

第 16 回 勉強会報告書:

「アスリートのキャリア・トランジション～トランジションを現役選手から見る～」

ゲスト: 栗原 徹(くりはら とおる)氏

ラグビー トップリーグ サントリーサンゴリアス選手

■主宰者近況報告

=田中ウルヴェ京=

- 8/19-25まで、3年に1度行われる、インターナショナルアスリート・サービスフォーラムへ日本を代表して参加(第3回大会@イギリス)。
- 合計 17 カ国の NOC(各国オリンピック委員会)におけるキャリア・トランジションプログラムの実践者、あるいは研究者が集まる勉強会。
- 基調講演では 2003 年のラグビー・ワールドカップ優勝チーム(イングランド)監督である、クライブ・ウッドワード氏、サッカー・オーストラリア代表のハイパフォーマンス・ディレクターであるジョン・ウッドリー氏などの話が聞けた。
- 勉強会では、プログラムの構築方法や構築後いかに質をコンシスタントに向上させていくか、という問題もトピックとして掲出された。
- イベントの流れの中で、キャリア・トランジションそのものは「選手が勝つための『駒』をつくるのではなく、人間として素晴らしい選手をつくるため」というのがコンセプトであるにもかかわらず「果たして勝つ選手と人間的により選手と、どちらがエクセレントなのか」というような議論も発生した。

☞栗原徹 × 田中ウルヴェ京 × 重野弘三郎

重野:もうじき来られると思いますけども、初めて現役の選手が参加してくださるわけですから、今日は非常に楽しみです。

個人的には、先ほども田中さんと、「今日は、初めての現役選手ですね」と話をしています。これまで現役選手というのはやはり引退の不安だとか、引退したらどうなるんだろうということを、完全に自分の中では認めて考えられなかったりしているケースだとかが多く、もうすでに設定している人は別ですけども、とにかく引退した人は整理して言いやすいですけども、現役と引退の間を埋めることが見えてくるのでは、そんな気がします。そういう意味では、栗原さんにそんなにたくさんは聞けないかもしれないのですが、いかに聞き出せるか、そういったことが、本日のポイントだというように考えています。

田中: 私は 16 回の中で初めて緊張しております。現役選手に、言っちゃいけないという言葉があると思うのです。それを聞かないと、キャリア・トランジションは本当は話せないのだとは思いますが、それをどう言わないで、参加者の皆様にも納得してお帰りのいただけるかが難しいと思っています。

なので、ずっと何回もいらっしゃっている方々は、ちょっとそれを逆に楽しみにしていただければと思います。もしかすると、深く突っ込めません。今まで過去に、引退をした選手の方々をお呼びしたことがありますよね。そのときは、結構私はすっとん入ったことがあると思うんですけど、それはわざといたしません。

現役には、しっちゃいけないです。なぜかという、現役のときには、私の勝手な持論かもしれないですが、深く掘り下げちゃいけない部分は、私はあると思っています。深く考え過ぎると、あんなあり得ない競技生活はできるわ

けがありません。人間は論理的になればなるほど、あり得ない生活をしているということに気付かされちゃうと、やれないというのが私の持論です。

ですからメンタルトレーニングを現役選手にやるときには、キャリア・トランジションの言い方をまったく変えた、キャリア・トランジションの話をします。なので、その辺が、ちょっと私は実は緊張しています。重野さんは、楽しみだとおっしゃるんです。

重野： 楽しみですね。そういう意味では、選手というのは非常に中心的な言い方ですけど、知らないということはずごい強みなんです。

田中： たぶん、そうです。

重野： だけど、知らないはずごい弱くって、相矛盾する。これを、すごく感じるんです。だからそういう部分を、栗原選手はどういうふうに今日は話してくれるかなということで、すごく楽しみです。

= 栗原選手登場 =

重野： 最近、けがの具合はいかがですか。けがをされて、ちょっと時間がたっていますかね。

栗原： はい。万全ではないですけども、徐々にコンディションも上がってきています。今週末に開幕なんですけど、それにはちょっと万全の状態ではないと思います。今シーズンの始まりに合わせていけるんじゃないかな、という感じは受けていますけど。

重野： 今、Jリーグはサントリーのサンゴリアス(ラグビー)と、サンバーズ(バレーボール)とJリーグのクラブで、3種類のクリニックを主催しており、一昨日も熊本であったのですが、もう何回も一緒しているんですね。

ただトランジションのような話は一切したことがなくて、今日は何かちょっと僕も緊張しているのですが、クリニックで一緒になるようになってから、すごく気に掛けて見るようになったんです。新聞記事だとかサンゴリアスのホームページとか。栗原さんはけがをされて、何か調子はもう1つなのかな、聞きにくいかもしれないな、と今日は思っていたので、まずその確認をしてから入りたいなと。

栗原： 今、すごくいい状態というわけではないですけども、なかなか。今年になって初めて手術をしましたので、その後の回復がどうかな、と思ったんですが、思ったより走れるようになってきているので、一応個人的には開幕ではスタメンで出られる可能性もある状態まで来ました。

重野： 今日は、本当にありがとうございます。来週、トップリーグは開幕なんですね。それで普通に考えたら、プロの選手が開幕直前には来てくれないんですよ、こういうところに。ということからすると、本当にありがとうございますという感じで、今日は思っていますので。

栗原： 僕の方から田中さんに、この勉強会に参加をしたいということをお願いしていたら、運良く今回のご案内を頂き……。大学院の授業で、いろんな話をさせていただいたときに、キャリア・トランジションに関して触れられ、選手としてはそう先は長くない、とっていつも勉強をしたいなと。自分では今後に生かしていけたらなと思っているので。

