

スポーツによる場づくり

2020年の東京オリンピック・パラリンピック開催に向け、スポーツへの関心が高まっているが、その多くは結果を求められる「競技」としてのスポーツだ。高齢者や障がい者、スポーツが苦手な人たちなどの、いわゆる「スポーツ弱者」が気負わず自由に楽しめるものは少ない。そんなスポーツ弱者も気軽に参加できる「ゆるスポーツ」なるものを考案し、各地でプロデュースしている。「世界ゆるスポーツ協会」代表理事の澤田智洋氏に、活動のきっかけや、企業・自治体を巻き込んだる場づくりなどについて伺った。

インタビュー

「一般社団法人世界ゆるスポーツ協会代表理事」

澤田智洋

Sawada Tomohiro

協坂敦史 取材執筆
増田智泰 撮影



東京オリンピック・パラリンピックを来年にひかえ、スポーツが熱い。世界のトップアスリートたちがしのぎを削る、というような華々しい話ばかりではない。高齢化社会のなかで、「健康産業」としてのスポーツは現代の日本では数少ない、はっきりとした成長分野といえる。福祉も医療も食品もファッションも地域おこしも、スポーツと結びついたものは多い。

とはいえ、こういう時代にあっても、スポーツには縁遠いという人が多いのも事実だ。なぜだろうか？ そんな根本的な問い直しから、わくわくするような新しい文化やつながりを生み出している人がいる。新しいスポーツをプロデュースすることで、さまざまな問題解決に取り組む「世界ゆるスポーツ協会」の代表理事を務める澤田智洋氏だ。「平成29年度にスポーツ庁が実施した調査によると、週1日以上運動・スポーツを実施する成人の割合が前年度の42・5%から51・5%へと大きく向上したそうです。でも同じ数字を見て僕は、まだ半分近くの人がスポーツを苦手としていて、スポーツから排除されていると感じてしまいます。障がいがあったり、子どもの頃に受けた体育の授業がトラウマになったり、四十肩で腕が上がらなくなったり……。さまざまな理由でスポーツから排除されている人はたくさんいます。スポーツを、そういう人でも楽しむことができる、能動的に参加できるようなものにしていきたいのです」

ゆるライゼーションで敷居を低くする

「イモムシラグビー」「ベビーバスケット」「ブラックホール卓球」「ハンギョボール」……。澤田氏が考案したり、あるいはプロデュースに関わったり

ミックスすることでより多くの人が参加できるようにしていきたい。近代スポーツに問題があるとすれば、健康な若い男性をメインターゲットとしてきた、そのセグメントのあり方ではないでしょうか」

コピーライターという職業柄だろうか、言葉の使い方にこだわりのある人だ。なかでも、「スポーツを設計するということは、新しい不便をデザインすること」という澤田氏の言葉には、はっとさせられた。手でボールを扱わないことがサッカーの「不便」だとすれば、イモムシラグビーは、立ってはいけない不便さがある。ベビーバスケット

澤田氏が「ゆるライゼーション」と呼ぶこのプロセス、実は「ゆるくていい加減」とは正反対、むしろ緻密な戦略や計算に基づいたものだという。「今、世界中で行われている近代スポーツは、高性能な時計をはじめとするテクノロジーによって、たとえば正確で公平なタイムをはかれるようになったことがベースにあります。チート（ずる）ができない、平等な環境でプレイヤーが競い合い、楽しめることが最大の特徴と言えるでしょう。勝ち負けやルールがあつて、本気を出すことができ。そういう近代スポーツの魅力はしっかりリスペクトしながら、ちょっとした工夫を加え、リ

して生まれたという新しいスポーツの多くは、ネーミングからしてキャッチーで親しみやすい。イモムシウェアを装着してほふく前進をしたり、激しく動かすと赤ちゃんのように泣き出してしまう特殊なボールを使ったり。これなら誰でも気軽に楽しめそう、という「ゆるさ」にあふれている。「人の営みというのは組織であれ文化であれ、放っておくと硬直化して、排他的になってしまふものですよ。『ゆる』というキーワードは、高くなってしまった敷居を下げ、より多くの人にウェルカムだよと言ってあげるためのスイッチだと思っています」



