

陸上競技日本代表選手の競技ヒストリー研究 -男子短距離選手を対象にした複線径路・等至性モデル-

小林柊次郎¹⁾ 渡邊將司¹⁾ 森丘保典²⁾ 岩瀧一生³⁾

1) 茨城大学教育学部 2) 日本大学スポーツ科学部 3) 日本陸上競技連盟

A study of competitive history of Japanese representatives in track and field : Trajectory Equifinality Model for male sprinters

Shujiro Kobayashi¹⁾ Masashi Watanabe¹⁾ Yasunori Morioka²⁾ Issei Iwataki³⁾

1) College of Education, Ibaraki University
2) College of Sports Sciences, Nihon University
3) Japan Association of Athletics Federations

Abstracts

This study was conducted using the Trajectory Equifinality Model (TEM) to elucidate common points among men who became Japanese representatives in Olympic male short sprint events. A semi-structured interview was administered to four male sprinters who had participated in World Championship and Olympic competitions. Key questions elicited the following information: 1) sports history of parents, 2) first encounter with sports, 3) trigger for pursuit of track and field training, 4) selection and change of sports and events, 5) characteristics of human and physical environments, 6) time of performance stagnation or decline, 7) time of strong performance improvement, 8) first participation in international and world class competition, and 9) main reasons for retirement from competition. Results revealing common points were inferred from verbatim records using TEM. Respondents themselves were acutely conscious of running fast during childhood. Although sports types and performance levels differed, they belonged to school sports clubs during junior high school. In high school, all belonged to a track and field club, for which they marked high performance. Their parents respected their wishes, but support was not excessive. They became Japan's representatives during college or after graduating. They reported various exterior motivations. They experienced changes in performance before becoming Japan's representatives, which increased their consciousness of becoming a nationally representative athlete. After that experience, their performance improved even when their surroundings changed. Although they considered retirement from athletic life, they also found reasons to continue. This awareness led to their best performance.

I. 緒言

スポーツをしている者は誰も、世界で活躍するアスリートになることを夢見たことがあるだろう。2016年にブラジルで開催されたリオオリンピックには、日本代表選手が大会史上最高人数の338名（男子174名、女子164名）参加した（日本オリンピック委員会, online）。アスリートたちの血のにじむような努力はもちろんであるが、日本オリンピック

委員会（Japanese Olympic Committee, 以下, JOC）の活動や、アスリートのパフォーマンスを向上させる様々な研究の賜物といえよう。

日本陸上競技連盟（Japan Association of Athletics Federations, 以下, JAAF）によると、陸上競技において、日本が初めて参加したオリンピック（1912年, スtockホルム）から2017年の世界陸上競技選手権大会（以下, 世界選手権）に至るまで、オリンピックでは25個（金7個, 銀8個,

銅10個)のメダル,世界選手権では26個(金4個,銀7個,銅15個)のメダルを獲得している(日本陸上競技連盟, online1).

陸上男子短距離種目に焦点を当てると,1932年ロサンゼルスオリンピックで吉岡隆徳選手が100mで初めて入賞を果たした(4位).その後しばらくの間,世界大会での入賞者は現れなかったが,1991年に東京で行われた世界選手権において,高野進選手が個人種目では59年ぶりとなる入賞を果たした(400m,7位).それ以降,多くの入賞者やメダリストが誕生している.1997年の世界室内陸上競技選手権大会(パリ)において,苅部俊二選手は400mで銅メダルを獲得した.また世界選手権では,400mハードルにおいて末大選手が2001年のエドモントン大会および2005年のヘルシンキ大会で銅メダルを2度獲得した.また,200mにおいては末續慎吾選手が2003年のパリ大会で銅メダルを獲得した.ユース・ジュニア選手の活躍も著しく,2010年の世界ジュニア陸上競技選手権大会(モンクトン)では,飯塚翔太選手が男子初の優勝を成し遂げた.2013年には,桐生祥秀選手が高校生ながらも,当時世界ジュニア記録並びに日本歴代2位となる10秒01の記録をマークした.2015年の世界ユース陸上競技選手権大会(サンディアゴ・デ・カリ)では,サニブラウン・アブデル・ハキーム選手が100mと200mともに大会新記録で優勝を飾ったのちに,2017年の世界選手権(ロンドン)では,200mで決勝へ進み7位に入賞を果たした.

リレー種目では,1912年のロサンゼルスオリンピックで初入賞(5位)を果たして以降,しばらく入賞から遠ざかっていたが,1992年のバルセロナオリンピック以降は継続して入賞を果たしている.2008年の北京オリンピックでは,4×100mRで,日本短距離界初のオリンピックでのメダル獲得が現実のものになった.2012年のロンドンオリンピックではメダルを逃したものの(4位),2016年のリオオリンピックではアメリカを破って,銀メダルを獲得した.

100mに着目すると,伊東浩司選手が1998年に10秒00をマークして9秒台に肉薄するも,その後長きにわたって10秒の壁を破ることができなかった.2017年,日本学生対校陸上競技選手権大会(福井)において,桐生祥秀選手がついに100mで10秒の壁を破る9秒98の日本記録をマークした.2017年のシーズンでは100mを10秒0台で走った選手が,山縣亮太選手,サニブラウン・アブデル・ハキーム選手,ケンブリッジ飛鳥選手,多田修平選手,飯塚翔

太選手と5名もおり,今後も多くの選手が好記録をマークすることが予想される.100mにおいてもシニアの世界大会でメダルを取る時代もそう遠くないのかもしれない.

JAAFが発行した『トップアスリートへの道～タレントトランスファーガイド～』によると,JAAFは2020東京オリンピックプロジェクトとして,日本代表選手の活躍するための育成・強化だけでなく,陸上競技を通じた国際人の養成を目指している.その軸として,ハイパフォーマンスコーチの育成,ダイヤモンドアスリートの選定,タレントトランスファーの理解を進めた適正種目の選択を挙げて活動を進めている(日本陸上競技連盟,online2).また,JAAFが発行した『JAAF VISION2017』(日本陸上競技連盟,2017)では,2020東京オリンピックの先のビジョンとして,2016年のリオオリンピックでは26位であった入賞者の得点合計で争うプレイングテーブルを,2028年には世界のトップ8,2040年には世界のトップ3を目指して育成・強化を推進している.また同様に,アスレティックファミリー(競技会参加者,審判,指導者)を2028年には150万人,2040年には300万人まで拡大を目標としている.陸上競技に対する意味や価値が見直されているといえる.

2016年時点で陸上競技登録者数は423,581人である(日本陸上競技委員会,online3)が,リオオリンピックに出場した選手は52名(男子38名,女子14名)であった.このことから日本代表に選考されることは非常に狭き門であることがわかる.では,彼らはどのような経緯を経て,日本代表にまで至ったのだろうか.アスリートのパフォーマンスを向上させる研究は進んでいるが,日本代表に至るまでの経緯,およびその経緯に伴う心理的,社会的要因について調査した研究は十分になされていないのが現状である.

そこで本研究は,近年,活躍が著しい陸上男子短距離種目において,日本代表の経験がある選手を対象にインタビューを実施し,日本代表に至るまでの経験の共通点を明らかにすることを目的とする.得られた結果は,長期的な選手育成のためのコーチングに関する新しい知見を提供できる可能性がある.

II. 方法

陸上短距離種目において,オリンピックまたは世界選手権に日本代表として出場経験のある男性4名(A,B,C,D)を対象とした.4名のうち,3名はす

でに現役を引退している。本研究では事前にアンケートに協力してもらい、インタビュー協力への承諾を得た。インタビューを始める前に、調査の趣旨やデータの活用範囲について説明するとともに、録音の可否について確認を行った。あらかじめ基幹質問を準備し、その返答からさらに深く掘り下げる半構造化インタビューを実施した。アンケートの記述内容にかかわる周辺情報も聞き取った。基幹質問に関しては、1) 両親のスポーツ歴、2) 陸上競技に関わらずスポーツとの最初の出会い、3) 陸上競技を始めたきっかけ、4) スポーツや種目の選択および変更について、5) 人的・物的環境の特徴について、6) パフォーマンスの停滞・低下時の状況について、7) 著しいパフォーマンス向上時の状況について、8) 最初の国際大会および世界大会出場について、9) 引退の決定因子の9項目である。トレーニングの内容の詳細などよりも、努力意欲要因について深掘することを優先した。なおインタビューは約1時間であった。

