世界のトップで生きる

ロンドン五輪、モスクワ世界陸上連続出場の飯塚翔太選手

世界陸上（8月、モスクワ）で中央大学が誇るスプリンター、飯塚翔太選手（法学部4年）が男子200mと400mリレーで大きな存在感を示した。昨年夏のロンドン五輪に続く活躍だ。中大を飛び出して、世界のトップで生きる男になった。

学生記者　矢嶋万莉子（法学部3年）

200mでは、日本選手団のなかで2人しかいない準決勝進出を決めた。世界選手権初出場ながら、五輪出場の経験が生きている。

400mリレー決勝は五輪と同じく、日本のアンカーとして、世界最速のウサイン・ボルト選手（ジャマイカ）と同じトラックを駆け抜けた。同リレーで2大会ぶりの6位入賞。自身は五輪5位に続く入賞で、世界に『イイヅカ』の名前をアピールした。

世界の最高峰舞台に立ったときをこう語る。

「冷静になりすぎないように心掛けました。考えてしまうと走れなくなりますから。アドレナリンを出して『無』になる。頭が真っ白になる感じ。真っ白になると凄くいい感じで走れます」

スタンドで盛り上がる大観衆の、その一員になるよう意識する。観衆から離れて、自分の世界に入るのではない。ここに大きな違いを見つけた。ロンドン五輪では、観衆の目に負けてしまったという。

「オリンピックは出場できただけで、どこかで満足してしまい、自分がこの舞台に立っていることが不思議だった。気持ちが切れてしまったかのようでした。世界陸上では、勝負して決勝へ行くという強い気持ちを持てました。オリンピックより気持ちに余裕があった。世界ジュニアからの知り合いの選手がいるし、雰囲気も分かってきて」

成績が物語る。200mの五輪結果は予選敗退。不完全燃焼だった。今回の世界陸上同種目では予選突

破。レースに臨む気持ちをコントロールできたことがうれしい。

「世界陸上では、ゴールしたとき、終わったあ！ という充実感がありました。7万人もいる観客の声が、ちっちゃく聞こえました」

武者修行

五輪後は海外遠征で武者修行した。チェコに拠点を構え、欧州を中心に各大会に出場した。慣れない土地での世界行脚はハプニングの連続だった。困ったことばかり。本人はうれしそうに「むしろそれを望んでいました」と振り返る。

交通機関がダイヤ通りに動かなかったり、大会出場が前日に急きょ決まったり。日本では考えられないことが起きる。大会は記録上位者から順に出場が決まる。8人枠があり、自分が9番目の成績だった場合、上位者が欠場しないと出場できない。

「大きな大会に観客のつもりで行ったら、出場リストに自分の名前を見つけて驚きました」

上位者に欠場や棄権が相次いだ。ハプニングに巻き込まれても、自分で打開策を考え、もがきながらも対処しているうちに、精神力が鍛えられた。機転がきくようになった。その経験が世界陸上で生きて、後輩へのアドバイスにつながっていく。

「オリンピックや今までの大きな大会では僕が最年少のことが多かった。今回は同じ年ごろや年下がいました。話題の桐生君はまだ高校生ですから、新鮮でしたね」

先輩たちに教わったことを100m日本歴代2位の好記録（10秒01）を持つ17歳の桐生祥秀選手（京都・洛南高）に伝えた。ここでもバトンリレーだ。

「彼は初めてのことばかりだろうから、これから起きることを事前に話しておく。例えばウォーミングアップをして競技場に入る。『ここを通って行くよ』。『レース前に待たされるけれど、そこでも動けるし、トイレもあるから大丈夫』。彼が困っているときに話をしました。素直だし、めちゃイイやつです」

『行動する知性。』

200m準決勝を同組で走ったボルト選手について尋ねると、優しい表情から真剣な顔に戻った。

「すごく尊敬しています」

大柄な選手は不利だと言われる短距離走で、196㎝の身体を使いこなす。

「速く走るには、身体の筋肉を細かく動かすことが大切。185㎝の僕でも大変なのに、あれだけの長身なのに、できるなんて」

解剖学を独学で学んでいるという飯塚選手らしい視点で答えてくれた。

王者としての姿にも尊敬する。勝つのが当たり前と思われている。大観衆の前で走り、期待に応えて勝利を収める。レースが終わればファンにどっと囲まれる。

観客に魅せるという意識を持ってレースに臨む姿に「僕もそうなりたいと思います」。期待されているのを楽しめる選手になりたい、と強く言った。

楽しむことは、飯塚選手の強さの根源とも言える。練習でも、まずは楽しんでみる。「こんな練習?」といった不信感を抱いたまま練習しても成長しない。強さが遠のくと知っている。「この練習はこの部位を鍛えてスピードアップにつなげていく」と考えて取り組むと効果が上がる。『行動する知性。』である。

