

# 山崎区長新春対談

# シドニー・アテネ・北京五輪400mハードル代表 為末 大さんを迎えて



▲2011年に川南小学校で行われた特別授業の様子  
平成 25・26年度 江東区教育委員会研究協力校



▲昨年11月に東陽小学校で教師たちに向け、こどもの夢を後押しする力について熱く語りました



▲2020年東京オリンピック・パラリンピックへの思いが書かれた「夢の木」を前に対談（左は司会の野中智子さん）

平成27年を迎え、シドニー・アテネ・北京五輪400mハードル代表で、現在は幅広く活躍されている為末大さんをお招きし、山崎区長と対談していただきました。為末さんは、過去に区内の小学校3校で特別授業の講師を務めたほか、現在も、スポーツと社会の関係、自分を成長させる考え方、問い方を学ぶ「為末大学」のランニング部「かけっこスクール」を東陽小学校で開催しています。オリンピックへの思いやスポーツの力などのお話を、新春対談としてお送りします。

※対談の内容は、1/1(木・祝)～10(土)の「江東ワイドスクエア」(ケーブルテレビ11チャンネル)で放送します。「江東ワイドスクエア」は、1日4回(9:00～、12:00～、15:00～、19:00～)1時間枠で放送中



**ためす だい 為末 大さん**  
1978年広島県生まれ。1993年の全日本中学校選手権では100mと200mで2冠を達成し、ジュニアオリンピックで当時の日本記録を更新するなど、ジュニア時代から活躍していた。400mハードルに転向し、2000年シドニー・2004年アテネ・2008年北京と3大会連続でオリンピックに出場。  
現在は執筆活動や新聞コラムの掲載、テレビ・ラジオ番組の出演など多方面に活躍中。アスリートがスポーツの普及活動をするアスリートソサエティ代表理事などを務めているほか、地元・広島ではランニングクラブ「CHASKI(チャスキ)」を運営している。

## 400mハードルは日本人が世界と戦える競技

**司会** 本日はシドニー・アテネ・北京オリンピック400mハードル代表の為末大さんをお招きしました。あけましておめでとうございます。為末大さん、あけましておめでとうございます。早くも2012年に現役を引退するまで、世界で活躍されていたわけですが、陸上を始めたきっかけは何だったのでしょうか？

**為末** 僕は広島県出身なんですけれども、地元で陸上クラブがあり、姉が入っていたので、一緒に始めたのがきっかけです。最初は長距離を走っていて、だんだん短距離をするようになっていきました。

## 陸上は昨日の自分と競争するところがある面白さ

**区長** まだに為末さんの日本記録を抜けないじゃないですか。あとに続く人がいないと困るのではないですか？

**為末** 2020年までに出てほしいなと思いますし、ハードルは金メダルをとれる可能性がある、数少ない陸上の競技。今は高校などいい選手がいますから、トップ選手に育ってほしい。僕の記録も抜かれる可能性があるのではないのでしょうか。

## 世界中に日本のファンが生まれる可能性がある

**区長** 5年後に東京オリンピック・パラリンピックが開催されますが、オリンピックとして、どのように思っていますか？

**為末** 世界中から選手が来るのはすごいこと。それと、僕はまだにシドニーの印象が残っていて、オーストラリアやシドニーはいい所だということも言っている。同じように2020年の後に、世界中で日本のファンが生まれる可能性があるというの大きい。もう一つは今でも1964年の東京大会のことを話すがいるじゃないですか。

## 挑戦することが見ている人に連鎖する

**為末** いろんな地方にかけっこを教えに行ったりすると、「おらが町からオリンピックを」という話が多い。だんだんそういう気運が出てきますよね。

**区長** 江東区では障害者のカヌーを応援しています。区の職員と、中学校のカヌー部出身の子がいて二生懸命練習しています。

## 踏み込んで、「おせっかい」をすることが大事

**区長** 江東区では半分以上の競技が行われる。どう盛り上げていくかが大事。今、後ろにたくさん貼ってある葉っぱは、昨年「聞かせて！あなたのオリンピック・パラリンピック」という、区民の方から直

**踏み込んで、「おせっかい」をすることが大事**  
区長 江東区では半分以上の競技が行われる。どう盛り上げていくかが大事。今、後ろにたくさん貼ってある葉っぱは、昨年「聞かせて！あなたのオリンピック・パラリンピック」という、区民の方から直

## 接見やアイデアを聞くイベントで、参加者に書いてもらったものです

**為末** オリンピックに出ると書いてあるものもありましたね。それぞれの方が思いを持っていますよね。

**区長** 1、200人以上の方が会場に来てくれました。江東区として、地元だからみんなで盛り上げようという気持ちでいます。

**司会** 世界各国から選手だけでなく、観光客も迎えるわけですから、大忙しになりますね。

**区長** 区民の皆さんと一緒にやらないとね。

**司会** 実際にシドニーなどに行かれて、町の人の様子や歓迎ぶりはいかがでした？

**為末** やはり憶えているのは「人」のこと。ボランティアの人たちもたくさん必要になるとは思いますが、そういった人たちの印象は、選手にも、見に来た方にも残る。言葉の問題もあるけど、待つだけじゃなく踏み込んでいくのが大事だと思います。

**区長** 下町だからね。義理と人情とおせっかい。おせっかいはやいてあげることが大切ですね。

**為末** 「おせっかい」が国際語になるかもしれないですね(笑)。



▲アテネオリンピック400mハードル準決勝で懸命に走る為末さん[写真提供：スポーツニッポン新聞社]

**為末** 今、平均で50mが0.4〜5秒速くなってきていますね。特に変わると思うのは、姿勢ですね。

**司会** 走る姿勢ですか？

**為末** 普段もそうだと思うんですけど、やはり体はまっすぐ、軸ができていと思うのが重要。陸上競技がいいと思うのは、自分でがんばって、記録が出るので、進んでいるのが分かる。がんばればできるというのが分かると、それが自信につながれば、他のことにもつながっていく。

**区長** どんなスポーツでも基本は走ることでしょ？

**為末** スポーツは立って行うものがほとんど。だから、走ることで鍛えられることが多い。僕らの大きな夢は、日本人の足を速くするということ。足が速くなると日本のスポーツは変わるんじゃないかと思っています。

**区長** なるほど。

**為末** 例えば、足が速くなると野球の盗塁も増える。いろんなスポーツが世界に通用するようになるんじゃないかと思っています。

**区長** それは大きい夢ですね。

**司会** かけっこを教えるときに、どのようなことを子どもたちに伝えたいとおっしゃいますか？

**為末** 技術の面という姿勢、それから親指の付け根で立てるようにすることですね。心の面では目標を持つということ、走ることを好きにならなければならないこと、継続していくこと、形になります。

**区長** 江東区では学びスタンプというのをやっていて、体力スタンプもあって、小さいうちに体力をつけておけば、絶対伸びると思うんですよ。

**司会** こどもの体力が低下していると言いますよね。

**区長** 為末さんに「かけっこ教室」に来て教えてもらえるといいですね、ありがたいこと。今も為末さんの仲間が交替で来てくれていて、もっと来てくれたらいいですね。

**為末** 小学生のときは総合的に体力をつける時期。それからいろんなスポーツをしていけばいい。あとは集中力にも影響があると思うので、姿勢が保てる時間と集中できる時間は一緒じゃないかな。姿勢が保てるのは筋力。とにかく軸をしっかりと作って、それを保てるようにするのが大事ですね。

**司会** お子さんや保護者からは、

**為末** ありがとうございます。



▲対談を終え、笑顔で記念撮影