4名から得られたデータをもとに、作成した逐語記録を読んで全体像を確認した。ここでは、時間を捨象せずに個人に経験された時間の流れを重視し、人間を解放システムとしてとらえる、複線径路・等至性モデル (Trajectory Equifinality Model : 以下TEM) を用いた (安田・サトウ, 2012)。TEMはある出来事を、等至点 (Equifinality Point : EFP) として収束させ、そこに至る経緯を記述していく。等至点の概念は、歴史的・文化的・社会的な制約を受けつつ、多様な行動の軌跡を描きながら、ある定常状態に等しくたどり着くポイントであるとされる。また、TEMの特徴を明確にするうえで、欠かすことのできない概念がいくつか存在し、TEMとはそれらの経路を可視化したものである。非可逆的時間 (Irreversible Time) とは、時間を捨象しないTEMの特徴を示すうえで、生きられた時間、持続的時間を象徴的に示している。経路が発生・分岐するポイントは分岐点 (Bifurcation Point : BFP) として概念化されている。分岐点も等至点と同様に、時間を捨象して考えることはできず、歴史的・文化的・社会的に影響を受けて発生するポイントである。人間の発達や人生径路を多様性と複線性を描ける代表的なものがTEMである。KJ法 (川喜田, 1967) を用い、事象ごとに逐語記録カードを作成し、関連するカードを1つにまとめた。TEMの概念に基づき、等至点、分岐点、必須通過点を設定した後、それらのまとまりを時系列順に並べて、関係をTEMによって可視化した。TEMの各概念については以下の通りである。

1. 等至点 (Equifinality Point : EFP)

安田 (2005) は、非可逆的な時間を生きている人の行動や選択の経路は、さまざま存在すると考えられるとしている。しかし、その経路は歴史的・文化的・社会的な制約によってある定常状態に等しくたどり着くポイントがあるとした。それが等至点であり、人間の経験をEFPとして概念化し、その経験をした対象にそこに至るまでの多様な選択について考察する。本研究では、EFPを「初めてオリンピックまたは世界選手権に出場」として設定し、可視化した。また、4名のうち3名が現役を引退しているため、引退までにしたとされる「最高パフォーマンス」を2度目のEFPと設定した。

2. 両極化した等至点 (Polarized EFP : P-EFP)

サトウ (2009) は、両極化したEFPの設定を推奨している。両極化した等至点とは、等至点を1つのものとして捉えるのではなく、それと対になるような事象もEFPとして研究に組み入れられ、そのEFPが必ずしも価値があるものではないということを示すものである。この両極化したEFPは語られていない事象を描く場合もある。本研究の場合、「オリンピックまたは世界選手権に出場できない / しない」に至る仮想的な径路を書き入れることが可能となり、どのようにEFPの「初めてオリンピックまたは世界選手権に出場」に至ったのかについて明確に示した。

3. 必須通過点 (Obligatory Passage Point : OPP)

TEMの概念の1つにOPPがある。OPPとは、もともとは地理的な概念であり、ある地点に到達するまでに必ず通るポイントのことである。本研究においては、「陸上競技の価値観の変化のきっかけ / 事象」をOPPとしてとらえ、日本代表への意識の生まれを描いた。

4. 分岐点 (Bifurcation Point : BFP)

EFPは収束するポイントのことであるが、BFPは経路が発生・分岐するポイントを概念化している。EFP同様、歴史的・文化的・社会的な影響を受けながら発生するポイントであるとされる。本研究においては、「競技力が向上するきっかけ」や「引退を考えるも、しなかった出来事」など、日本代表に近づけたポイント、その後のパフォーマンスに影響を与えたポイントをBFPとして捉えた。

表1 A氏の語り

概念	位置づけ
等至点 (Equipoinity Point: EFP)	① 世界選手権(1983年, ヘルシンキ)出場 ② 世界選手権(1991年, 東京)400m 7位入賞を果たす
分岐点 (Bifurcation Point: BFP)	① 棒高跳び練習中に怪我 ② 走力アップのために短距離ブロックと一緒に練習を始める ③ 400m ブロックに移動 ④ すさまじい練習量をこなす ⑤ 体育学部へ編入 ⑥ 大学院では心理学の研究室へ ⑦ 世界選手権(東京)でファイナリストに挑戦したいと思う
必須通過点(Obligatory Passage Point: OPP)	① JAAFの合宿に参加
社会的方向付け(Social Direction: SD)	① 体育学部へ編入させてもらえなかった ② 怪我の影響で練習に制限 ③ 周りは引退していた ④ 怪我の影響で練習に制限 ⑤ 助手として授業の手伝いがあった
社会的ガイド(Social Guidance: SG)	① 中学の顧問の先生に推薦の話をもらう ② マイルでインターハイで優勝するという部活の雰囲気 ③ 「200mよりも400mだ」と言われる ④ T大学を勧められる

表2 B氏の語り

概念	位置づけ
等至点 (Equipoinity Point: EFP)	① 世界選手権(1995年, イエテボリ)に走幅跳で出場 ② オリンピック(2008年, 北京)4×100mR 銅メダル獲得
分岐点 (Bifurcation Point: BFP)	① 強い運動部で活動したくてハンドボール部に入部 ② 合宿に呼んでもらうなど様々な指導者から教えてもらった ③ Oに入社 ④ ジャンプ系・ウェイトトレーニングなども入り, 練習量が2~3倍に増える ⑤ ドイツからアメリカに拠点を移す ⑥ 習ったことを受けながらも自分なりにかみ砕きながら身につけていく ⑦ アジア選手権(2005年, 仁川)100mで決勝に残りモチベーションが復活 ⑧ 世界選手権(2007年, 大阪)出場
必須通過点(Obligatory Passage Point: OPP)	① 日本代表になるという宣言し, 陸上競技の価値観に変化が生まれる
社会的方向付け(Social Direction: SD)	① 競技対して周りからの配慮のなさ
社会的ガイド(Social Guidance: SG)	① お弁当や応援などの両親からのサポート ② 先輩が高校の陸上部の顧問に紹介してくれた ③ 全国レベルの合宿で同期からの刺激 ④ 周りの強い選手からの刺激 ⑤ アメリカのコーチとの考えと年齢の一致

5. 非可逆的時間 (Irreversible time)

TEMでは時間が人間の経験とともにあるということを示すために, 時間の流れを可視化した。

6. 社会的ガイド (Social Guidance : SG)

EFPに至るまでに何かを選択していく過程で, 人からの支えや社会的な支援や制度など行動を後押ししてくれる何らかの援助的な力をSGとした。

表3 C氏の語り

概念	位置づけ
等至点 (Equifinality Point: EFP)	① 200m で世界選手権(1995年, イエテポリ)の日本代表として出場 ② オリンピック(2004年, アテネ) 4×400mR で4位入賞
分岐点 (Bifurcation Point: BFP)	① 世界選手権(1991年, 東京)のチケットを父親が購入してくる ② 練習はきつく, ベストの遅い同期にも負けて危機感を覚える ③ 400m46秒03 で走り, 自信が確信に変わる ④ アジア大会(1998年, バンコク)終了後, A氏に指導を受ける ⑤ B選手の言葉で「純粋に陸上を楽しもう」と思う
必須通過点(Obligatory Passage Point: OPP)	① 国体で大学の同期に負け, 競技で初めて悔しさを感じ一生懸命練習するようになる
社会的方向付け(Social Direction: SD)	
社会的ガイド(Social Guidance: SG)	① K大学からの推薦 ② アドバイスをくれる先輩らの存在 ③ 若手選手が存在

表4 D氏の語り

概念	位置づけ
等至点 (Equifinality Point: EFP)	① 世界選手権(2009年, ベルリン)に出場する
分岐点 (Bifurcation Point: BFP)	① アンダー23のプロジェクトに選ばれ, 走り方を始めて指導してもらう ② 自由にやらせてもらえるという条件でN大学へ入学 ③ 2~3試合に1回の頻度で怪我をする ④ 日本選手権に負けオリンピックには出場できない
必須通過点(Obligatory Passage Point: OPP)	① 本格的な自己管理の始まり
社会的方向付け(Social Direction: SD)	① 生活環境の悪さ(特に食事面) ② 就職内定が破棄されてしまう
社会的ガイド(Social Guidance: SG)	① 高校の顧問から勧誘を受ける ② のびのびできる環境でインターハイ選手が毎年いる環境 ③ ビデオなどを見てもらいコメントなどしてくれる指導者の存在 ④ 怪我時のコーチや家族からの温かいサポート ⑤ 就職先決定時のサポート

7. 社会的方向づけ (Social Direction: SD)

SDは, SGとは対照的に, 阻害・抑止的事象は社会的方向づけとして捉えた。

III. 結果および考察

4名(A, B, C, D)の選手のインタビュー調査から得られた語りを時系列順にし, TEMの概念の位置づけは表にまとめた(表1~4)。得られた語りから, 得られた表からそれぞれのTEM図を作図した(図1~4)。ここでは, 幼少期から競技力を獲得し大学で陸上競技部に入部するまでを第I期, 入部してから日本代表に至るまでを第II期, 日本代表から引退に至るまでを第III期と, 3つの期間に分類して記述

した。なお, 斜体部分は抽出した本人の語りである。

1. 第I期

本研究の対象選手4名は幼少期から足が速かったことを語っていた。[A]の両親と[B]の母親以外の親にはスポーツ経験があった。[A]の兄は甲子園に出場した経歴があった。また, [B]は草野球, [C]はサッカーとソフトボール, 夏休みには陸上競技, [D]はサッカーをするなど, 活発な幼少期であったことが窺えた。