重野： トランジション勉強会に参加をしたいとか、先が長くないとかということは、既にそう捉えていらっしゃるということですよ。

田中： 捉えていらっしゃる。

重野： いつごろから、そういうふうに考えていらっしゃるのかなというのが、すごく興味深いのですが。

栗原： サッカーよりも若干つらいスポーツだと思しますので、32~33 歳ぐらいまでできたらいいなとは思っており、今はそこがターゲットなんです。僕は身体能力というのが、飛び抜けて優れている選手じゃないんです。やっぱりどんどん若い力が出てくると、あそこにあそこにと(さまざまなポジションへ)回されるので、試合に出てまったく(プレー)できなくなると、引退しかなくなるし。僕が20歳とか22歳ぐらいのときから、もうそんな先は長くないかなとは、

自分のことについて思っていたんですけど。

重野： そういうのは、何かきっかけがあったんですか。先ほど 32 歳ぐらいをターゲットにされているという話だったんですが、そのターゲットを明確に意識した年齢と、何かそれを気にさせるような出来事みたいなものがあったんですか。

栗原： 特にないですけど、先人というか、先輩たちの引退のときとかを見ていて、だいたい選手によっていろんなタイプがあるんですが、不器用だけれど体だけ強いとか、本当にきれがあるけれど体が弱いとか、足だけは速いとかいろんなタイプがいるなかで、自分をいろんなタイプで客観的に見たときに、そんなに長くはないかと思ったので。

すごく早く、20 歳後半とかに引退したいんですけど、今はラグビーでサントリーのところで、しかもプロのラグビー選手として少しでも活躍していきたいなという・・・、希望は、32～33 歳という年齢を、自分にとっての最終的な目標としているんですけども。

田中： ラグビー選手として、栗原さんの技術的な長所短所はあるんですか。「身体的にはあまりよくない」と、おっしゃいましたよね。32 歳までいけると思われる長所と、32 歳までしかいけないであろうと思う短所って何ですか。

栗原： 基本的にラグビーは動いているボールを掴むんです。技術的なプレーというのはすごい自信があるのですが、サッカーと同じで、どんどんフィジカル全盛時代になっていて、ラグビーも多少上手くても、ぶつかっていつて負ける選手というのは淘汰(とうた)される時代。

ディフェンスもフィジカル的な要素の強い形になってくるので、自分の長所が効きにくいかなと思うんですけど。やっぱりプレスが掛かると、自分はパワー的にちょっと弱いので、ちょっと苦しいかなというふうになります。

重野： 技術の高い選手なんですよ。「フィジカル勝負」ではないところで力を発揮する、という意味では非常に自信を持っていらっしゃいますよね。

栗原： そこを特長として生きていきたければ、いかに相手のタイミングを外し、常に相手の「見えないところ見えないところ」に、ふくれながらも出てくるというような形を取りながら受けるか、っていうところですね。

ヨーイ・ドン、とか足は速いように見られたのか、ということだったのですが、自分ではそんなに足は速くないと思っていたので。フィジカル的なトレーニングを積んでもそんなに速くならなかったので、もう 28 歳になってしまったし、おそらく自分の特色を生かしたプレーを出しながら、あとちょっとパワーを加えてポジションを取りたいですね。

田中： ごめんなさい、基本的なことかもしれないですけど、ラグビーのプロの選手でいらっしゃるじゃないですか。使ってもらえないことは、やっぱりあるんですか。例えば、自分は 32 歳までやりたいと思っていても、サッカーの戦力外のように、だめなときはあるんですか。

栗原： あります。

田中： もし、サントリーでここにはいらないよ、社員には戻っていいよ、という場合だと、やらせてもらえないということですね。

栗原： そうですね。ほかのチームに移籍ということもまれにありますけども、基本的にそうです。強いものがないと言われることもありますし、自分から違うところへ行きたいという人もいましたけど、必ずや自分の希望が通るとは限らないので。

田中： よく現役の選手の皆さんは、もうすぐ引退というときは、後はやり残したくないじゃないですか。例えばオリンピック選手だったら、勝手に後 4 年とか決められますし、単年契約のプロの方々だと「自分は後 4 年」と思って

いても、2年とか3年とかあるいは1年とかとなるじゃないですか。

結局、自分でコントロールできるものとできないものに分けさせたりするんですけど、当然プロの方々はコントロールできないものは、期限ですよ。コントロールできない期限があるからこそ、じゃあ今日は何をするべきか、明日は何をするべきかと、たぶん何か決めていらっしゃるとは思うんですけど。たぶんオリンピック選手よりも、いつどうなるか分からない感がすごくあると思うんですけど、その辺は何かありますか。これだけは、いつもやっていますみたいなものがありますか。それともそんな悲壮感は、まだあまりないですか。

栗原：先ほどの通り、32～33歳までというふうに考えてはいるんですけど、日々のトレーニングで燃焼するとか、監督に対して使ってもらえるようにアピールをしているとか、先ほどのようにフィジカル的な勝負は仕掛けていけないので・・・ということにベクトルを向けているので、これ、と言って意識してやっていることというのはそれほどないんですけど、取りあえず次の試合に出られるように、と考えているだけですね。その次は、とにかく今シーズンにしっかりとした結果を出せば、来年もあるというのは思っている。32歳と言ってはいますが、まず今年頑張って来年。

田中：今のは、すごく聞きたかった答えじゃないですか。

重野：そうですね。先ほど田中さんが、パフォーマンス・エンハンスメントに影響するようターゲティングすることが、いわゆる有効だ、というような話をされましたよね。これは結構、永遠の課題かなと思うんです。