「レースでは、結果を出さなくちゃいけないとは思いません。自分のために走る。硬くならずに楽しもうとするんです」

日本人選手には、これまで大会中に座り込んで祈るようにしているタイプが多くみられた。

「外国人選手は、そんなことはしない。彼らはリラックスしていて、とにかくレースを楽しみますから」

「そこが変わったら、日本人選手はもっともっと強くなれますよ」

世界の最高峰を見てきただけあって、言葉には説得力がある。観客の一員になり、レースを楽しむ心構えになれるか。

次の五輪は2016年リオデジャネイロだ。「メダルを一つ取ってきます」

積み重ねるレース経験、精神面の充実、25歳の年齢などがメダル適齢期と考える。当面は2015年の北京世界陸上だ。

「100m9秒台、200mで19秒台が目標。今度こそ、ファイナルに出場したいです」

中央大学「陸上教室」で小学生を指導する飯塚先生

飯塚選手と一問一答

――桐生選手は

「めちゃイイやつです。純粋ですね。競技場でも、オフの日もなるべくリレーメンバーと一緒にいました。嫌いなやつにバトンは渡したくないですよね」（笑い）

――海外遠征でのハプニングとは

「指定の宿舎に入ると隣が競技場でした。レース当日、そこへ行くとガラーンとしている。誰もいない。慌てて宿舎に戻り、フロントに聞いたら『タクシーで15分ぐらいのところにある競技場で行われます』。びっくりですよ、競技場が隣にあったので安心してしまった」

「別の大会でのこと。競技場行きのバスがダイヤ通りに来ない。30分おきに来るはずが1時間半経っても来ない。タクシーを拾って、急いで競技場に入って、すぐレース。大変でした、あのときは」

――食事で困ったことは

「日ごろは寮生活で、栄養士さんがいて、おいしい料理をつくってくれます。海外へ出るとそうはいかなくて。僕は油ものがあまり好きじゃないんです。アメリカはでかいハンバーガーに分厚いステーキでしょ。ヨーロッパのほうが口に合いますね。普段でも肉が食えない、カルビが食えないつまらない奴なんです。頭が痛くなる感じ。静岡の御前崎で育って、うまい魚ばかり食べていました。世界陸上では日本陸連がレトルト食品をたくさん用意してくれました。カレーのレトルトを食べて、こんなにうまかったっけとみんなで喜びました」

――英語力は

「アメリカの知り合いのコーチ宅にホームステイしたことがあります。勉強しました。大学2年のこのころから少しずつですが頑張って、コミュニケーションはとれるようになりました。将来はアメリカでコーチをしたいと思っています」

――世界のトップ選手の凄いところは

「人のマネがうまいですね。じっと見ていてすっとマネする。器用なんですよ。自分の体を自由に扱えるから。僕もマネています。もうひとつはイメージの練習をしています。向こうを走る車のドライバーの目になって、何が映るか、危険はないか。そのときどう対処すればいいか、なんてことしています」

取材を終えて

「和製ボルト」と評される飯塚選手。どこか遠い存在のように感じて緊張する学生記者に対し、始終笑顔で質問に答えてくれた。

17歳の桐生選手（洛南高）や21歳の山県亮太選手（慶大）ら若い選手が現れる中、「年下には負けたくない」と闘志を燃やすその姿は、年長者としてのプライドを覗かせる。

これからの飯塚選手の、そして彼ら日本代表の活躍から目が離せない。

刺激的な時間

学生記者　渡辺紗希（法学部4年）

酷暑の取材場所に到着すると、冷たいお茶が学生記者の人数分用意されていた。

不思議に思ったら、飯塚選手からの差し入れだという。貴重な時間をいただいているのに心配りまで。申し訳なさを覚えつつ、トップアスリートは気遣いもトップレベルなのだと奇妙な感動を抱いた。こんな始まりの取材は、学生記者4年目にして初めてだ。

取材中、陸上競技部員たちが横を通り過ぎる際、飯塚選手にあいさつをしていく。慕われている様子が伝わってきた。世界選手権では、高校生の桐生選手ら年下と意識して一緒にいるようにしていたという。「仲良くなるためにずっと一緒にいました。自発的にやっているってイイですよね」と明るい。

こちらもルーキー記者を連れての取材である。後輩にカッコ悪いところは見せられないと気を張っていた。しかし、話を聞きながら思った。取材中の私の様子に今までの経験は反映されているはずだ。良くも悪くも態度で示そう。後輩が何かを感じ取ってくれたらそれでいい。そう思うと余計な気負いが消えていった。

飯塚選手は将来のため、世界で勝つため、自分に必要なことを求めている。海外遠征に積極的に出る。トラブルも自分で解決する。試合会場はホテルの隣の競技場だと思っていたら違っていた。どう乗り切るか。

私たちが自発的に考えて実行することも、程度の差はあるにせよ、大学入学後に誰もが高校時代より強く意識するところではないか。どれだけ実行できているのか。飯塚選手の話を聞いていて、もっと考えることがあるのでは、と改めて自分に問い直してみた。