中学生になると運動部に入部した。[A]の場合, 練習に意欲的ではなく, 先輩も厳しく管理されることが嫌いで「陸上競技に興味がなくなっていた」と語っている。しかし, 三段跳びで東部大会などに出

場するなど、能力は高かったといえる。1つ年上の先輩には全国大会優勝者がいたと語っている。[B]の場合、球技に興味があり、体育大出身の先生の存在も重なって、強い運動部で活動したいという気持ちが芽生え、ハンドボール部に入部した。ハンドボール部での厳しい練習の結果、全国大会に出場することができた。「この時のハードな体づくり練習が陸上競技の基礎となった」と語っている。[C]の場合、中学校の学級担任が陸上競技部の顧問であり、半ば強制的に入部したが、[C]自身も「自信があった」という。練習には意欲的ではなかったが、全国大会まで出場した。[D]の場合、サッカーで市の選抜に入るなど活躍していたが、「チームスポーツは自分の努力だけで勝敗が決まらないことに納得できなかった」という理由から、個人種目の陸上競技部に入部した。全国大会にまで出場するが予選敗退という結果であった。

4名は高校では陸上競技部に入部した。高校の選択理由に関しては、[A]は勧誘があったこと、[B]は進学校であること、[C]は自宅から近いこと、[D]はその高校に魅力を感じていたこと、と様々で、スポーツ推薦で入学したわけではなかった。[A]の場合、初めは棒高跳びを専門的に練習していたが、練習中に怪我をしてしまった。しかし、その頃から「練習に対して意欲的に取り組みたい」と思い始め、まずはスピードをつけるために短距離ブロックと一緒に練習するようになっていった。その後、棒高跳びは怪我をした時の恐怖から、再び専門種目にするにはなかった。[B]の場合、進学した高校にいたハンドボール部の先輩が陸上競技部の先生に紹介し、また同じクラスの友人が誘ってくれたことがきっかけで陸上競技部に入部した。走り幅跳びを専門種目とし、「1年生ながらに好記録を出したことで合宿に呼んでもらっていた」と語った。[C]の場合、もともと高校でも陸上競技を継続する予定で入学した。100mと200mを専門にしていたが、「東京の世界選手権(1991年)で400mを観戦し、高野進選手の走りに感動して400mを始めた」と語った。[D]の場合、中学時の全国大会で歯が立たず、「そのまま辞めよう」と思っていたところ、高校の先生からの誘いを受けて推薦で入学し陸上競技部に入部した。自主性を重視する学校であり自分で練習メニューを考え、練習をこなしていた。

高校では4名とも競技力を向上させ、全国ランキング上位に入った。[A]の場合、短距離を専門にしてから記録は伸び、200mでは全国大会に出場するまでに至った。このとき4×400mRで全国大会優勝

を目標に掲げ400mに取り組むようになった。400mでは当時の高校ランキングトップの記録を出し、200mでは全国大会で3位に入賞した。その実績から日米ジュニア遠征に参加し、「400mは通用する」と手ごたえをつかんだ。[B]の場合、様々な合宿に呼んでもらいいろいろな指導者から指導を受けた。「自分の中で合うか合わないかを感覚で選び、試していた」という。2年生では全国大会で3位になるなど、実績を積み全国の合宿などにも参加するようになった。合宿には強い選手たちが多く、刺激を受けていた。コンディショニングやピーキングについての知識は十分にはなかったが、3年生で全国大会優勝を遂げた。アジアジュニアにも参加し、海外の試合の雰囲気を楽しんでいた。また、「走り幅跳びのために100mを速くしたい」という気持ちもあった。[C]の場合、高校に入学しても、なお練習に対する意欲は低く、月に1回しか練習をしない時もあったという。しかし、記録は伸び続け3年時には全国大会にも出場した。結果は準決勝敗退であったが、全国トップの記録をマークしていた。練習不足がたたり、国体には出場できなかった。[D]の場合、同じ学校からは毎年全国大会出場者が出ていて、強くなろうとする雰囲気があった。「自分で練習メニューを立てて結果を出すことに、楽しくなってきた」と語っていた。記録は順調に伸び、世界ユース選手権大会にランキング上位で出場した。また、全国大会上位者対象のアンダー23プロジェクトに参加し、走り方を初めて指導してもらった。

2. 第Ⅱ期

4名は高校に引き続いて、大学でも陸上競技部に入部した。[A]の場合、大学からの勧誘を受け、入学してすぐに迎えた関東インカレで3位に入賞した。その実績からJAAFの合宿に呼んでもらい、当時の日本のトップ選手らと一緒に練習をした。そこでトップ選手と競えることに楽しさを感じるようになってきていた。[B]の場合、親の影響から卒業後の就職のことも考えて、家からも通えて競技もできる大学を選択した。[B]は高校時代に全国大会で優勝経験があった。大学では先輩と競技力に差がありながらも上手に付き合っていた。このとき、日本代表は憧れの存在でしかなかったという。[C]の場合、唯一勧誘のあった大学に進学した。上下関係やしきたりの厳しい雰囲気であり、何とか乗り切ろうという気持ちだった。練習もハードであり、ついていくことで精一杯であった。自己記録の低い同期にも負け、危機感を感じていた。1年生が最もつらい1年

間であったと語っている。大学には技術的指導してくれる先輩もいた。[D]の場合、地元の大学で競技を続けるという選択肢もあったが、ある程度自由にやらせてもらうという条件で、強い勧誘のあった別の大学に進学した。コーチには練習メニューを確認してもらっており、現在も重要な試合の前に指導を受けている。

その後、日本代表への意識が生まれはじめる。[A]の場合、JAAFの合宿で「このレベルで頑張ってみようかな」と語り、上を目指すために、すさまじい練習量をこなしていった。日本記録(当時)を出すなどしていたが、スポーツ科学的な視点がなかったため体育学部への編入を希望した。しかし、このとき、編入はできないと言われたが、アジア大会で結果を出したことで、編入を可能にした。練習は量を重視したものから質を重視したものに変化した。ユニバーシアードに出場すると、翌年にはオリンピック出場を果たした。[B]の場合、記録は順調に伸びたが、怪我が多く、日本選手権で結果が出せなかった。アメリカ遠征に参加するなど海外の雰囲気を知った。しかし、周りの人からは競技に気を遣われることがなく、食事や遊びに誘われたりしていた。競技をおろそかにしないように上手に付き合いつつも、周りの強い選手らはオリンピックで活躍してくるなど刺激を受けていた。「そういうことがモチベーションに繋がっていた」と語り、それがきっかけとなり、日本代表への意識が生まれた。また、記録を出すために自分に向き合い、ピーキングを考へることや感覚を研ぎ澄ますことをするようになった。その後、走り幅跳びをメインにしていたが、100mで日本記録(当時)を更新した。目標であった8m越えも達成した。ヨーロッパ遠征にも参加しており、ドイツの練習施設やコーチを見て、憧れを抱いていた。そして海外拠点を実現できる企業へ入社した。ドイツでは当時の最先端の練習がなされ、これまでの2~3倍の練習量をこなすようになった。ジャンプ系や、ウェイト系の練習が多く、「走り幅跳び練習がスプリントにも噛み合った」と語っている。走り幅跳びで初めて世界選手権に日本代表として出場すると、翌年には100m、4×100mR、走り幅跳びでもオリンピックに出場した。[C]の場合、学年が上がり、練習にも慣れ始めて目標が明確になってくると、日本インカレで初入賞を果たした。国体では200mで5位に入賞するも、同じ大学の同期に負けてしまい、初めて競技で悔しさを感じた。「その頃からライバル心的なものが芽生えた」と語り、これまで以上に練習に対して熱心に取り組むように

なった。3年時には400mでは45秒台に肉薄した。200mで世界選手権の標準記録を突破し、そのまま200mと4×400mRのメンバーで日本代表として初めて世界選手権に出場を果たした。しかし、4×400mRには補欠であったため出場できなかった。それで逆に「やってやろう」と意欲が高まったという。4年時は4×400mRでオリンピックに出場するも、「世界選手権とオリンピックでは別物であった」と語っている。[D]の場合、大学で記録は順調に伸びていたが、生活面では寮の食事をまともに食べられず偏食していた。試合では2~3試合に一回は怪我をしており、偏食が原因ではなかったかと語っている。[D]は「怪我をするたびに自分に大切な事を教えてくれた」と語っている。また怪我をして意欲が下がりそうなときは、コーチや両親は前向きな言葉かけをしてくれていた。このころから「栄養のことに関してすごく考えるようになった」という。4年ではオリンピックを意識したが日本選手権で怪我をして、納得ができるまで競技の継続を決めた。最初に決まっていた企業にいけないことになってしまったが、多くのサポートを受けて企業を見つけ、競技を続けられることになった。社会人で一人暮らしが始まり、特に食事の面で本格的な自己管理を始めると、現在に至るまで「ほとんど怪我をしていない」と語っている。その結果、社会人1年目で世界選手権への出場を果たした。