確実に先に起こることを考えた人のパフォーマンスが上がるのかということ、本当に証明できるだろうか。

選手であった方など、今まで来ていただいた方は、その場でその瞬間にやれたどうかの積み重ねに過ぎないというコメントを出した方が非常に多いですよ。そういう意味では栗原さんは今の状況を、非常に的確に言っていたように思います。

田中：皆さんも、そうですね。自分自身も選手時代は何歳でやめようかなとか、オリンピック選手は分かりやすいからオリンピックごとに決めるので、22歳でやめようかなと思ったときに、じゃあ22歳でやめるからと言って、逆算して何かをしてきたかと言うと、そうとは確信できない。今日、実は最後にと持って持ってきたものを後でお見せしたいんですけど、結局最初に申し上げたみたいに、記憶の後付けを私はしているんだなということに、すごく最近に気付いて。

「オリンピックだといって、逆算することが大事なんです」と、キャリア・トランジションのプランニングでは言うのですが、じゃあ実際に現役時代に私はやっていたのかなといたら、まさに栗原さんと似た感じ。

実はここにソウルオリンピックまでの日記を持ってきたんですね。栗原さんの感覚に少しでもなるかなと思って、現役のときの日記を全部読みながら、あーと思ったのがこの答えだったので。そうですね、何か変な言い方ですけど。

栗原：そうですね。

田中：あまり先のことは、考えていないですよ。違う？

栗原：寝る前とかに、漠然と考えたら寝られなくなってくるんですけど。

田中：本当？

栗原：基本的に、今チームは45人ぐらいいて、35人は社員で、残りの10人がプロ選手なんです。

プロ選手のうち、4人は外国人なので日本人は6人と非常に少ないんですね。僕も最初は社員で入ってから、いい悪いは別にして安定というか、サントリーといういい会社に勤められますよ、みたいなのを、途中で自分から放棄してプロに入ったので、ラグビーが終わったらサントリーに戻れないんです。なので、今はプロで頑張ろうと思っています。

「やめてみて、サントリーの社員はいいよ」と、社員だった元選手は言っているんですけど、プロになりたいという選手も結構多いので、社員は社員でいいメリットというか安定がありましたね。今はプロになれたんですけど、なって

からの方がやっぱりリスクが多いので、今年、来年ダメだったとしたらどうしよう、みたいな。

今は大学院に通っているんですけど、卒業できなかったら選手としてはやっていけないんだろうとか、今年は卒業しなきゃとか、とりとめもないことをずっと考えると結構寝られなくなってくるので、最後は明日頑張るしかない、というそれで寝るんですけど・・・しっかり勉強するかな。

田中： すごく分かります。そここのところを、やっぱりこのもしかしたら参加者の皆様は、カウンセリングを現場の選手にされていらっしゃる方も、当然いらっしゃるかと思いますが。いつも自分自身ですらすらと忘れるのは、とても何か当たり前のことを、たぶん私たちは忘れて、何か社会的に大事なことばかりを、きれいな事でおさめてしまつてというのをやっているんじゃないかなというのは、いつも自分で不安で。それを、現役の選手にお話を聞くことで、よく思い出すことがあるんですけど。

すごくくだらないのに、私も駅までの階段を上るときに、朝練の後に、立ち泳ぎのやり過ぎをすると歩けなくなつちゃうんです、もう筋肉疲労がひどくて。一步一步階段の1歩を上がるだけでも不安になって、ここで階段を上がるとき、あるいは下りるときに、もしけがをしたらどうしようと思つたら、心臓がすごいきゅーつとなつてわっ怖いと思つて。あと半年後に来るオリンピックにここで骨折しちゃつたら、2週間とか棒に振つたらもう終わりだなと思う。それだけで怖くなつちやつたりだとか、そんなくだらないことで日常の生活では、怖くならないじゃないですか。それは、すごく大変なことなんじゃないですか。

栗原： 大変というか、わりと怖いです。

田中： 怖いですよ。

栗原： そうですね。最近、サントリーの社員だったとしても、先は分からないじゃないですか。というふうに思つて、もう先は分からないですけど・・・。今は思おうとしているんです、揺れていますけども。

重野： 実際に、過去の栗原さんが出ていらっしゃるインタビューを読ませていただいたんですけどね。

「本当にやりたいことなのかどうか、社員としてずっとラグビーを続けていくことが。それを考えたときに、プロだと思つて飛び込んだ」というようなことをおっしゃっている部分があつて。その一線はアマチュアからプロに越えた後と越える前は、何か心理的に大きな変化はありますか、とらえ方だとか。

田中： 何か、覚悟が変わつたとか。何にも変わらないのか、逆にね(笑)。

重野： そうですね。

栗原： 同じような考え方はしていたな、と思うんです。何も考えないで、スコンと寝るときもあるんですけど。小さな話で、本当に毎日の練習でやっぱり調子が悪かったり、けがをしたばかりだったり、そういうふうになると寝られなくて、自分として気持ちが悪くなつたりすることも結構あつたりとか。

昔は、ちょっと足が痛がろうがなんだろうが、寝たら治ると思つていました。それぐらいなので、何かプロになつてから、人生というか、ラグビーも大事にいろいろと過ごし過ぎちゃっているかなと思うので、思いきりやってみたいな、そんなふうに思っているんですね。

