

日本のスポーツ育成は どう変わったか

—大阪ガスの指導者が語る教育と学び



鼎談

朝原宣治

Asahara Nobuharu

〔NOBYT&FCLUB 主宰、大阪ガス陸上競技部副部長〕

橋口博一

Hashiguchi Hirokazu

〔大阪ガス硬式野球部監督〕

田中雅人

Tanaka Masato

〔大阪ガス株近畿圏部長兼エネルギー・文化研究所ダイレクター〕

都市対抗野球大会・社会人野球日本選手権大会で、チームを創部以来の悲願であった優勝に導いた大阪ガス硬式野球部監督・橋口博一氏（写真中央）、北京オリンピック男子陸上4×100メートルリレー銀メダリストで、現在は「NOBYT&FCLUB」で次世代のアスリート育成に尽力する朝原宣治氏（写真右）。二人の指導者が考えるスポーツ界での教育と学びの変化とは？ 現・大阪ガス硬式野球部部长で、朝原選手の私設応援団に始まり、その後の朝原氏の活動にも長年関わってきたエネルギー・文化研究所ダイレクター田中雅人（写真左）を交え、現場での実践を大いに語ってもらった。

加藤しのぶ 構成
宮村政徳 撮影

はじめに

—日本のスポーツ界に起こっている変化

田中 近年、わが国のスポーツ界では幅広い競技で、世界を舞台に戦える力を持ち、海外のプロチームで活躍する選手が珍しい存在ではなくなくなってきました。また、そうした選手たちが堂々たる態度で勝利者インタビューに応え、自身の意見を的確に話す姿は、従来あったアスリート像から変わってきていると感じます。

これは私の仮説ですが、こうした日本のスポーツ界の変化の根底には、かつての根性論といえますか、精神性に基づいた指導が行われていた時代に比べ、教える側の選手の育成方法と、学ぶ側の姿勢の両面が大きく変わったことがあるのではないかと、思っています。

では具体的に何がどう変わっているのか。今回は橋口博一さんと朝原宣治さんにお話を伺います。

目標をより高いところに置いていくだけ、意識も変わる

田中 まず、橋口さんにお聞きします。創部以来41年の歴史のなかで5回の準優勝を果たしながら優勝経験のなかった硬式野球部を、監督に就任されてすぐ2年連続で日本一に導かれたのは本当に素晴らしいことだと思います。この2年でチームの雰囲気もガラッと変わったという印象ですが、これは教え方をこれまでと変えたからでしょうか。橋口 自身は特に何かを「教えている」という意識はないですし、チームの戦力が大幅に変わったわけではないと思います。ただ、監督に就任して選手たちに「我々は連覇をするチームを作る」と言ったんです。一回だけ勝つチームになっても

しかたがない、常勝チームになるんだ、と。まだ一回も優勝していないのに（笑）。

田中 これまで「優勝しよう！」にとどまっていた目標設定を引き上げて、「連覇」というさらに高い目標を掲げたわけですね。それが選手にも響いたのでしょうか。

橋口 どうでしょう。いきなり「連覇」と言われても、最初はピンときていなかったと思います。私としては、「たまたまうまくいって勝つのではなく絶対的な力を持って勝つ、そういうチームを目指すためにどうするか考えよう」という思いを込めたつもりです。選手が自分で考えることが大事なので、日頃の練習で細かく口出しはしないのですが。

田中 確かに、練習では橋口さんは放任主義というか、あまり叱ったりされませんね。しかし、昨年の公式戦で、ある選手を厳しく叱って試合から外したことがありますね。

橋口 試合でフライを打って、審判がアウトと言う前に走るのをやめてしまったときですね。「審判がアウトと宣告するまで全力疾走するのは義務ではなく権利だ」と監督に就任したときから口酸っぱく言っていましたし、その権利を放棄するのは話にならないと。

田中 あのときの橋口さんの叱責には本人もほかの選手たちも感じるものがあつたと思います。走るといえば、盗塁の考え方も独特ですよ。普通、盗塁は監督のサインで走るもので、ノーサインで走れるのはごく一部の盗塁の得意な選手くらいかと思いますが、うちのチームはすべての選手がノーサインで盗塁しますよね。