3. 第Ⅲ期

日本代表の経験を経た4名は、拠点が変わるなど、周りや練習の環境の変化があった。[A]の場合、一度目の日本代表を経験した後、再びオリンピックに出場を果たした。この頃、レース中に肉離れをした。トレーニングで鍛えていないところは頭だけだと考え、大学院で心理学を専攻した。その後、鷲足炎になり、まともに練習できない時期があったため、記録が一時的に停滞した。それでも、頭を使ってプラン通りに走ることができて44秒台を出すことができた。しかし、「世界レベルの選手と前半から戦っていくためにはスピードが必要である」と語り、100mの練習に取り組み始め、レースも100mを中心に出場していった。練習量はこれまでの10分の1にまで減ったが、「このときは楽しく陸上競技ができていた」と語っている。[B]の場合、2度目の日本代表を経験した翌年、怪我をしてしまった。ドイツの医師に治療してもらいながらも、ごまかしながら練習を続けていたため、踏み切り足を骨折する事態に陥った。その頃、練習拠点をドイツからアメリ

カに移していた。このとき、「一度やってきたことをリセットさせて新しいスタートを切るという位置付けであった」と語っている。アメリカはドイツよりも理論的な練習で、年齢的にも合っていて様々な技術を教わった。しかし、言われたことをそのまま受けているだけでは結果が出なかったため、技術を噛み砕いて自分なりの技術に変えていった。試合で試しながら技術をものにする姿勢は高校のころから見られた。その後、現在の自己ベストである記録をマークすることになり、年齢や9秒台が目前に迫っていたこともあり、走り幅跳びを辞めて100mに専念することになった。[C]の場合、社会人になるにあたって同郷の先輩でもある[B]と同じ企業に就職し、陸上競技を継続することになる。ここで初めて怪我をし、さらに日本選手権では高校生に負けた。翌年に迎えたアジア大会の4×400mRで優勝すると、その走りを見ていた[A]から指導を受けることになった。技術的な指導を受け、「動きに変化の生まれた」と語っており、[C]は400mで初めて日本代表として世界選手権に出場することになった。[D]の場合、日本代表後も自己ベストを更新するなど記録を伸ばしていった。「あくまで日本代表として世界と戦いたいと漠然と思うだけであった」と語った。この頃、所属する企業を変えることになった。移った所属先でも自己ベストを更新し、一時期には世界ランキングがおよそ20位あたりの記録をマークした。そこから、「世界のファイナリストを意識するようになった」と語った。

競技を継続するきっかけは何だったのだろうか。彼らは怪我や環境の変化がありながらも、確実に競技者として力をつけてきた。一方で、年齢を重ねるにつれて記録の停滞や、周りの選手の引退もあった。[A]の場合、100mに取り組み始めたころ、周りの同年代の選手らは引退していた。[A]は「400mをやってきた答えを見出したい気持ち」と、「1991年に迎える東京での世界選手権でファイナリストを目指したい気持ちがあった」と語った。[B]の場合、100mで9秒台に肉薄する記録を出してから9秒台を目指したが、年齢は30歳を迎え、意欲に低下があったことをほのめかしていた。それでも世界選手権に出場するなど結果は残してきたが、「試合にドキドキしなくなってきた」と語り、意欲の低下が示された。このとき、「フェードアウトしようと思っていた」とも語っていた。しかし、その後迎えたアジア選手権で決勝に残ると、「面白くなってきた」と語り、2007年に大阪で開催される世界選手権を目標に競技を続けることになった。[C]の場合、動きの変化

が現れ自信もついてくると、オリンピック前の試合で現在の自己ベスト記録をマークした。この頃から、のちにメダルを獲得する若手選手らがJAAFの合宿に参加するなどの刺激もあった。しかし、オリンピックの4×400mRでバトンミスをしてしまうと、インターネットで住所をさらされるなど、誹謗中傷を受けた。このことがきっかけに[C]は競技を引退しようと考えた。しかし、「このまま辞めたら負け犬になる」と語っており、また同時に、[B]の「自分に限界を作るな」という言葉に競技を楽しもうという気持ちになったことが継続を決めている。[D]は現役で活躍している選手であり(2016年時点)、引退について考えているという語りはなかった。

引退という選択をせず、競技の続行を決めた3名(A, B, C)は日本代表として素晴らしい結果を残すことになった。[A]の場合、100mで当時の国内トップ選手らにも勝つなど結果が出始めた。400mに戻ると、前半のスピードが速くなり、現在も破られていない日本記録をマークすることになった(2017年現在)。その年、「最も陸上人生で盛り上がった」世界選手権東京大会で決勝に残り7位入賞を果たした。[B]の場合、競技に対する意欲を取り戻すと、世界選手権大阪大会を機に引退をしようと考えていたため、大学院に進学しセカンドキャリアの準備をし始めた。練習は最低限行い、試合にはほとんど出場しなくなった。しかし、世界選手権大阪大会のために大学院を休学した。世界選手権の4×100mRで5位に入賞を果たすと、その流れから翌年のオリンピックでは銅メダルを獲得する快挙を成し遂げた。[C]の場合、競技の継続を選び、まずは「1年ずつしっかりやる」と決めた。4年後、オリンピックの4×400mRでメダルまであとわずかとなる4位入賞を果たした。「緊張すればするほど結果が良い」と語っており、このときも緊張していたという。

そして3名(A, B, C)は競技生活を終えた。[A]の場合、世界選手権で7位入賞を果たすと、翌年のオリンピックでも8位入賞を成し遂げた。しかし、この時からアキレス腱の痛みがひどくなり、ジョギングもできない状態になっていた。レースも徐々に減り、ついには引退に至った。[B]の場合、オリンピックでメダルを取ると、「自分がすべきことは全部やりつくした」と語っており、引退に至った。[C]の場合、オリンピックで4位に入賞した後、資格取得の勉強などに多くの時間を割き、「試合にほとんど出場していなかった」という。「試合で緊張感を感じなくなり、辞め時」だと気が付き引退に至った。

4. 共通点

得られた語りから、4名の共通事項を抽出し、再度TEMを作図した(図5)。

第I期において、幼少期の運動経験は様々であったが、足が速いということは自覚していた。中学校に入学すると、種目や競技レベルは様々であったが全員が運動部に所属していた。高校に進学すると陸上競技部へと入部し、いずれも全国大会で優勝を飾っているか、当時の高校ランキングで上位にランクインしていた。渡邊ら(2013)は日本代表選手の約80%が高校で全国大会に出場し、そのうちの約60%が入賞していることを示している。今回の結果からも同様のことが示された。しかし、この時期は技術的に未熟な部分があると考えられるため、潜在的な能力はあっても記録として現れない可能性もある。また、[A]、[B]、[D]は高校生ながら、海外での試合を経験していた。練習内容に関しては、4名とも統一性はなかったが、[B]は合宿で教わったことを試行錯誤しながら自分に合ったものを試していくこと、[D]は自分で練習メニューを自分で考え実行していくなど、今後の競技者としての軸となる部分を、この時から養っていたと思われる。環境の変化を求め、練習拠点が変わった時、練習スタイルを確立しておくことは、競技成績を順調に伸ばしていったことを可能にしていたと考えられる。この時期には、4名の両親は、日常の練習や試合結果に対して指導や助言をすることはなかったが、弁当の用意やビデオ撮影などで競技生活を支えていた。過干渉な支援というよりも、暖かくやりたいことを応援してくれていたと感じる。北村(2002)は、子どものスポーツ参加に関して、子どもは社会化されていく過程において、親が干渉しすぎることでモチベーションを低下させて、やる気を失ってしまうと示している。4名の親は過干渉なサポートではなく、彼らのやりたいことを尊重していた。指導者はもちろんだが、親からの過剰でない支援が競技へのモチベーションを維持させる大きな要素であると考えられる。

第II期において、大学では勧誘を受けて陸上競技部に入部した。4名は高校でトップの記録を出し、大学でも怪我や周りの影響を受けながらも確実に競技力を獲得していき日本代表になっていた。日本代表になる前に、形は様々であったが、外部から受けた刺激をきっかけとした心情の変化が見受けられた。ここから日本代表を意識し、競技に取り組んでいった。[A]のように合宿から得られた刺激や、[B]、[C]、[D]のように悔しい思いや経験から受け