重野： 個人的には、トップリーグが始まつて、ラグビーのプロ選手がたくさん出てくるという話を数年前に聞いたときに、すごいなと思つたんです。なぜ、すごいのかと言うと、競技のことを考えることに加えて、アマチュアの人というのは、それにプラス仕事をするわけですよ。バリバリ仕事もやつて、なおかつトップレベルで競技をやる。それはすごいな、と思ひながらも、プロ化になつて、会社に戻れるアマチュアから、ラグビー一本になる人がいるんだと。よっぽどたくさんの選手が精神的にアマチュアとしての枠を越えちゃつたのかな、と。

そういう意味ですごいなと思つていて、プロになる前と後でどんな変化があつたんだろうと、その決断にもものすごい興味があつたんです。

もともと競技的にサッカーはプロがあつたので、子供たちも含めて「プロサッカー選手になりたい」というのは自然なんですね。でもラグビーというのは、崇高なアマチュアスポーツというイメージがあつた中で、選手がプロ化とい

うイメージをどこでどう持ったのかなと、どうやって決断して越えたのかなというのが、すごい興味があって。

栗原： 本当に好きなことをやっているのかなという不安がある。そういう理由からですね。

やはり企業に属するじゃないですか、サントリーの社員として。仕事と言っても午前中だけ、午後から練習という形で。

今チームにニュージーランド出身の人気選手がいるんですけども、ニュージーランドでは、それぞれが仕事を持っていて、それぞれの地域にあるクラブでプレーするアマチュアなんですけど、本当のトップ選手が選ばれて、何度もレベル別に組み換えてやっていくというシステムでやっていて、3年間の結果を元に所属するクラブでプロ契約選手になれるわけなので、いきなりサントリーでプロ選手としていられることをすごく喜んでいるんですね。ニュージーランドとかは毎年頑張っって選ばれていかないと、プロにはなれないので。

田中：好きなことじゃなかったんですね。サントリーの経理部としての自分は、やりたいことじゃなかったんですね。

栗原：そうですね。営業だと結構面白いと思っていたので違ったかもしれないのですが。数字は好きなんですけども、日々の伝票処理とか退屈で。仕事は午前中だけなんですけども、その午前中もラグビーの指導でもできたらいいなと。今ではサントリーに勤めるのも悪くないと思っているんですけど、そのときはちょっと勤めたくないかなというふうに思って、自分のやりたいことを探そうと思って、最後にプロになっちゃったという感じです。

田中：今、慶応の大学院にいらっやっていますけど、そういったこともひとつのきっかけですか、やっぱり大学院にいらっやっているのは。

栗原：そうです。それと基本的に英語を勉強しようと思ったことも大きくて。外国人の選手がいて、彼らに非常に親しくしてもらっていて、レベルとしては相当の選手だし、彼らと臆せずしゃべれるようになってはいるんですけども果たしてちゃんと伝わっているのかどうなんだろうかと。全然自分で分からないので、そういうのを勉強したいなと思ってからですね。

そこから大学に入り直そうか、いろんな選択肢の中で、違う分野も考えたんですけど、自分に最後は正直になって考えると、スポーツがいいかなと思っていて、大学院に入ったんです。それまでは、ラグビーで就職しているんですけども、自分は頭がいいと思っちゃっているところが多少あって、今流行っているMBAを取ってみようとか、そういうことも考えたこともあるんですけど、だめだな、みたいな。

田中：お気持ちわかります。自分にも似たような経験があります。(笑)

重野：と、ここで時間が来ましたので、ここでフロアの皆さんからご意見、ご質問を受けたいと思います。

==

【フロアからの質問】

—栗原さんは、インターシップで鹿島アントラーズ(Jリーグ)に行かれましたね。プロを目指すようなユースの選手だとか、子供たちと接する機会が多かったと思うんですけども、そのときの体験で、今に影響したようなこととか何かありましたでしょうか。

栗原： Jリーグ主催のスポーツクリニックに参加をさせていただいているんですけども(※ <http://www.j-league.or.jp/>)、アントラーズさんはじめJリーグのクラブは、普及と育成ということにすごい力を入れていて、その子供たちが将来的にJリーガーになったり、Jリーグのサポーターになったりということを考えてやっていらっやいますね。ラグビーはまだまだそこまで手が全然伸びていなくて、今そのJリーグの力を借りて、子供

たちを集めている同じところに、ラグビー部、バレーボール部が参加をしているんですけど、それが現状なんですけど、クリニックを週1回でも2週間に1回でも定期的に行って、特定の地域の子供たちにしっかりアプローチをしていけたらなと、僕は思っているんです。

まだ全国各地で、いろんなJリーグのチームとやらせていただいているというのが現状で、地域と密着している方が良いと思っていて、そう考えられるようになったのはアントラーズでインターンシップができたおかげでした。

やっぱり選手がラグビーで給与をもらうということは、見に来てくれるお客さんを増やすことで、プロ選手というのは収入が増えるというふうにみんなは自覚をしているので、少しでもラグビーを好きになってもらえるように頑張ろうと、今やっているんです。

社員選手は、月～金まで仕事をして、土曜日、日曜日はクリニックというのは、ほとんどの選手が嫌がるんですけど、そのあたりはアントラーズで「選手会」の存在があることを知り、そういうものをつくった方がいいとアドバイスをいただいて、サントリーはサントリーで選手会をつくったんです。選手会とか社員の人がクリニックを休日におこなった場合は休日出勤手当が出ますという形で。