橋口 野球は点取りゲームですから、ホームに帰ってこない点にならない。ヒットを打って一

塁にいて満足しているようではあかんのです。うちのチームでは全員、たとえ鈍足であっても「常に次の塁を狙うのが当たり前。野球は点取りゲームである」と言っています。行けると思ったらノーサインで走っていい、アウトになったらしかなない、それは監督の責任だからと。もちろんすべて勝手にしていいわけではなく、基本があつてのノーサインですが、それを自分で考え判断しろということですね。

おかげで最初はとにかくアウトになりましたし、周囲から怒られもしました。それでも選手には「ええから、とにかく次の塁を狙え」と言っていました。

田中 橋口さんの肝の据わった采配が選手にも伝わってか、去年の秋に優勝した社会人野球日本選手権大会では5試合で15盗塁成功。これは大会記録にあとひとつと迫る驚異的な数字でしたね。監督が多くは語らなくても身をもって伝えていることを、選手が受け止めて、咀嚼して、自ら行動に移せているように思います。

橋口 盗塁でチャンスが広がれば点が入ると、実感したからかもしれないですね。

選手の変化というと、とても嬉しかったことがあります。小柄だけれども足がとても速い入社8年目の選手がいるのですが、入社1年目に都市対抗本大会でサインが出て盗塁できず、あげくに牽制で2回アウトになったことがありました。以来、その失敗を引きずり走れなくなっていました。私に就任してからも、自分の判断ですタートしていいのに、なかなかスタートできないので、何度かサインで走れと促したがスタートできなかつた。それでも声をかけ続けたら、少しずつ走るようになってきたんですね。そしてある試



ここが違っているということがありましたらお聞かせください。

朝原 世界に通用する選手が増えている理由として、さきほど橋口監督がおっしゃったように、見ているところが違うという点があげられます。日本で勝てればよしではなく、世界で戦うために何をすればいいかを常に考えています。当たり前のように海外へ行って、トップ選手と試合をする。それができている競技は強いですね。

合で何度も牽制を受けて警戒されるなか、自分から走ったんです。結果はアウトになったんですけど、でも、その勇気が大事なんです。アウトになってもスタートする勇気だけは失うなど伝え続けたら、去年の本戦ではチーム一番の盗塁を決めて。走れない歴史を彼が自ら克服できたことを思うと、涙が出るほど嬉しいですね。

田中 そうした選手たちの姿を見て、監督の接し方の違いでこんなにも変わるんだと実感しました。今や、足の速い選手が盗塁を見送ったら、ベンチから大ブーイングですもんね(笑)。

橋口 自分のチームメイトにヤジを飛ばす珍しいチームです(笑)。逆に、盗塁してアウトになって帰ってきた選手には「ナイスストライ！」って声をかけてますよ。

自分で考える力を育む NOBYの取り組みと「德育」

田中 冒頭でも申しましたように、今は多くの日本の選手が世界でめざましい活躍をみせています。朝原さんは現在もトップアスリートと接しておられると思うのですが、ご自身の体験も含め、昔と

イブリッドともいえるスタイルになっています。

田中 部活動で学べないことはどんなことでしょうか。

朝原 陸上競技の指導は、学ぶ側のレベルが違っていても対応がしやすいんです。たとえばサッカーだと下手な子は上手い子のレベルに入っていない、補欠になってしまう。陸上はどれだけ走るのが遅くても同じメニューで練習できます。足の遅い選手でも自分が憧れる選手と同じ練習ができるし、自分は陸上を楽しめたらいいんだという選手がトップの選手と一緒に走ったりできます。

特にNOBYで大事にしているのは、生徒一人ひとりが自分の目標を立てるということです。「楽しみたい」でも、「自己ベストを更新したい」でもいいですし、各々目標を持ってもらい、コーチ陣は生徒の目標に合わせて指導をします。

田中 学ぶ側自身が自分で考えることを大切にしているわけですね。では指導にあたるコーチ陣には朝原さんはどういうメッセージを送っておられますか？

朝原 コーチへの指導は悩みました。僕が思う指



ちながらスポーツを楽しめる場であるような、地域に根差した活動をしようということで、今の形になっています。

田中 どのように活動されているのでしょうか。

朝原 今、約650人の生徒が在籍しています。常駐のコーチは7人、そのなかには現役時代に世界で活躍してきたコーチもいます。練習は基本週1回、多い子で週3回、身体を動かすのを楽しみに来ているような生徒もいれば、学校で部活動に所属しているも専門の先生がいなかったためにここに学びに来ていたり、いろいろな形で参加してくれています。