た刺激から、競技の価値観を変えるきっかけがみられた。このような活動の代表的な例として、大阪府では「OSAKA夢プログラム」と呼ばれる、大阪からトップアスリートを輩出する事業を展開している(大阪競技協会, online)。年間を通して多くの練習会や説明会を開催し、アスリートの育成を図っている。成長著しい、多田修平選手はこの事業の一環である海外合宿冬季練習会で、男子100mの元世界記録保持者であるアサファ・パウエル選手らと練習する機会を得て筋力の増加がみられた他、多くの技術を学んだとされる(陸上競技社, 2017)。しかし、多くの陸上競技協会で、このような積極的な強化活動はまだ見られない。このことから、指導者は、選手が多くの刺激を受けられる環境を整えることが、選手の競技レベルを上げるきっかけになると考えられる。なお、大学在学中に日本代表に至った者は2名(A, C)、大学卒業後に日本代表に至った者も2名(B, D)であった。[B]や[D]のように怪我で悩まされる時期もあるが、周りの影響は大きかった。[B]は周りの強い選手らから刺激を受けて奮起し、[D]はコーチや両親の支えで乗り切ることができていた。第I期では両親の支援が大きな支えとなっていたが、第II期ではコーチなどの指導者からの支援が中心となっている。Duffy et al. (2010)は、競技者が成功を収める上で鍵となる要素はコーチングの質であると述べている。このことからコーチの育成も必要不可欠であることがわかる。ハイパフォーマンスコーチの育成が求められている今日(日本オリンピック委員会, 2016)、選手のパフォーマンス向上は選手の努力だけに委ねられないだろう。

ここで、男子100mの日本歴代20傑選手(日100m)および、世界歴代30傑選手(世100m)の生涯最高記録の平均年齢を見てみると、日100mの 23.4 ± 3.2 歳に対して、世100mは 26.4 ± 3.1 歳と約3年程度の差が認められている(森丘, 2014)。つまり長く競技を継続することがハイパフォーマンスを目指すための一つの要因となり得るのである。また、中学で陸上競技に取り組んでいた者の半数以上が高校で陸上競技をやめてしまう中(日本陸上競技連盟, online2)、高校でも陸上競技を継続している理由を尋ねたところ、「自分の技能や競技成績を伸ばしたい」「そのスポーツや活動をするのが好き」が圧倒的に上位を占めていた(渡邊ら, 2016)。高校での部活動の継続率を高めるためには、指導者が部活動に促すだけでなく、競技に意欲的になれるような指導方法が必要だろう。また、高校から大学での競技の継続率は約20%とさらに低い(日本陸

上競技連盟, online3). 大学での競技の継続率を上げることも求められている。

第Ⅲ期において、大学の卒業や大学院への進学で環境を変えざるを得なかった者、所属先の変更があった者など、理由は様々であるが環境に変化が見られた。また、第Ⅲ期でも怪我の影響で練習を十分にできなかった者 (A, B, C) がいた。先行研究は見当たらないが、多くのアスリートにとって、環境の変化は競技力を大きく左右するだろう。パフォーマンスを下げってしまう可能性も考えられるが、4名は環境が変わっても、全員が自己ベストを更新している。3名 (A, B, C) は怪我をしていたが、環境の変化に対応できていたと考えられる。さらなる飛躍を求めるには、これまでと違った取り組みが必要であることが示唆される。しかし、第Ⅲ期以前に、[B] や [D] は独自の練習スタイルを獲得していたことが見受けられたことから、環境の変化を迎えても、自分の練習スタイルが変わらなかったことがパフォーマンスの向上につながったことも考えられる。林・土屋 (2012) は、オリンピックを経験したことのあつる選手らが環境の変化を迎えた時、人間関係の円滑化を目的としたサポートが必要であると示している。指導者の指導方法が選手に合っているかを考えるだけでなく、関係性を深めていくことが必要であると考えられる。

その後、3名 (A, B, C) は、理由は様々であったが、競技引退を考える時期が存在していた。しかし、競技を続ける理由を見つけ、〈最高パフォーマンス〉に至ることになった。〈最高パフォーマンス〉を果たすと、怪我による痛みや年齢のこともあり、引退に至っていった。なお、D氏は現役で競技を続けている選手 (2016年時点) なので、〈最高パフォーマンス〉の設定をしなかった。

IV. まとめ

本研究では、日本代表経験のある男子短距離選手を対象に、複線径路・等至性モデル (TEM) を用いて日本代表に至るまでの共通性を明らかにすることを目的とした。対象は、世界選手権とオリンピックに出場経験のある4名の男子短距離選手で、半構造化インタビューを実施した。基幹質問は、1) 両親のスポーツ歴、2) 陸上競技に関わらずスポーツとの最初の出会い、3) 陸上競技を始めたきっかけ、4) スポーツや種目の選択および変更について、5) 人的・物的環境の特徴について、6) パフォーマンスの停滞・低下時の状況について、7) 著しいパフォー

マンス向上時の状況について、8) 最初の国際大会および世界大会出場について、9) 引退の決定因子であった。

TEMを用いてインタビューの逐語記録から共通点を明らかにしたところ、4名は幼少期から足が速いことを自覚していた。中学生になるとスポーツ種目やパフォーマンスレベルは違えども、運動部に所属していた。高校でも陸上競技部に所属し、高校トップレベルのパフォーマンスを発揮していた。このとき、親は彼らのやりたいことを尊重し、過剰でない支援があったことが窺えた。大学在学中もしくは大学卒業後に日本代表に至っていた。初めて日本代表になる前に外部からの刺激を受けて、陸上競技への価値観の変化を経験しており、そこから日本代表への意識が生まれていた。また、日本代表経験後、環境の変化があつてもパフォーマンスを向上させていた。競技引退を考えることもあつたが、競技を継続する理由を見つけ出すことが、その後の最高パフォーマンスの発揮につながっていた。

V. 引用文献

- Duffy P, Crespo M and Petrovic L. (2010) The European Framework for the Recognition of Coaching Competence and Qualifications—Implications for The Sport of Athletics. *New studies in athletics*, 25(1): 27-41.
- 林 晋子, 土屋裕睦 (2012) オリンピアンが語る体験と望まれる心理的サポートの検討 —出来事に伴う心理的变化と社会が与える影響に着目して— *スポーツ心理学研究* 39(1):1-14.
- 川喜田二郎 (1967) 発想法 —創造性開発のために—。中央公論社。
- 北村尚浩 (2002) 子どもを取り巻くスポーツへの社会化要因 —機能か逆機能か—。第53回日本体育学会大会号, p44.
- 森丘保典 (2014) タレントトランスフォーママップという発想 —最適種目選択のためのロードマップ—。 *陸上競技研究紀要*, 10:51-55.
- 日本オリンピック委員会 (online) 日本代表選手団。 <https://www.joc.or.jp/games/olympic/riodejaneiro/japan/>. 2017年12月10日閲覧。
- 日本オリンピック委員会 (2016) JOCの活動。日本オリンピック委員会。
- 日本陸上競技連盟 (online1) 日本陸上競技連盟小史。 <http://www.jaaf.or.jp/history/syoushi/> 2017年11月23日閲覧。

日本陸上競技連盟 (online2) トップアスリートへの道 ～タレントトランスファーガイド～. <http://www.jaaf.or.jp/athleticclub/transferguide.pdf> 2018年1月16日閲覧.

日本陸上競技連盟 (online3) 登録について. <http://www.jaaf.or.jp/about/entry/>. 2017年12月10日閲覧.

日本陸上競技連盟 (2017) JAAF VISION. 日本陸上競技連盟.

大阪陸上競技協会 (online) OSAKA 夢プログラム. http://www.oaaa.jp/yume2020/yume2020_index.html 2017年12月2日閲覧.

陸上競技社 (2017) 男子100 m 多田修平 (関学大) ～日本スプリント界の新星. 月刊陸上競技. 7月号, p147-149.