イモムシラグビー:専用のイモムシウェアを装着し、ほふく前進をするか転がりながらラグビーボールを相手側のトライゾーンに入れる競技。転がしながらパスし、後ろに向けてのみ空中パスもOK。ラフプレイをした人にはその場でひっくり返ったまま動けない厳しいルールも。



ベビーバスケット: 激しく振ったりドリブルすると大きな声で泣いてしまう特別仕様のボールを、相手側のゆりかごに泣かせず入れることができれば得点となる。ボールを持ち4歩以上歩くと「子煩悩」、3秒以上ボールを持つと「過保護」となり相手ボールに。



ブラックホール卓球: 真ん中に穴が開いているラケットを使用し、ゲームは6点先取で勝利となる。穴の大きさはS、M、L、LLの4種類あり、ダブルスの場合はSとLLのセットかMとLのセットどちらかを選択するため、組む相手や相手側の技量も見定め戦略を練る必要がある。

速く手荒にパスしてはいけないという、新しい不便なボールを使ったスポーツなのだ。

こうした「不便」をうまく設計することができれば、これまでスポーツを苦手としてきた多様な人びとが同じ土俵で競い合い、楽しむことができる。その場かぎりで終わらない、「ゆるスポーツ」が文化として根づいていく大きな可能性は、ここにあるのだろう。

スポーツをつくる人になってもらう

「世界ゆるスポーツ協会」によって生み出されたスポーツはすでに80を超える。そのなかには、もちろん澤田氏自身がコンセプトを考えてプロデュースしているものも多い。たとえば、「ゆるスポ・ヘルステア」。これは、「スポーツを葉に。」をキーワードとした、リハビリのかわりになるようなスポーツである。そのなかには、発声することをスポーツにできないか、という発想で考案された「トントンボイス相撲」も含まれる。あるいは、ゆっくり腕の伸縮運動を行う「こたつホッケー」。こうした健康増進やリハビリ、予防医療にも役立つようなアイデアは、医療関係者のアドバイスも受けながら、すでに病院や福祉施設で取り入れられている。

それらと同じくらいに澤田氏が重視しているのは、多くの人にスポーツのつくり手になってもらうという方法論だ。

たとえば千葉県のある老人福祉施設では、いわゆるアクティブシニアたちに自分たちで新しいスポーツを考えてもらった。協会側はこういう場合、直接的にはアイデアを出すことはなく、ディレクションやファシリテーションといった役割を担

ポジティブな「再発見」が生み出す好循環

新しいスポーツをつくりたいという自治体や企業に対して、いつも澤田氏が最初にやってもらうという作業がある。それは、自分たちの長所すべてを挙げてもらう、いわば「だめ出し」ならぬ「よき出し」だという。

企業なら、独自性の高い魅力的な技術や人といった財産。自治体なら、食べものや文化、歴史といった郷土自慢。誇れるようなものは特にないと云っていた人たちも、たとえば技術に詳しい部署の人から話を聞いたり、郷土の物産や歴史に詳



ハンギョボール：ご当地富山県氷見市のみならず各地で人気を集め、今年3月には「第1回春の全国中年ハンギョボール選手権大会」も開催された。



顔借競争：企業のテクノロジーがあればこそ実現するゆるスポーツも多く、また企業側もその条件に応じ開発努力をするなど、双方向でよいしくみが生まれている。



トントンボイス相撲：プレイヤーの「トントン」という声にあわせて土俵（盤面）が振動するしくみになっている。喉の機能が低下するお年寄りのリハビリにもなるスポーツだが、世代を超えて楽しめるため商品化もされている。



こたつホッケー：卓上にデジタルで映し出されたエアームかんをお茶を入れた湯呑みではじき返し、相手ゴールにシュートを決める競技。お茶がこぼれると「ペナルTEA」となり1点を失う。楽しんでいるうちに、自然と腕全体の伸縮運動になる。