目標を明確にして取り組む。当たり前だろうけれど難しい。（私は正直なところ自信がない。世界で活躍する選手と比べ

るのもどうかと思うけれども、飯塚選手と同じ学年なのにナ。ちょっと情けない気持ちもある）

気さくに話してくれる飯塚選手。私は体育連盟所属の人と接点が少ないため、どこか遠い世界のように感じていたが、「学食で僕は4階の四季が好き」「授業を受けていると、これがキャンパスライフだ！って、うれしくなるよね」といった話で盛り上がると、同じ中大で学んでいることを実感する。

気分転換に庭園巡りが好きという話や、がっちりした体格にも関わらず、食べ物なら焼肉よりすし！と意外性抜群だった。

飯塚選手を取材する学生記者

話がわかりやすく面白い。記者の初歩的な質問にも真摯に答えてくれる。もっと詳しく知りたい、そう感じるから次の質問もどんどん出てくる。イメージトレーニングや筋肉の使い方も、私が考えたことのないことばかり。でも、自分の体を上手に使うという点では、日常生活に十分に関係あることだ。

私は大学の広報活動に関わっていて、時々、高校生に多摩キャンパスを案内している。躍動感のある飯塚選手のポスターは高校生の関心の的。高校生に何か一言とお願いすると「応援して」と返ってきた。次からはオリンピック選手のメッセージを伝えよう。きっとこれまで以上のコミュニケーションが生まれる。

世界陸上にも出場した選手だからと取材前はドキドキだった。終わったいまは、勝手に親近感がでてきた。中大生として応援はしていた。これからはもっと応援したいと自然に感じる。刺激的だった時間を通じて、私が思うことは、やっぱりこれだ。「応援します」

彼の「応援して」の声がまた聞こえてきた。

カルビを食えない、つまらない奴

学生記者　中村亮士（商学部1年）

上のタイトルを見て、一体誰のことだと思うだろうか。飯塚選手が自分を表現した言葉である。「カルビを食えない、つまらない奴」というコメントに驚き、記事のタイトルに掲げた。

子どものころから魚が大好きで、「すしと焼肉、どちらに行きたいかと聞かれたら、焼肉には行かない。カルビを食えない、つまらない奴なんです」と自虐的に話したのだ。

アスリートは肉をたくさん食べて、フィジカルを強化するわけではないのだと知り、すごく意外に感じた。食生活をしっかり自己管理しているから、肉をたくさん食べなくても、世界で戦える体になるのだろう。

肉より魚を好む飯塚選手が好記録を出せるのはなぜなのか。素朴な疑問を持った。「なぜ速く走れるのですか」と尋ねてみた。

「すごい質問だね」と苦笑いしながらも、座り直して、丁寧に答えてくれた。

「いいと思って練習するか、意味がないと思って練習するか、心構えの問題だと思う。何のためにこの練習をしているのか、きちんと説明できないのはダメ。どんな練習をしてもいいけれど、同じ練習をして差が出るなら、心に関係があると思う」

なるほど、と思った。私も高校でテニスをしていたから分かる。みんな同じ練習をしていても、全員がレギュラーになれるわけではない。レギュラーと控えに回る人との差は、才能や練習量の差というより、意識の問題なのだ。

今から新しく何かを始めようとするなら、気持ちの持ちようで上達できるし、上級者に追いつくこともできるかもしれない。いいことを学んだ。

今回、私は学生記者として初取材だった。飯塚選手のことを、五輪や世界陸上を伝えるテレビでしか見たことがなく、雲の上の人のように思っていた。そんなアスリートを取材するということで、取材前から緊張して、しっかり話ができるか気掛かりだった。

実際に会ってみると、飯塚選手は気さくな方で、新人記者の私とも同じ目線で話をしてくれた。私に対して、「きょうが初取材だったの?」などと、気軽に接してくれたのが、ありがたかった。

そして、取材中、飯塚選手の学生としての一面も垣間見られた。

「休みの日には、アクティブなことはせず、自然を見に行きます、自然に癒されたい」「ジェットコースターには乗りたくないなあ。1時間待てば、ようやく乗れる気持ちになるかな」

飯塚選手も私も、学年の違いはあるものの、中央大学の学生であることに変わりはない、と気付いた。

そして、私たち学生記者には、冷たいお茶を用意してくれた。飯塚選手の人柄の良さがうかがえた1シーンだった。

飯塚選手の感謝する気持ちも勉強になった。両親が五輪や世界選手権に応援にやってくる。遠くから来ても言葉はあまり交わさず、スタンドからそっと見守ってくれるという。

「記録が出なかったころも、記録が出てからも、同じように接してくれる。僕がやりやすい環境をつくってくれる。ありがたいです」

「オリンピック出場が決まったときは、今まで見たことがない笑顔だった。次もとびきりの笑顔を見たいと僕は頑張る」

ロンドン五輪のレースは母の誕生日。目で交わす“おめでとう”“ありがとう”は想像するだけでも、いいシーンだ。

2016年のリオデジャネイロ五輪を見据えて「僕の人生で一番勝負する試合」と語った。大きな目標に向かって努力し、なおかつ自分に厳しく、人にやさしい。周囲が笑顔になるよう頑張る姿に、私は好結果を残せると感じた。