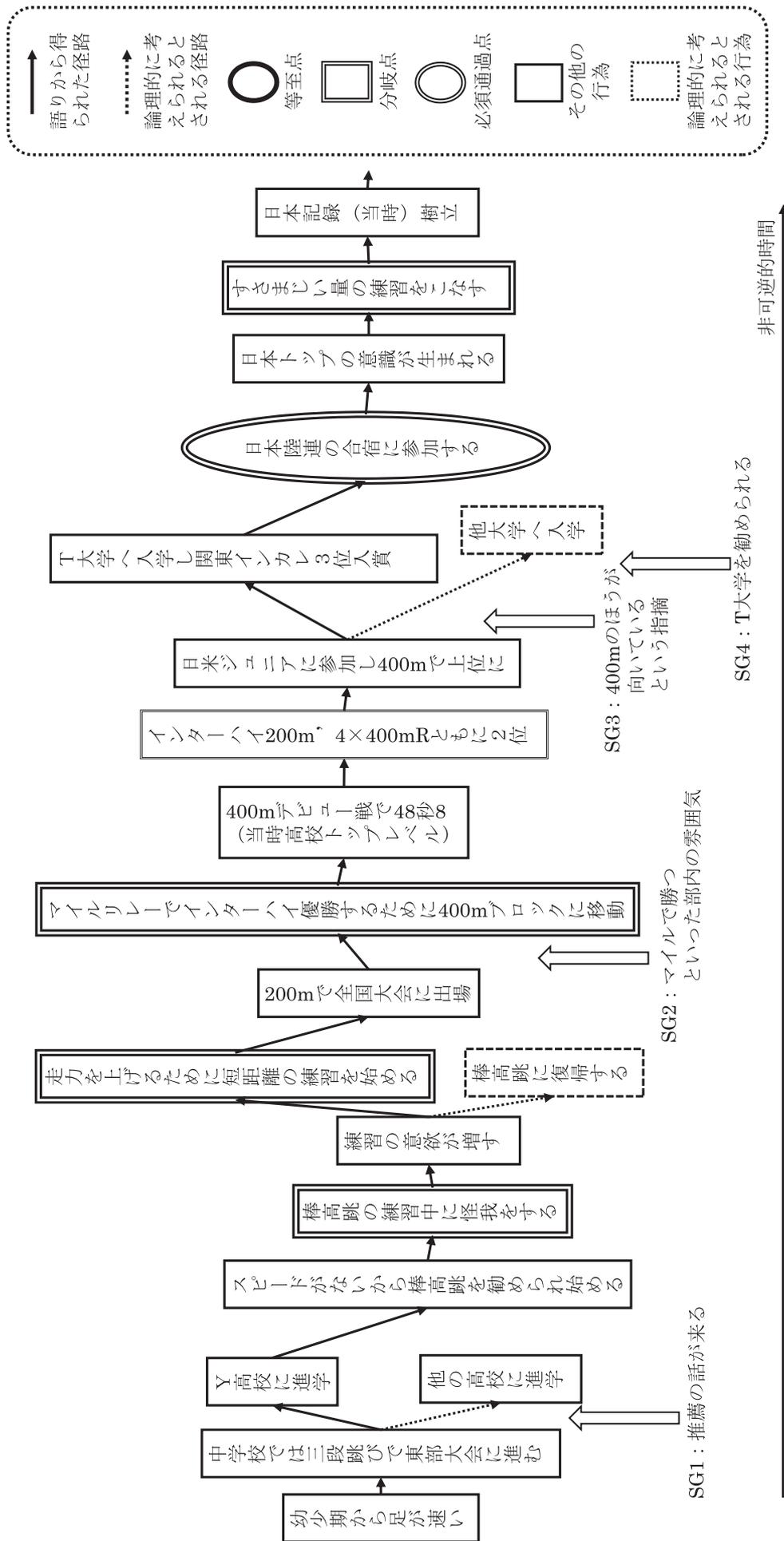
サトウタツヤ (2009) TEMではじめる質的研究 時間とプロセスを扱う研究を目指して. 誠信書房.

渡邊將司, 伊藤静夫, 三宅 聡, 森 泰夫, 繁田 進, 尾縣 貢 (2013) オリンピック・世界選手権代表選手における青少年期の競技レベル —日本代表選手に対する軌跡調査—. 陸上競技研究紀要, 9:1-6.

渡邊將司, 明珍直樹, 上地 勝, 久保佳彦, 森丘保典, 三宅 聡, 繁田 進, 尾縣 貢 (2016) 高校生における陸上競技の継続および非継続に関する要因. 陸上競技研究紀要, 12:11-20.

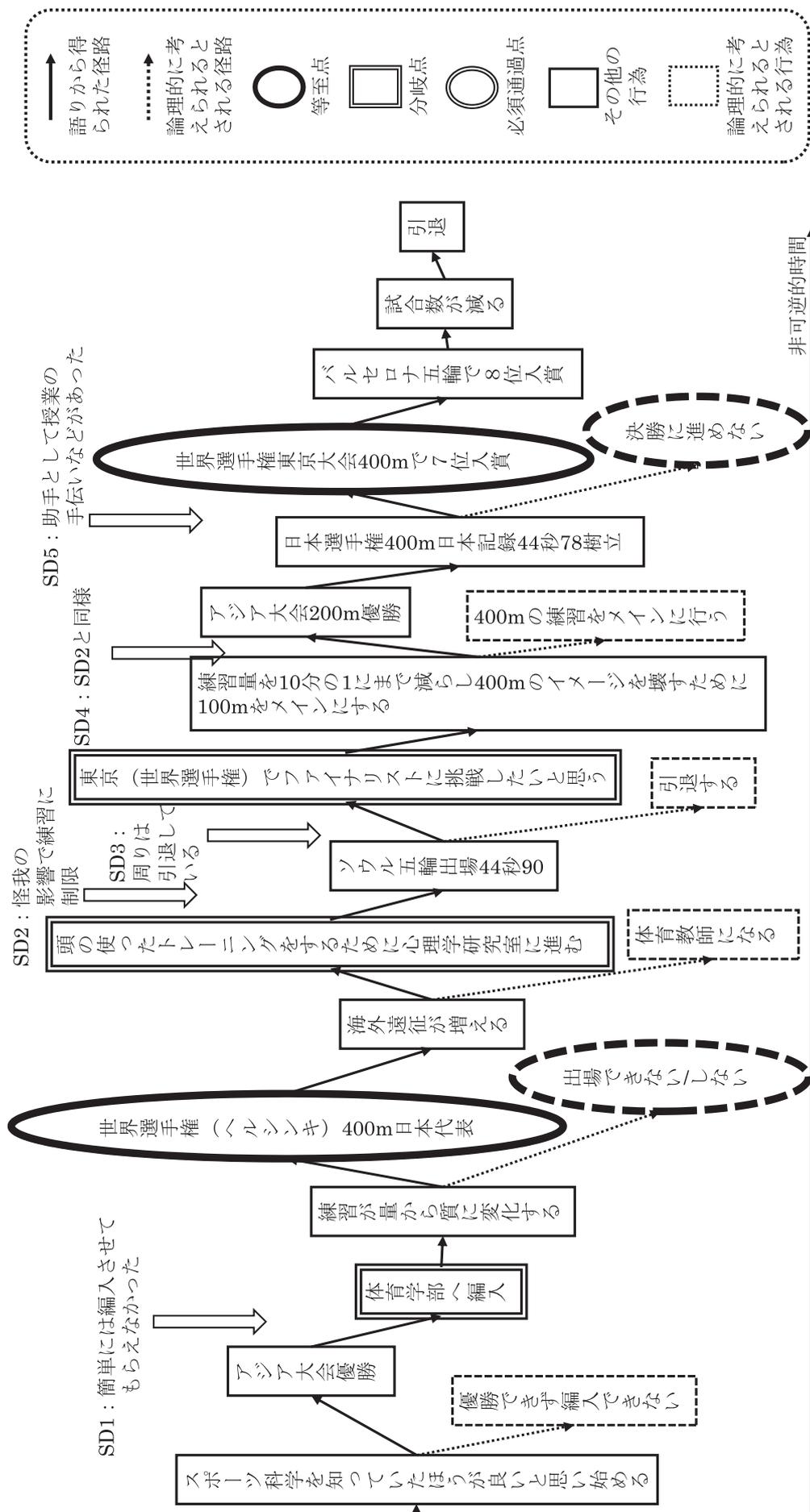
安田裕子 (2005) 不妊という経験を通じた自己の問い直し過程 治療では子供を授からなかった当事者の選択岐路から. 質的心理学研究, 4:201-226.

安田裕子, サトウタツヤ (2012) TEMでわかる人生の経路 —質的研究の新展開—. 誠信書房.