重野：素晴らしいじゃないですか。

栗原：休日出勤は結構時給が高いみたいで。

田中：現実的(笑)。

栗原：そういう形でもクリニックに対する意気込みというのは上がってきているので、良いことだな、とは思っているんです。

重野：ぜひ、継続していただきたいと思いますね。

栗原：そうですね。

ーラグビーというのは試合が始まる前に泣くそうですね。NHKで清宮さんのインタビューを見たときも「泣くんです」とおっしゃっている。サッカーではないと思うんですけど、そういう、気持ちを試合が始まる前に盛り上げたり、気持ちのつながりというのが、何か最後に影響しているのかどうかな、というのが聞いてみたい1点目です。

もう1つは、キャリアのようなこと、あるいは人生のようなことを考えていくと、他の人の重要なネットワークの中で、自分が大きく変わったことというのがありましたら聞かせていただきたいと思います。

田中：1つは、泣くの。

重野：泣くんですか。

栗原：それは、よく泣くんですけども。

重野：選手は、どういう泣き方をするんですか。

栗原：大声を出したりするんですけど、「勝つぞーっ！」とキャプテンが言ったら「おーっ！」と言いながら何か涙が出てくるんですけども。

田中：子供と変わらない(笑)。

重野：笑っちゃいけないらしいです、あれね。

田中：すみません。

栗原：僕も、突然寝られなくなっちゃうときがある。試合前日のときなど。

重野：分かりますね、その状態。

田中：すごい分かる。

栗原：そんなに僕は泣かない方なんですけども。ラグビーは試合前に泣くという話があるんですけども、それはラグビー選手に聞けば普通なんです。そうすると、泣かなきゃいけないという雰囲気になって泣いている人もいる

じゃないかと思ひまして。

重野：冷静ですね。

田中：すごい冷静です。何で冷静でしょうね。分かる。

栗原：ピークを迎えると本当に決勝前に泣いちゃうんです、ちょっと自分でもびっくりしているんですけど。

田中：泣いたときは緊張系ですか、それとも高揚系ですか、何系だったんですか。

栗原：高揚系です。

田中：すごいチームスポーツですね。サッカーはないですか。

重野：試合前はないですね。勝って泣くときは、高揚した状態ですね。

田中：チームスポーツは、それでいいからね。私たちは高揚感で泣いちゃう子たちを、収めないと試合に出せないです、シンクロは。指先とかをきちんと角度を完璧にさせるためには、高揚しちゃいけないです。なので、高揚すると、ぐーっと収めて。高揚感は演技の高揚でしか活かされないものですから。ちょっとうらやましいです、高揚したままいけると。

栗原：はい。

田中：人生は、2度と来ないですよ。だってやめて終わった後、そんな泣けることはないですから、そんなに。

栗原：すごい整理がついているんですね、試合前に自分のすべきことは。よく自分は、判断がいい選手だと思われているところが多いじゃないですが、判断がいいんじゃないで、常に引き出しをそれに対して3つぐらい頭にきちんといつも持っているんです。80分という試合なんですけど、80分トータルで自分としてしっかり支えていけるようにと考えているんですけど。泣いてしまったときはそういう状況じゃなくて、すごいチーム状態が悪かったのここまて来られた、とか、一番は試合に出られないメンバーが這い上がって来て出られるというのは、一番よかった、というように感動してですね。

田中：ご自身は、泣いたときはパフォーマンスがよかったですか。

栗原：そんなことは……でも、何というか……自分が爆発的には活躍しなかったんですけど、ミスなんかあまりなくて。普通だったら行けないところが行けてしまう、というぐらいのものです。

重野：エンドルフィン出まくり状態ですね。

栗原：あんまりそうでもないです。みんなによく言われるので覚えているんですけど。

重野：感覚的には、すごい分かりますね。

田中：重野さんは泣くということをしなさそうですね……

重野：先ほど3つぐらい選択肢があるということは、たぶん普段の練習で、栗原選手はプレーの意味付けを常にやっていると思うんです。このプレーに対して自分は今こうやった、こうやっていたらこうなったんじゃないかということを、すごい考えている結果だと思うんですね、きっと。じゃないと、そんなに3つ、4つのシミュレーションが、ぱっと試合前にできないと思うんです。そういう意味では、ものすごく練習に意味を持ってやっているのかなというのが今分かりましたね。

田中：私も思う。

重野：今、泣くということで、初めて現役選手から、解説が聞けました。もう1個、影響を受けた方というのはいらっしゃいましたか。

栗原：これまで、影響を受けた方はすごいたくさんいます。所属したチームの監督さんはみんな素晴らしい方で、中高一貫ですけど、その監督も、在学中は怖くてすごく嫌われてるんですけども、卒業するとみんな卒業生は慕って先生のところへ来ているんですね。それで、自分も気がつくと言教を受けに原点に戻るという意味で連絡したり。それから、慶応大学の土田監督。あの方も素晴らしい方です。人間的、ラグビー的という観点だと、サントリーに入ったときの土田監督とか、まだ大学出の未熟な僕を、サントリーのレギュラーというような形で使ってく

れて、その2年間ぐらいはすごい成長した。そのときは自分自身に勢いがあったのですが、今思うと土田さんが使ってくれたんだというふうに思っています。今は、清宮監督になったのですが、早稲田の実績がすごい。たぶん今年、優勝とか絡んでいけると思うので。自分の調子も上がってほしいなということも考えていますね。