田中 トップアスリートの育成を主目的にしているとはいえない、100メートルで10秒66という記録を出す高校生も出てきて、本当に将来のトップアスリートが誕生するかもしれませんね。

朝原 去年はインターハイに出場した生徒が5人います。ただNOBYでの練習日数が少ないですから、僕たちだけでその子を強くしたというより、部活動とNOBYを併用して選手が強くなっているという感じですね。学校の部活動では学べないことをNOBYで学びに来ているという、ハ

が強いかどうかは合宿所で選手の脱いだ靴が揃っているかどうかを見ればわかる。揃っているところは強い」とおっしゃっていました。

橋口 私もそういう部分は確かにあると思いますね。靴がぐちゃぐちゃになっているチームはやはり、どこかぐちゃぐちゃな部分があるんですよ。

田中 確かに、我が硬式野球部はピシッと揃っていますよね。朝原さんはほかにも子ども向けに「ライフスキルプログラム」という冊子も作っておられます。こういった「德育」もこれからさらに重要になっていくと思います。

学ぶ側の主体性、やる気を育てる

田中 お話をお聞きしていると、お二人とも教える側として選手の自律や自分で考えることを重んじておられると感じます。そのために心がけていることなど、お聞かせください。

橋口 よく「自主的にやりなさい」と言ったりしますよね。自主的とは「決まったことを率先してやる」ことです。それよりも私は選手に「主体的にやってほしい」と一番に言っています。主体性を持って行動するということは、「自分で考えて行動する」ということですから。

実のところ、これまで多くの野球チームのスタイルは、指導側から「あれやれ、これやれ」と言われ、それを守っていれば文句を言われないうち、やらなかったら怒られるというものでした。今のチームは練習のときも「これが終わったらあとは自分で考えてやりなさい」と言っています。テーマを与えたり、面談などのコミュニケーションはとりませんが、練習でも何でも、自分からやってみないと自分のものにはならないんです。結局、

陸上でいうと、僕たちの選手時代は、海外で戦う流れを選手が先導して作っていました。陸上競技連盟や企業、個人が今のようになっています。使っておらず、自分たちでヨーロッパのミーティングディレクターと交渉して試合に出たいんです。そうした時代を経て、今の陸上界の指導者は経験・スキルともとても高くなりました。

田中 なるほど。朝原さんは現在、陸上クラブ「NOBY T&F CLUB」で子どもたちを中心に教えておられます。いわば次世代のアスリートを育てておられるわけですが、まずNOBYのポリシーをお聞かせいただけますか。

朝原 最初はトップアスリートを育成するクラブを、という構想を持っていたんです。しかし、選手にとって一番重要な時期はいつなのかと考えると、幼少期からさまざまな経験や出会い、指導といった環境が継続的にあることが大事だと思っただんです。それならば、小学生から大人まで一貫してつながるクラブにしよう。また、私はドイツに陸上留学をしたことがあるのですが、そのとき地域の人たちが日常のなかでよく当たり前にスポーツを楽しんでいる姿に感銘を受けました。しかし、日本では楽しんでスポーツをできる場がまだまだ少ない。ですから、地域で子どもたちが育

導や考え方というのはありますし、こだわりもある。だから最初はそれと同じことを全員にやってもらったんです。ところが立ち上げ当初から一緒にやっている、あるコーチを見ていたら、彼の方が教えるのがうまいと思っただんです。子どもを退屈させない教え方とか、彼もいろいろ勉強していましたから。ならばコーチそれぞれのやり方を尊重した方がいいだろうということになりました。プログラムは一律ですし、ある程度決まった言葉がけはありますが、あとはコーチの個人の特色を出した方が生徒にもうまく伝わると思っています。

田中 それはコーチ陣にとって指導のモチベーションアップにもつながりますね。

朝原 そうですね。自分が教えているという意識を持てますし、実際に生徒の成績が伸びてきていますから。コーチも自分の言葉で教えて、自分のテクニックで強くなっていると思ってくれているでしょうし、それはとても大事だと思います。

田中 もうひとつ、スポーツには規律やルールを守るという「德育」も重要だと思のですが、NOBYはその「德育」の場ともなっているのではないのでしょうか。

朝原 NOBYでは「4つのお約束」といって、生徒に「挨拶をする」「人の話をよく聞く」「人の嫌がることはしない」「靴を揃える」の4点を守るよう伝えています。

田中 「靴を揃える」とは意外ですね。

朝原 そうですよ。子どもたちには、「靴をきちんと揃えておくことで、何か災害が起こったときにもすぐに履いて逃げるができるよね」「靴を揃えるところ」で『よし、やるぞ』というスイッチを入れましょう」と説明をしています。