う。3回のワークショップを実施し、自分たちの得意な動作をベースに1000円ショップで買える道具を使ったスポーツを考えてもらった。「箒で床を掃除する動きなら、お手のもの。そんなお婆ちゃんたちの言葉をもとに、ゴミに見立てたカラフルなボールを相手陣地に向けて箒で掃き合う『ヘイト・ダスト』というスポーツが生まれました。高齢者は、ともすれば甘やかされて、保護される対象となりがちですし、単なる消費者として扱われることも多くなってしまいます。でもこのとき、彼らは供給する側、何かを生み出す側にまわっていた。自分たちの考案したスポーツには愛着も湧くし、それをほかの場所や何かの機会

しい人の話を聞いたりして、いくつも列挙していくうちに、態度が変わってくるのだそう。ポジティブな「再発見」が、スポーツを生み出す原動力になっていく。

富山県氷見市で生まれた「ハンギョボール」はまさに、その好例だろう。特産品である出世魚のブリと街で盛んなハンドボールを組み合わせた。

「僕は氷見市の皆さんから意見を募り、一緒に実験会をしながらつくり上げました。市役所の人や地元の商店の店主さん、ピアノの先生、そして高校生たち。年齢も職業も本当にごちゃまぜのチームでしたが、スポーツを生み出すプロセスのなかで、皆氷見のことを大好きになって、今まで

に紹介したり、一緒に楽しんだりすればプライドも保たれ、友達もできます」
単なるレクリエーションや暇つぶしではない。文化としてのスポーツをつくってもらうというプロセスや役割を含めて提示しているところに、「世界ゆるスポーツ協会」の独自性と新しさがあがる。その潜在的な力の大きさに、多くの自治体や企業が注目しはじめている。地域や社会、そして企業が抱える問題群の解決に既存のスポーツを利用する。そこまでは誰もが考えることだろう。だが、今までにない新しいスポーツを自分たちでつくってしまうという選択肢は、これまでほとんどなかったと言っている。

関係性のなかった氷見のいろいろな人たちと友達になり、チームになれました」
そして、結果としてたくさんの方が夢中になれるスポーツが生まれた。

脇に抱えたブリのぬいぐるみは得点するたびに出世して大きくなる。だから、ハンドボールが上手な人ほどゴールがむずかしくなる。ゴールを決めたら、皆で「出世！」とコールする。ブリを落としたり、ファウルしたプレイヤーには「冷蔵庫」という名の厳しいペナルティが待っている……。ゲームにおける「能力の均一化」が図られ、世代や経験、体力が違ってもしっかりと試合が成立する。皆、勝利を目指して必死でプレイするけれど、負けてもなんとなく楽しい。スポーツの本質的な魅力がそこにあった。

「氷見市では今、このスポーツがすごく盛り上がっていて、学校の体育にも採用されたりしているんです。また、氷見市の外でもハンドボールの大会に合わせてPRしている。決して、一過性のもものになっていないのです。スポーツをつくるというプロセスと結果の両方が、さまざまな好循環とよい結果を生んでいると感じます」

企業の例もひとつ挙げるなら、たとえば日本電気（NEC）がもつ世界一の精度とスピードを誇る顔認証技術を使った「顔借競争（かおかりきょうそう）」がある。これは運動会の競技として知られている「借り物競争」に似ているが、自分と顔の似た人を探して「顔」を借りてくるというものが勝つ。スポーツの形でアウトプットすると魅力的でわかりやすく、体感しやすい。

その理由を澤田氏は、「スポーツがフィジカルなもので、不確実性が高いからでしょう」と解釈

している。社会のなかに情報量が増え、予測可能なものが増えるなかで、不確実性の体験であるスポーツに、より多くの人が惹きつけられている。

「ゆる」という日本独自のコンセプトがもつ可能性

大学入学までの多感な時期を長くヨーロッパやアメリカで過ごしたという澤田氏は、日本がもつ独自性や「らしさ」といったものを強く意識しながら、いつも仕事をしているという。