重野： そういう意味では、今年、清宮さんは「ALIVE」というキーワードでずっとされていますよね。選手は相当デレクションされているんですか。

栗原： そうです。最初は、アライブって何だ？って感じでしたけど。いろんな意味で使えるので、今、結構浸透してすごいようになってきましたね。

重野： シーズンはこれからなんですよ。非常に勝ちパターンに入りやすい雰囲気なんです、サントリーのチームが。それを、すごく感じるんですね。だから、意外とマリノスの岡田監督は、今回もう辞任しちゃったんですけど、マリノスに岡田監督が入った当初は決め事を2つ、3つ作って、それをとにかく守るということから入ったというのを聞いて、選手がそれで1つになったんですね。それが非常に似ているなという印象を、個人的には持っています。楽しんでます……

田中： 2つだけ、質問をさせてください。繰り返しかもしれませんが、なぜラグビーをやっていますか。

栗原： ほとんど好きだなあという感じなんですけど。あとは、ほとんどプロということからはずれるかもしれないですけど、すごいラグビーの仲間は、すごく仲が良くて、いまだに学校の大学みたいな感覚でもあるんです、僕らは。

夕方にみんなが集まってラグビーをして、喜んだり悔しがったり、と。すごく今でもラグビーをやっているのは楽しいなというのはあるので、自分ではそんな感じですかね。

田中： 最後の質問は、ラグビー選手としての自分というのは、山から下り始めていますか、それともまだ山を登っていますか。

栗原： 山を登っています。

田中： ありがとうございます。今の最後の2つの質問の答えを伺って、何となくすごくそうなんだと思ったことは、現役時代に何でスポーツをやっていたのかなというのは、一番モチベーションじゃないですか、そういうチームのことをおっしゃっていて、2種類の選手がいるなと思ったのは、今好きなことをやり遂げるとかやりきりたいみたいなことをずっと胸に積み重ねる人と、こうなるまでは絶対にやろうという人と、たぶん結構2つあるんだなと思って。私の場合は、たぶん自分の日記を見直して初めて今日思い出したのは、1988年の10月1日に銅メダルを取った後に、次のページが真っ白なんです。最後のページに「さようなら、長かったシンクロ人生」と続く、すごい燃焼したみたいなんです。たぶん、これはいわゆる社会的に言えば、成功パターンで終わっている感じなんです。このパターンは、たぶん栗原さんとは違う。なぜなら、こうなるために頑張ってきたというタイプなんだな。重野さんには申し上げなかったんですけど、私はもう1つ、今日持ってまいりまして。

(重野： それは、僕の修士論文ではないですか……。)

田中： ある元Jリーガーの方が、キャリア・トランジション研究というのを、修士論文でやっていらしたときの謝辞に、最後に普通は書かないようなことを書いていらっやいます。

重野： これは、ちょっと……

田中： マイクで、ちゃんとしゃべっていただけますか、動揺しないで。これが面白いなと思ったのは、「私自身、大学院に入学した当初は、3年間のプロサッカー選手生活の後で、まさに地に足の着いていない状態でした」。戦力外通告を受けた後です。「元プロ選手という肩書き、周りからの目にずいぶん苦しみました。勝手に自分独りの思いこみで苦しみました。ただの学生そう心掛けようという自分と、実際にそう見られると、俺はなあという自分が心の中に同居し、心の安定が失われ、ずいぶん悩み苦しみました」。

その後いろいろ、アメリカでまたもう一度プロサッカー選手として再挑戦をなさって、たぶんここで燃焼なされた

のかどうか分かりませんが、このパターンもおそらく一日一日ずっとやりたいことをやってきて、でも戦力外通告を受けた後にふっと振り返って、今葛藤をしているという状態の何か選手。私はこうやってすごくきれい事で終わったくせに、すごくその後には落ち込むパターン、両方あるなと思ったので。

最後に私が栗原さんに、もし申し上げられればと思っているのは、なぜラグビーをやっているんですかと言ったときにお答えくださったことに、勇気付けられるというふうに思っただけで勝ちにつながると思うんです。それを、やれなくなるじゃないですか。でも、そのなぜやっているかというのが好き。でも好きの深いところは今教えてくださいましたから、その深いところをいつも感覚であれば勝つ以上のモチベーションが出てきて、それによって勝ち続けられるような気がするのです。ぜひそんな日々をずっとお過ごしになって、引退したら引退したでいろいろ考えていただければなというふうには思います。

重野：時間がだいぶおしていますので、簡単に。本当に今日はありがとうございました。今日、栗原さんにお話いただいたことはごく一部なんですけど、これを皆さんがどう感じるか。「こうです、ああです」というのは、どんな言葉でも使えるんですけども、栗原さんが今現役で考えていらっしゃるものが、実は一番伝えたい部分なんです。

いつも言いますが、引退された方々で素晴らしい方がたくさん来ていますけども、いろいろ後付けで、いろんなことが言えるんですね。それができない状態の方が今日来られて、そのままの意見が本当に聞いてよかったな、と。栗原さんが持っている「欲」の部分これからもっと見たいなというのが、これからの注目するポイントです。

重野：トップリーグが開幕して、秩父宮の初戦が16日ですよ。

栗原：そうです。

重野：秩父宮でおこなわれるサンゴリアス第1戦目ですので、ぜひピッチには。ピッチといいますよね、大丈夫ですよ。

栗原：グラウンドとか。

重野：グラウンドに立っていらっしゃると思いますし(笑)。ぜひ皆さんも、栗原さんの勇姿を見に行っていたきたいなと思っております、はい。ということで、いつもすみません、ミズノの皆様。時間を引っ張ってしまいましたが、以上で第16回目のキャリア・トランジション勉強会は失礼いたします。栗原さん、本当にどうもありがとうございました。

田中：ありがとうございました。(拍手)