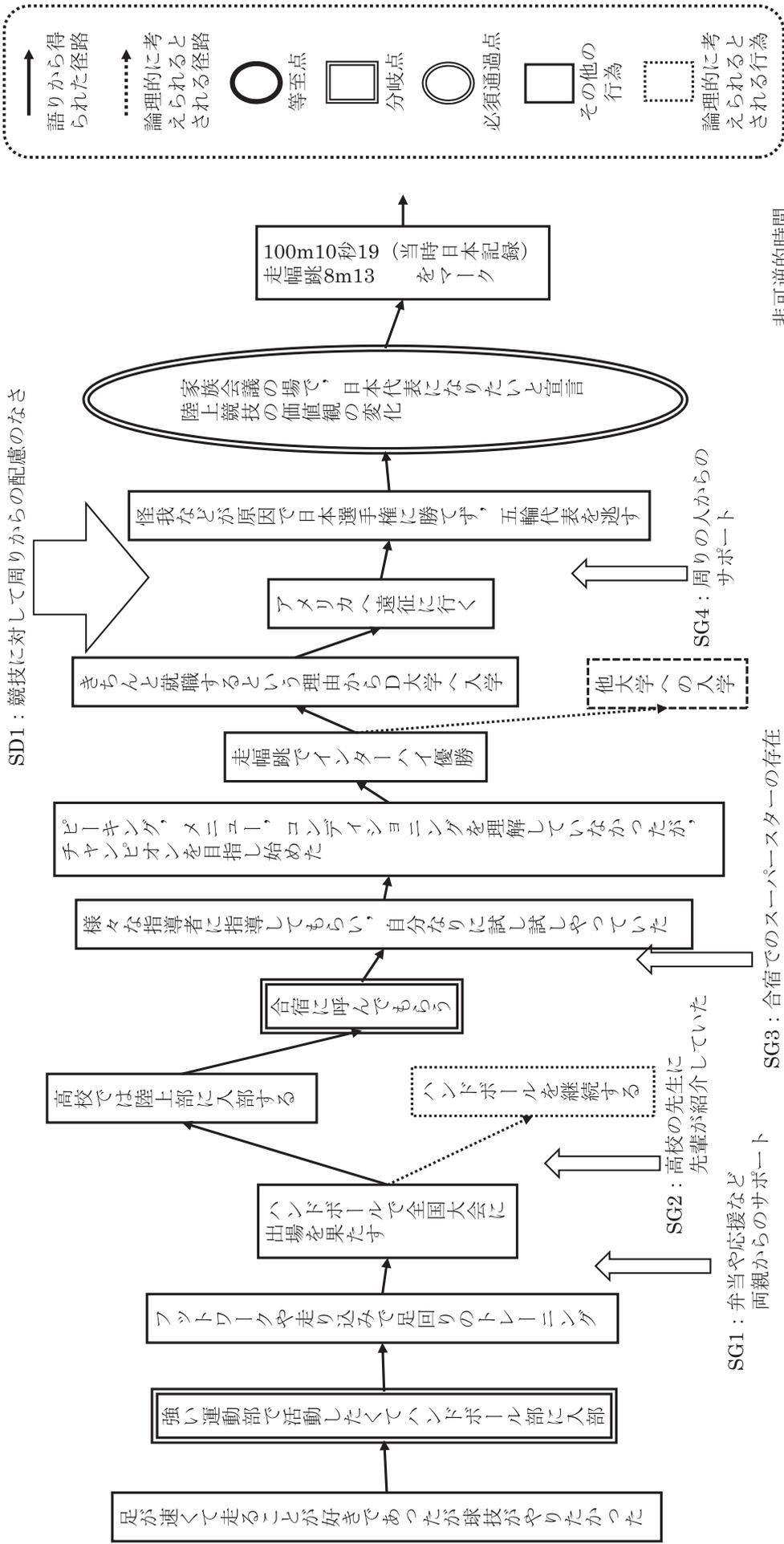
A氏

図1 A氏のTEM



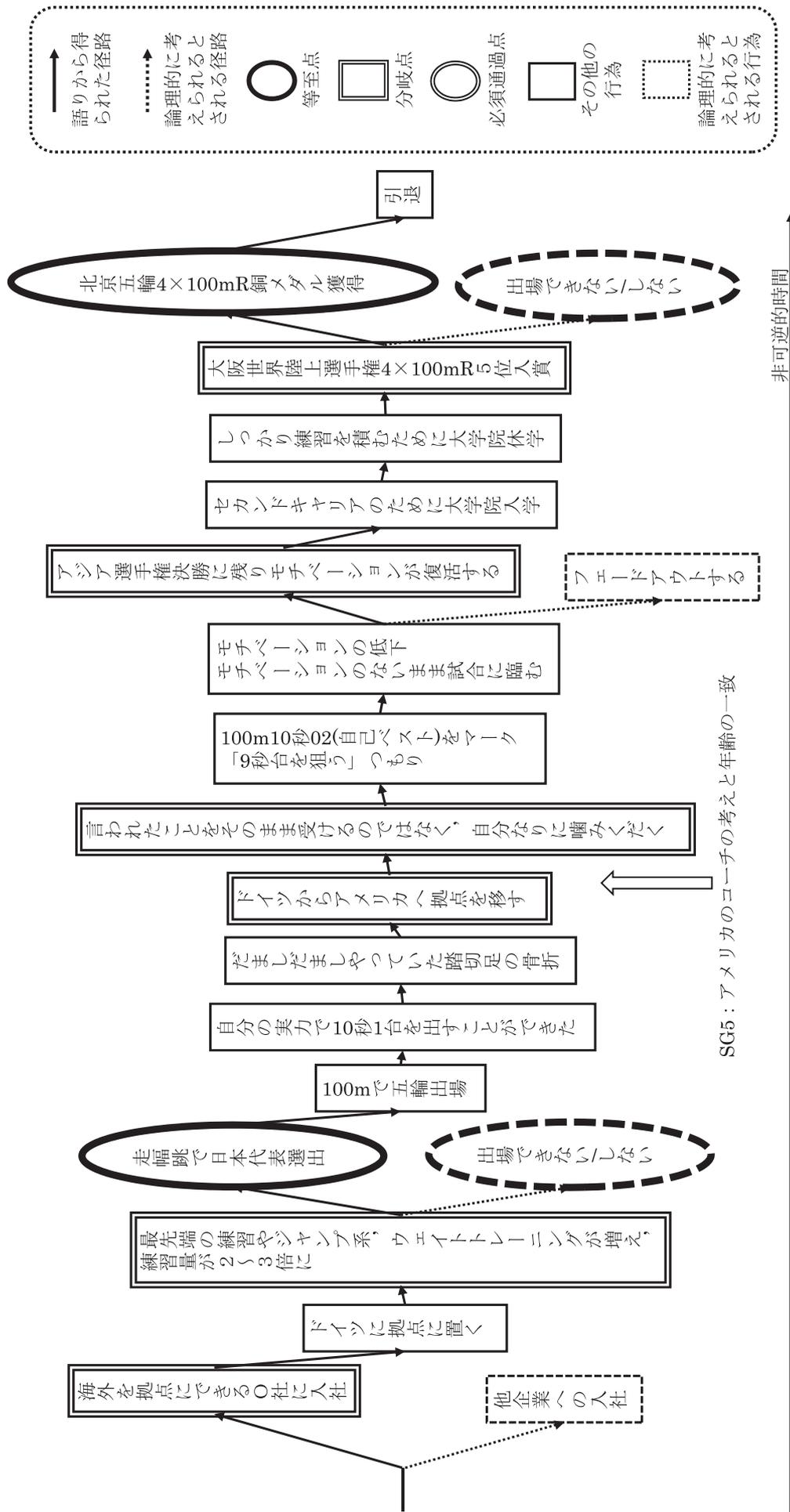
A氏

図1 A氏のTEM(続き)