田中 なるほど。以前朝原さんは、「そのチーム





「NOBY T&F CLUB」で小学生を指導する朝原氏(上)。子どもを対象に作られた「ライフスキルプログラム」はカレンダー形式で、「自分の目標を作ろう」と書かれた裏面には「なぜ目標を立てるのか」と解説が入る(右)。



我々指導者がすべきなのは、選手自身の「やる気を育てる」ことではないかと思っています。

たとえば今の練習でも決まっているメニューがありますが、「違うと思うたら言ってきなさい。自分たちがやりたいことをやったらいい」と言っています。

田中 実際に選手から意見は出ているのですか。

橋口 今、選手の各セクションにリーダーを作っています。選手たちに主体的に取り組みなさいと言っている限り、言いにくい雰囲気を作ってはいけませんから。選手の意見はそのリーダーを通してあがってくるようになります。

田中 朝原さんはどうですか。

導面の違いはありましたか。

橋口 仕事の管理者と野球部の監督はそんなに変わらないと思うんです。どこを向いてやるかというベクトル合わせをしてあげて、それに向けて全員がまじめに一生懸命やればうまくいく。とはいえ、勝つという目標を共通して持つスポーツと比べると、仕事の場では同じベクトルを向かせるのはなかなか……(笑)。でも仕事の経験がなく監督になっていたら、もしかすると最初に田中部長がおっしゃった根性論をふりかざして、選手を上から押さえつけていたかもしれません。皆が一丸となるには、引っぱり上げるのではなく背中を押してあげることが大事だというのは、仕事の場から学びました。

田中 朝原さんは変わらないと感ずることはありませんか。



社会人野球の第45回日本選手権大会を制し、橋口氏を胴上げする大阪ガス硬式野球部の選手たち(上)。23回目の出場です。悲願の初優勝を果たした。京セラドーム大阪での集合写真(左)。

写真(上)提供/株式会社 毎日新聞社



朝原 今、日本の男子リレーは強いですが、低迷していた時代がありました。中国がアジア初の37秒台を出したとき、どうやったら自分たちも世界のトップにいけるか、中国に勝てるかというのを選手たちが主体的に集まって話をしたんです。そのときに出てきたのが、今、日本のチームがやっている新しいアンダーハンドパスです。このアイデアは選手側からの提案なんです。それまでは「こうしませんか」と言うのはコーチだったのですけれど、監督がおっしゃるように、選手からわき上がりてきた気持ちと行動は大きいと思います。

橋口 そうですね。監督の指導が全部正解なわけではないですから。いいと思う方の道は選手自身で選べます。ただし、これと決めたらそれはちゃんとやり遂げるのは必要ですが。

田中 自分たちで決めて、自分たちでやる。そうした主体性を育む土壌があって、そのなかで選手があげてきたものをくみ取る指導者がいることが重要ですね。

朝原 そうです。選手の考えを受け入れられる指導者の柔軟性と、スタッフや監督が「責任を取るからやっつけていい」と言ってくれる環境はとても大事です。それがないと、選手はやりませんから。

橋口 練習中の雰囲気も、私が現役の時代は、普段からこれ以上ないくらい緊張感を与えて、プレッシャーのなかで練習して試合に挑むというやり方でしたが、今は逆ですね。練習も楽しく明るくやって、その状態のままで試合に行こう、と。もちろん多少緊張はしているでしょうけれども、皆で盛り上がり、我々は全員で全力でやるんだという気持ちで行った方が、良い結果につながると思います。

朝原 スポーツのさまざまな技術が高まり、練習方法も洗練されるなかで、「これまでなんて無駄なことをやっていたんだ、もっと効率化できるの」といった意見がよく聞かれます。若い選手の間にも最先端のいいところだけを取って、それだけやれば強くなると思っている人がいます。でも、実際は泥臭くとも練習の本数を重ねるとか、毎日ルーティンをするとか、やらなければいけない基本的なところは効率化できないものもある。橋口監督が、自分で感覚をつかんでそれを伸ばしていくか、自分で感覚をつかんでそれを伸ばしていくか、と強くなれないとおっしゃったのと同じで、効率性だけでは成り立たない、自分の方法がわかるまでは地道に時間をかけてやっていくしかない、そこは変わらないと思います。