栗原：ありがとうございました。



— 栗原 徹 プロフィール

1978年8月12日茨城県潮来市生まれ(28歳) 8月29日現在 178cm 82kg

1999 慶応義塾大学在学時に大学日本一に貢献。

2000 同大学在学時に日本代表に選出。学生日本代表にも選出され、キャプテンも務めた。

2001 同大学卒業後、サントリーに入社。東日本社会人、社会人大会、日本選手権の5冠達成に貢献。

2002 ラグビーワールドカップアジア最終予選の台湾戦では世界記録となる1試合60得点を上げる。

2003 ラグビーワールドカップに出場。

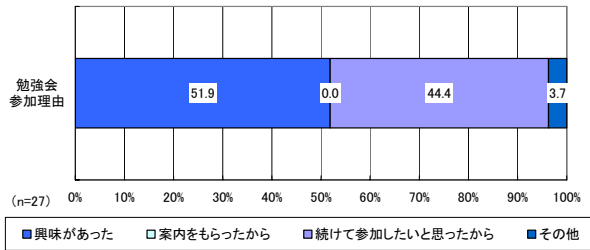
2004 プロ転向。

2005 慶応義塾大学大学院健康マネジメント研究科スポーツマネジメント専修 入学。

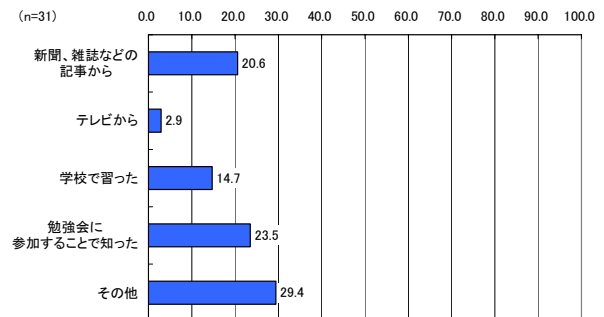
2. 第 16 回 アスリートのためのキャリア・トランジション勉強会 アンケート集計結果

アンケート総数:27

1. 勉強会参加理由



2. 興味、関心について



3. 勉強会はどうだったか。

- サッカー以外のプロの選手の意見が聞けてとても参考になりました。
- 現役選手の貴重な本音が聴けて満足。一方では引退直後または引退間際に起きそうな悲壮感を感じることがなかったことが印象的であった。
- 栗原がんばれ！！夜眠れない話、でも朝が来たらその日ががんばるだけという言葉、個人の程度の差こそあれ、これが一番大切なんじゃないか、その他要所にいろんなヒントをもらえました。
- 栗原さんがとても素直で、ステキでした。現役の方の話をこの勉強会でとりあげることに若干ネガティブな感じを持ってきたのですが、ぜんぜんそんなことなかったです。
- 現役選手しかもトップリーグ開幕直前、ご本人は手術後という非常にナイーブな時期のインタビューだったので、ドキドキしながら聞いていました。“眠れない夜”のお話を本音でしてくださったこと、(この話が聞けたこと貴重に思えます)、そして供お越しいただいたこと、栗原さんに感謝です。京さんの優しさを感じました。
- 「現役には聞いてはいけないことがある」というのが何なのか知りたかったし、本人にもっといろんな質問を試みたかったと思う。
- ハプニングもありましたが興味深い話が聞けました。
- 現役アスリートの声が聞けてとても参考になった。
- 先の事をあまり考えず今できることをする、考えても結論が出ないことは話を詰きつめない・・・なんていうのは、小さなトランジションの繰り返しの通勤族の妻にも、ものすごいヒントになります。場合によって何かを思い込まなければならない(やっていけない)母親業にも効きます。
- 今回だけではないのですが、まさにキャリア・トランジションの渦中にいる人間は離職中であったり、アルバイトであったりして、名刺をもっていない。受付の際に、「名刺を」と求められるのが少し苦痛です。今回の内容については、自分の現役時代に考えていたことをもう一度なぞったような感じで、また新鮮な気持ちになれた気がします。
- 栗原選手の話がとてもおもしろかった。特に田中さん、重野さんの質問に対する答えの部分が非常に迫力もあり、ひきこまれた。引退するまでに何をするかを考えるのではなく、次の試合・来年までやることを考えてやっているということはスポーツだけでなく、他のことでもあるなと感じながら聞いていました。
- とても良かったです。ありがとうございました。この時に参加できて人生の大きな参考になりました。ありがとうございました。
- 開幕直前の現役選手のお話を聞くことができ、新鮮でした。
- 現役選手の率直な思いを聞くことができ、参考になりました。よく考えているけれども、非常にシンプルな考え方をしている。そこがポイントだと思いました。
- より多くのコメントをゲストから聞いたかった。どうもありがとうございました。
- 現役選手の声を聞いた。
- 現役選手の生の声が聞けてよかった。
- すがすがしいスポーツ選手と次の何かを考えておられる立派な方との印象を持ちました。人格が何においても大切です。
- 栗原さんの「自分の居場所」という答えは良かったです。ラグビーが大好きということがよくわかります。
- 現役選手の話が聞けて、とても参考になりました。
- 短時間でしたが現役選手の話は今までの中で一番興味深く新鮮でした。田中さんの表情がいつもとずいぶん

違ったことも感じました。

- 遅れて始まった勉強会をどう生きるかに興味があった→なかなか良かった。トーク形式でわかりやすい。(ゲストがしゃべって、その後意見交換かと思っていたので)。
- スポーツ選手の成長の限界とはどうとらえているか? 「絶対的な成長」(自分自身との戦い)と「相対的な成長」(ライバルに負けない戦い)との間でどのように自分で限界への挑戦をされているのか、ということに大に関心をもちました。