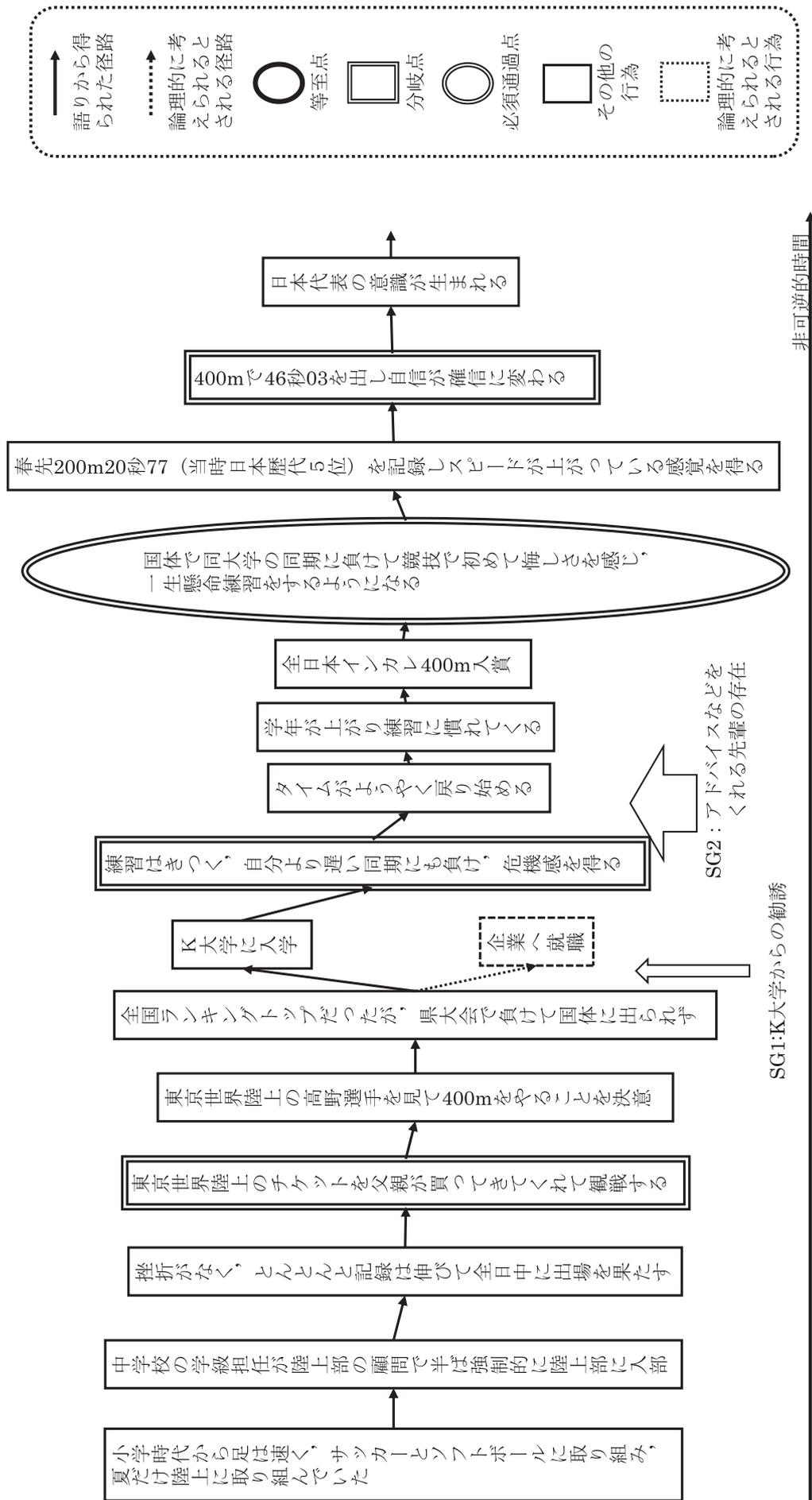
B氏

図2 B氏のTEM



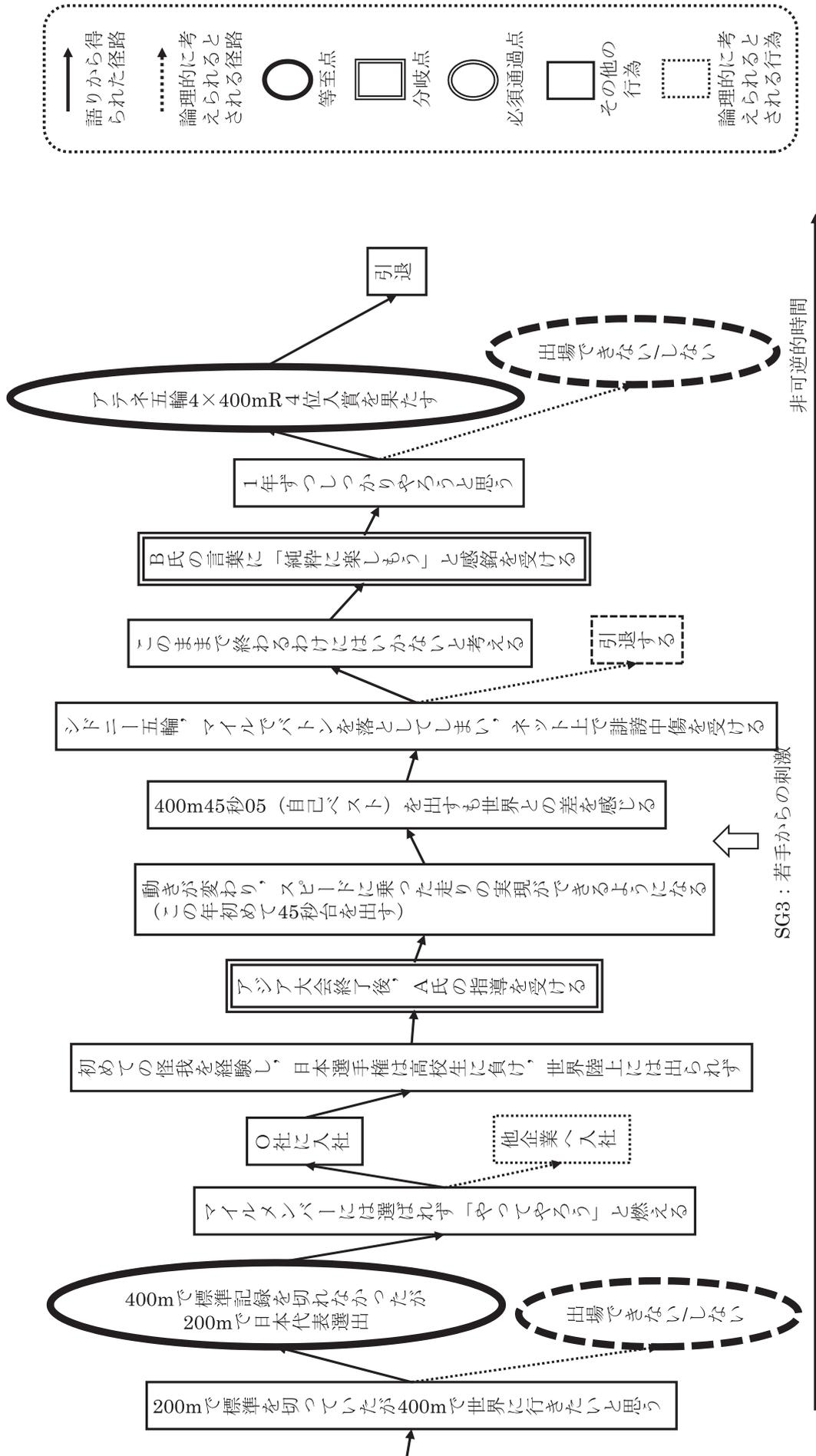
B氏

図2 B氏のTEM (続き)



C氏

図3 C氏のTEM



C氏

図3 C氏のTEM (続き)

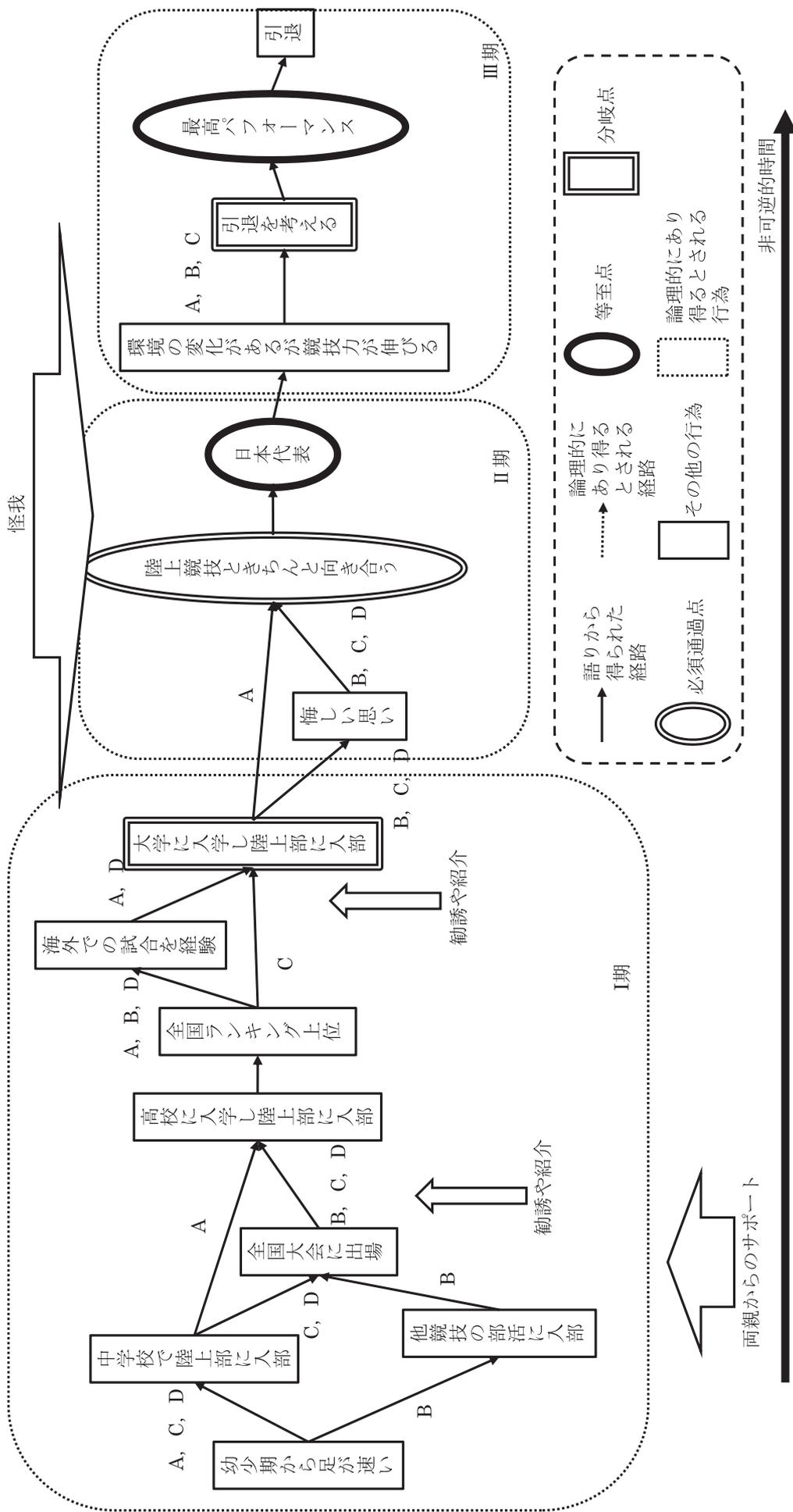


図 5 共通の TEM