らしさを全身で表現するアスリート達の躍進は、私に大きな感動を与えた。私はテレビの前で興奮し、喜び、涙した。そして私も彼らの様になりたい、人に元気や勇気を、感動を与えるパフォーマンスがしたい、そう思わせてもらった。

そうして私は開会式の舞台に立つことになった。日本選手の代表として、パラリンピックの旗を運ぶ役を担った私は、他の5名のアスリートと共に新国立競技場の中心にいた。無観客での開催ではあったが、そのスタジアムの広大な空間を感じた時、私は当たり前のことを思った。「スポーツこそが、最も多くの人を一同に感動させる力を持っているんだ」東京ドームや日本武道館、沢山の人が収容する施設はどれもスポーツの会場で、スポーツの力はそれだけ偉大なもの。そう思うと、そこに立っている自分が誇らしく、そこに立たせてもらっていることがありがたかった。

競技が始まってからは何も怖くなかった。そもそも出たくないと思っていたのだから結果はどうでもよい。沢山の人の支えてもらって、沢山の人のパフォーマンスを観てもらえることができる。その感謝と喜びで胸がいっぱいなのである。400m 自由形で自身のアジア記録を更新して銀メダルを獲得、続く 200m 個人メドレーでも自己ベストを更新して銅メダルを獲得する。最後の 100m バタフライではタイム更新はならなかったものの、パラ競泳の第一人者、木村敬一選手との 1, 2 フィニッシュで東京 2020 大会を締めくくった。金メダルを獲得できなくて悔しくないのかと聞かれることが多い。そんなことはどうでもよいというのが本音である。もちろん期待に沿えず申し訳ないという気持ちはあるが、みなさんの前でどうにか一生懸命泳ぐことができた。それだけで満足している。

4. 今後の目標

まずは遅れてしまった博士論文を書き上げたい。東京 2020 大会延期の影響もあって、博士後期課程は満期退学となってしまった。3年以内に論文を提出し、論文博士を目指す。そして博士号取得後は何らかの形で大学での研究や教育に貢献したいと考えている。

次に選手としては、パリ 2024 パラリンピック

競技大会の出場を目指す。東京2020大会では多くの方にその魅力をお届けできたと感じているが、今大会はあくまで無観客での開催だった。それは本来のパラリンピックではない。東京2020大会が初出場だった私にとっては、観客のいるパラリンピックを経験していないのが心残りである。パリでは満員の観客の中でパフォーマンスがしたい。そしてもっと強いメッセージを直接届けたい。新たな環境でステップアップするため、昨年11月からスペインで個人合宿を行っている。パリを目指してトレーニングを継続しながら、日本とは違ったカルチャーや障がい者支援のシステムを学んでいる。

さらに選手という立場に収まらず、多様性の価値や共生社会の重要性を訴えていきたいという気持ちも強い。東京2020大会の直後、視覚障がい者のダンスの全国大会に出場して優勝し、年末には障がいを持つパフォーマーとして初めて、紅白歌合戦にも出演した。ダンサーとしての活動も積極的に行っていくつもりである。加えて新たな挑戦として、障がいを負うまで目指していた宇宙に行くという目標にもチャレンジを始めた。現在、障がい者が宇宙に行くことや無重力空間におけるアダプテッドスポーツの発展を推進する組織の立ち上げを検討しており、3月には無重力飛行実験を実施した。今後その結果を論文にして国際会議で発表する予定である。

これらの活動の情報発信を含め、講演会やSNSだけでなく新聞でのコラム連載なども開始、関連して本の出版も検討している。一步一步着実に成長しながら、様々な角度からインパクトのある発信を続けていく。

5. 日体大生へ一言

「本当の名誉は決して倒れないことではない。倒れても倒れてもまた起き上がることである」私大切にしている言葉です。スポーツはもちろん、どんな世界でも、成功し続ける人はいませんよね。必ずどこかで負けたり失敗することがあります。本当に強い人というのは、負けない人ではありません。負けても折れずにすぐに次に向かえる人です。1位を獲って嬉しいのは当たり前ですが、例えば100位でもめげないでまた次の努力をすぐに始められる、そういう人が自分の人生をより良くできる人だと思います。

勝ちたい、結果を出したい、そう思い努力するのはいいこと。ですがあなたはその結果が良くても悪くても、動じずに受け止められるだけの器を持っていますか？その器さえあれば、どんな大舞台であっても失敗を恐れることなく自分らしく大胆に挑戦できるはずですよ。この日体大でぜひ、本当の強さを手に入れましょう！

(受理日：2022年1月31日)