「世界にはさまざまな指標がありますが、ハーバード大学が提唱している経済複雑性指標というものもそのひとつ、ある国の経済活動がいかに多様であるか、いかに洗練されているかという評価軸です。この指標でランキングをつくると日本が世界で最も複雑性が高い。つまり、ほかの国では小さな弱い企業は淘汰されて消えていくことが多いし、地方の独自性もそれほど大切にされていない。日本にはよくも悪くもお互いが尊重する領域のよなものがある、特異な技術をもつ小規模零細企業といったものが存在する余地が残っているのです」

だからこそ、日本の自治体や企業には誇るべきものがたくさん眠っている。そういうたくさん希望をすくい出すという過程を、たまたまスポーツをつくり出すという作業を通してやっているというのだ。「ゆる」というキーワードにも、そんな澤田氏の強い思いと、戦略がこめられている。「日本語の『ゆる』は外国語に翻訳することのできないものだと思います。だから、日本人以外には『腹落ち』できない。おそらくハンギョポールのような具体的な例がいくつも紐づいて、初めて世界中でローマ字のYURUが広まり、

たとえば、本を読むとすぐ眠くなってしまったり、ときどきいますが、それを読書弱者と呼んでみたらどうでしょうか？ そこから、考えもしなかったようなサービスが生まれるかもしれない。今の日本社会には、わくわくするようなクエストが足りないと感じます。でも、こういう視点でものを考えれば、見たこともないようなニーズが、まだごろごろしているんですよ」

「ゆるスポーツ」をつくるときのポイントは、「苦手な人を起点とする」ことだという。スポーツが嫌いな人はスポーツに言いたいことがたくさんある。そして、そうした言い分やニーズはこれまで、まったく光が当てられてこなかったからこそ可能性に満ちている。

5月19日に開催された「ゆるスポーツランド2019」

「僕らが目指したい社会を、いち早く実現している、僕らなりの理想郷」と澤田氏が語るこだわりの一大イベント。日頃は個々で行われている競技が一堂に会することで、より敷居が低くなり、年代・性別を問わず誰でも参加できるため、世代間交流も生まれやすくなる。「ひとつでは変わらなくても、たくさん集まることで、より人びとの意識の許容度が高まります。ラブ&ピースではないですが、5年、10年後に社会全体の許容度が高まるように、このイベントや競技も広げられたら」と澤田氏。



上/協会開設の翌年2016年から年1回開催され、今年で4回目。年々規模も大きくなり、今年は東京・スポル品川大井町にて、約400人の参加者が集結した。下/23種目が行われイベント初登場の「500歩サッカー」や企業とコラボした「緩急走(かんきゅうそう)」なども登場し、世代を超えて盛り上がった。

当たり前の概念になっていくと思う」

澤田氏が定義する「ゆる」の概念とは、INCLUSIVE(包摂的)、LIBERAL(寛容)、OPEN(開かれた)、POP、CRAZYなど、12のキーワードで説明すべき意味内容をもつもの。それがピンとこない人にとっては、「ゆるライゼーション」といっても、それほど簡単なことではないだろう。

「欧米の文化は、たとえばディスカッションするときに黒か白かの二項対立を重視します。けれども、『ゆる』はそこに第3の選択肢を提示するものだと思います」

あれかこれか、という問いかけによって硬直化したものを解きほぐす不思議な力をもつのが「ゆる」だとしたら、澤田氏の描く「ゆるさ」が浸透した社会とは、どんなものなのだろうか？

「それは選択肢が豊富な社会、バラエティ豊かな社会だと思っています。そこにはいろいろな意味合いがありますが、たとえば即物的なわかりやすい話でいうと、コンビニには食べものや飲みもののバリエーションがすごくたくさんある。日本だけではなく、たとえばアメリカでは今、クラフトビールがすごくたくさんあって、お酒や嗜好品のようなものについてはすごくバラエティが豊かです。けれども選択肢の少ない領域というのは、まだまだたくさんあって、そのひとつがスポーツなのだと思います」