4. 日本のセカンドキャリア支援の現状

- 選手自身は特に困っていないと思う。ある意味、それだけ日本が裕福なのでしょう。
- 引退直後に葛藤が起きた時、誰にどこにその怒りや苦しみをぶつけたら良いか(話を聴いてもらうことができたらよいか)サポートセンターのような場所が必要と感じた。
- アスリートに限らず、単なる再就職支援のようなものでなく、キャリアをどう捉えるのか、本質的な支援が本当に必要だと感じています。トランジションを本質的に捉えた後、周囲に与える影響もさまざま出てくると思います。
- ラグビーがプロとアマ混在となった現在のチーム内のことを深く聞いてみたかった気がしました。セカンドキャリア支援が問題になっていくでしょうから興味があります。
- 支援はまだ個人(選手)レベルでしか対応できていないと思います。
- 私も続けているスポーツのNFのメンバーでもあるのですが選手に対しての教育が必要だと痛感しています。
- まだまだ未整備だと感じます。
- 主婦ですので、時々重野さん、京さんの活動をTVやネットで知る程度です。私(古い人間です)の周りである程度、名の売れたアスリートは、家業を継ぐ、(最初からそういう後ろ盾がある)、指導者になる、以外の進路へ行った人は知りません。こういう活動が認知されて来たのはすごーく良いことだと思います。
- 一部のスポーツエリートに対しては多少良くなったように思いますが、思うような成績を残せなかった選手についてはまだまだだと思います。
- 今、学生でキャリア・トランジションの現状は把握できていません。
- アスリートだけでなく、一般的にキャリア支援は不十分だと感じているアスリートと実社会との接点もてるようにできればよい。
- 仕事の斡旋中心の支援もあればトランジションを大事にすることからスタートする支援もある等、多様であっていいと思います。その人にとっての“幸せなキャリア”が築ける本筋を外さなければ。体系的な理論から入るほうがフィットする人もいれば、実践から入る方が理解が進む人もいます。
- 私自身会社をいくつか変わっており、さらに今後も別分野で生きていきたいと考えている中で、現在の日本社会でどう位置づけられるかに興味ある 20 数年前に比べて現在はキャリアに対して大きく変化したと思う。

5. 今後の勉強会にて議論したいこと

- よくある意見として、海外ではキャリア・トランジションは選手にとって一般的だが日本ではなぜ特別なのか?
- 引退後メンタル的に苦しんだ経験(少し重いテーマかもしれませんが)をどう乗り越えたか経験談。(まずは引退を受け入れることについてどんなステップがあったか(キャリアに行く前に)等)
- 現役バリバリの若手選手を聞いてみたいです。
- 実際に海外などでキャリア・トランジションの教育なり、カウンセリングなりを受けたことのある選手。その影響でよいキャリア・トランジションができた具体的な例となるような選手がいたらぜひお話を伺ってみたいです。
- 中学生年代あるいは高校生年代の指導者の視点。親の視点。
- 荒川静香選手に、五輪後すぐにプロに転向し、そしてすぐに活動開始していった経緯と思い・・・など聞いてみたい。
- 再度、現役アスリートなども面白いです。
- 今日話題に登りましたが、現役選手に対するキャリア・トランジション教育はどうあるべきか、ということをもう少し掘り下げて取り上げていただきたいです。
- 今回のようなゲストの話が聞ければ良いと思います。
- また現役の方に来ていただけたらと思います。あとは、スポーツの指導者や現場からみたキャリア・トランジションについてということで、高校野球や大学ラグビーのコーチの方など。
- 今回のような現役アスリートの飾らない生トーク。

6. ご意見

- 日本人の文化に「ことだま」があり、キャリア・トランジションの弊害になっている気がする。
- 身近な存在であるスポーツ選手。(変なことを書いてしまいました)
- 中央競技団体やオリンピック選手らへの information があっても悪くないと思います。

- Athlete の幅がもっと広がってくると嬉しいです。個人的に・・・。
- 学者さんやプレスあるいはトップアスリートの参加が優先されているようですが、本当にキャリア・トランジションに悩んでいる元アスリート達に対して、「このような勉強会があるよ」という告知がもっとなされるべきで、そういう人達こそ、ここで歓迎されるべきだと思います。
- 野球選手が先行モデルになるのではないのでしょうか？
- 多様な支援メニューとその時々自分に必要なものをチョイスできる“選択力”の養成が必要では、と思っています。一般人の就労支援と同じです。日本のキャリア支援、キャリアカウンセラーの視点はまだまだ。いろいろな点が不足しています。極端にどちらかが片寄ることが多く、そんな状況に嫌気が指しているところですよ。キャリア理論とカウンセリング理論が後輪で労働マーケット状況をその人のパーソナリティが前輪の 4 輪駆動車のように円滑に走るキャリア支援ができる人材になりたいと思います。
- 選手側の情報が的確にクロスオーバーできるシステム構築が必要。一般社会ではかなり進みつつあるので。

2006年8月29日 勉強会参加者(敬称略)

石井美恵子	大里 大介	小川 憲彦	影井 宏秋	加納 秀益	川勢あかね
川添 恵子	木田 悟	久保 悠也	黒田 拓也	後藤 聡	坂井久美代
坂田純代	佐野 毅彦	高橋 潔	谷川 泉	谷口 美幸	永久 理恵
永松 旬	浜野 憲一	濱野 太郎	古川 美和	古澤 慶子	増田 明
増田 元長	松尾 康男	安田伊佐男	油井 直子		