結びにかえて

田中 お二人とも自分で考える力が大事だということと同時に、「楽しむ」ことも大切とおっしゃっています。この二つの関係性を教えてください。朝原 「楽しい」という言葉は「楽しむ」という意味にも取れるから、選手が「楽しんで」という手を抜くかのように誤解されがちです。でも、「楽しむ」意識がどこから来ているかという点、監督がおっしゃった「主体性」なんです。自分が最終的にこうなりたいという目標のために、辛い練習も必要と自ら考えて、実行する。そうした主体的な思考や行動こそが、楽しむことにつながると思います。

田中 なるほど、野球の勝利者インタビューで「今日は楽しかったです」と言うのは、自身が考えた通りの行動ができ、かつ内容が充実していたからこそなんですね。

変わることを、変わらないこと

田中 ここまではスポーツにおける教育と学びの「変化」についてお話を伺ってきました。逆に、昔と変わらない指導方法や考え方などはあるのでしょうか。

橋口 昔から「チーム一丸で」という言葉をよく聞きましたよね。あの言葉はその通りだと思います。硬式野球部には、1986年に都市対抗に初出場したときに弊社西山相談役(当時)からいただいた中国の故事成語「惟一心」というスローガンがあります。「チームの心がひとつになれば、いかなる大敵にも勝てる」という意味の言葉です。皆が同じ方向に向かってやろうという雰囲気、チームは強い。実際に監督に就任したとき、私は初心に帰る意味で年間スローガンとして「惟一心」を掲げました。これまでは言葉としての「惟一心」はあっても、実際にそれを目指していたかという点必ずしもそうではなかった。しかし、今は皆が「惟一心」にまとまって本当にそれを目指して、たまたまかもしれないですが、2度の優勝と、結果は伴っていますから。

昨年、ラグビー日本代表がワールドカップで活躍したときも「ワンチーム」という言葉が使われましたね。我々の「惟一心」と同じだと思います。スポーツに限らず、私が大阪ガスの社員として長く社業に専念した経験からも「一丸となって」という言葉は今も意味があるものだと思います。

田中 橋口さんは、野球部の選手を4年とマネージャーを3年されていた以外、20年近くは社業に専念されていました。仕事とスポーツで教育・指

今日は、「スポーツにおける教育と学び」というテーマで、さまざまなお話を伺いました。お聞きしたことすべてに含蓄があり、短くまとめることは難しいですが、教える側としては「目標を高く」「選手のやる気を育て、背中を押す」こと、学ぶ側は「主体性を持つ」「自分で考える」ことが重要だと感じました。今日は本当にありがとうございました。

【取材日: 4月13日】



橋口博一
はしぐち ひろかず

大阪ガス硬式野球部監督。1967年生まれ。慶応義塾大学卒業。東京六大学野球リーグで活躍し、主将を務める。1991年、大阪ガスに入社し、硬式野球部に所属。1994年に現役を引退。マネージャーを務めた3年間を除き、約20年にわたり社業に従事していた。2013年から野球部副部長を兼務し、2018年に監督に抜擢される。就任1年目の都市対抗野球大会で初優勝を果たし、翌年には社会人野球日本選手権大会でチームを優勝に導いた。



朝原宣治
あさはら のぶはる

大阪ガス主催の陸上・運動クラブ「NOBY T&F CLUB」の主幹。大阪ガス陸上競技部副部長。1972年生まれ。高校から陸上競技に取り組み、インターハイ優勝。同志社大学卒業後、1995年、大阪ガスに入社しドイツへ陸上留学。北京オリンピック男子陸上4x100メートルリレーにて銀メダル獲得。2010年、一般社団法人「アスリートネットワーク」を立ち上げ、子どもの健全な育成とアスリートのセカンドキャリアサポートを進める。2010年「NOBY T&F CLUB」を設立。



田中雅人
たなか まさと

大阪ガス(株)近畿圏部長兼 エネルギー・文化研究所ダイレクター。1992年、大阪ガス入社後、業務用エネルギー部門で空調やエネルギーソリューションの営業に従事。1999年に近畿圏部に異動し、グランフロント大阪開発などにまわったりエネルギーの視点で関与。2010年にエネルギー事業部に異動し、東京担当や、総合ソリューション事業(E&S)に従事する。2019年、近畿圏部長兼 エネルギー・文化研究所長に就任するとともに大阪ガス硬式野球部部長を務める。