たしかに、その通りだ。何百とある近代スポーツはどれも、運動の得意な人、体が自由に動く人にとつての選択肢にはなりえても、約半分の人はそれを選ばなかったということ。

「同じように、保育園のあり方とかも選択肢が足りないでしょう。働き方についても、よく本業と

—そういうニーズを生かさない手はない。だから僕は、必ず誰か息のかよったひとりを設定して、その人がスポーツをしてみたいと思えるようにするにはどうしたらよいか、徹底的に考えるようにしています。そして、何かを思いついたらフィールドへ行つてその人と共に実践し、その場で改善していくのです」

ボールをパスするとき、なぜあんなに速く投げなくてはいけないのか？ 自分は運動のほかに得意なことがあるのに、なぜそれを生かすようなスポーツがないのか？ 「それが当たり前」と思っている人にとつてみれば、驚きにあふれた、ヒントや洞察に満ちた不満やニーズがたくさん埋もれている。

か副業というけれども、それ以外には無業しかないのかな？ といつも考えます。とりわけ、障がい者や高齢者にとつては、選択肢がほとんどないと言ってもいいくらい。高齢化時代にあつて、最近ではセカンドキャリアという言葉も頻繁に使われますが、この言葉は職のイメージが強すぎて、ゆるくないんですよ。そこから排除されているお爺ちゃんたちが、たとえば昼間から図書館へ行って時間を過ごしていたりする。やることなく、家にいるなど言われたりして。もつと余暇色の強い概念があつてもいい。そういう選択肢をひとつひとつ増やしていくのが『ゆるライゼーション』のプロセスだと思っています」

日本に足りないのは、わくわくするようなクエスト

「もともと僕自身が運動音痴だったから、ゆるスポーツをつくっているという側面はあります。でも、運動音痴というだけでは、じゃあ勉強や仕事を頑張つてね、で終わつてしまふ。だから僕は敢えてそれをスポーツマイノリティ、スポーツ弱者という概念で社会問題化したんです」

スポーツが苦手であるとか、嫌いだというのははなく、スポーツ自体から排除されてしまつていると言われると、スポーツ関係者も耳を傾けざるをえない。じゃあ、スポーツのどの部分が問題なの？ ということになるだろう。だから、澤田氏はマイノリティを顕在化し、むしろ新しいマイノリティを「発明」するところから、新しい選択肢が生まれると考えているのだ。

「マイノリティというのは、LGBTQ+とか障がい者とか高齢者だけではありません。それは、僕を含めた自分のなかにもきつとあるはずですよ。

—だから僕は、すごく人間関係に飢えているとか、自分が自信をもてる何かに飢えているとか、そういう精神的に喉がからからになっているような人と一緒にものをつくりたい、といつも思っています。中途半端に満たされている平均的な日本人のニーズを聞き取つても、そこからは何も生まれな

いと思う」

澤田氏の話聞いてるうちに、「ゆる」という言葉のイメージが少しずつ変わってくる。弱さを許容するだけではない、力強さが感じられるのだ。澤田氏が障がい者や高齢者、あるいはスポーツ弱者といったマイノリティを起点として仕事をするのは、必ずしも彼らを助けてあげるといふような視点からではないようだ。むしろ、マイノリティからスタートすることで、思いもしなかったアイディアや、想像しなかったつながりが生まれることが楽しいのではないだろうか。そして、スポーツの奥底にある楽しさは、もともと価値観や世代の違いを超えて共感をえられるものでもあつたはずだ。ゆるスポーツが広まることで、ジュニアとシニア、男子と女子、初心者と経験者といったカテゴリー、壁だらけのスポーツ文化はきっと変わっていくだろう。



澤田智洋
さわだ・ともひろ

1981年、東京都生まれ。子ども時代をパリ、シカゴ、ロンドンで過ごす。2004年慶應義塾大学経済学部を卒業後、大手広告代理店に入社。以来、コピーライターとして活動する。14年頃から、仲間たちとゆるスポーツ普及の取り組みを開始し、16年に一般社団法人世界ゆるスポーツ協会を設立して現職。スポーツ・福祉に関わるビジネスプロデュースを多く手掛ける。著書に『ダメ社員でもらじやない。』（ちろは出版）。