

特集 夢は人を支える



「夢を持っていますか。夢に向かって挑戦していますか。」そんな言葉を発信し続けながら、たくさんの方の夢と感動を与えてくれた谷本歩実さん。

今回は、「夢をかなえる達人」の谷本さんに、歩んできた道のりを振り返ってもらいながら、元気なお年玉をいただきました。

北京オリンピック決勝戦：平成20年8月

夢を追って

谷本さんは、オリンピック2大会連続優勝、全試合一本勝ちという前人未踏の戦績を残しました。しかし、そこまでの道のりは、決して平たんなものではありませんでした。栄光の裏側にあった挫折と絶望をどう乗り越えていったのか、伺いました。

それは敗戦から始まった

——今や「世界の谷本」という印象がありますが？

大学1年生のとき、世界ジュニア柔道選手権大会に出場しました。この大会の決勝戦で、デコス選手(フランス)と初めて対戦し、敗れました。彼女は、尊敬できるライバルです。彼女がいたから、今のわたしがいると言っても過言ではありません。

「夢」に背を向ける

——アテネまでは順調にいきましたか？

練習が大好きなので、アテネオリンピック出場に向けて、人一倍練習しました。

しかし、最終選考会が間近になっても、調子が上がらず、勝てない時期が続きました。どんな体調も悪くなり、無気力にそして、「このまま頑張っても代表選手になれないなら、オリンピックはあきらめよう」と考えてしまいました。

心があきらめても体が許さない

——えっ？あきらめたことがあったんですか？

オリンピックをあきらめたのとたん、体中に湿疹ができました。いろいろな病院で診てもらいましたが、原因が分かりません。体調の悪さも考え、しばらく柔道から離れることにしました。

その間、自分にとっての柔道を冷静に考えることができませんでした。そして、小学生のころからずっと金メダルを目指してきた自分に対して、「これでいいのか。ずっと思い続けてきた夢を、ここであきらめていいのか」と問いかけてました。悩んで、悩みぬいて、ついに覚悟を決めました。「だめでもいいから最終選考会に挑戦しよう」と。不思議なことに、オリンピックに挑戦しようと思った瞬間、全身から湿疹が消えたのです。このとき、



凱旋パレード：平成16年10月

「心ではあきらめても、体がそれを許さなかったんだ。オリンピックに出たいという思いが体に染み込んでいたんだ」と実感したんです。

「夢」は人を支える

——ここで気持ちが切り替わったのですか？

湿疹が消えて、体調も回復し、再び猛練習に打ち込みました。こうして、心身ともに充実した状態で迎えた最終選考会で優勝、アテネオリンピックの代表に選ばれました。

アテネでは全試合一本勝ちし、金メダルを獲得。小学生のころから思い続けていた「オリンピックで金メダルを取る」という夢が、かなった瞬間でした。この経験から、「夢が自分を支えてくれる。人は夢に支えられているんだ」と気付いたんです。



たにもとあゆみ
谷本歩実

昭和56年8月4日生まれ。安城市美園町出身。柔道四段。得意技は内股と一本背負い投げ。平成16年に安城市初の市民栄誉賞を受賞。平成20年に市民特別栄誉賞を受賞



夢をもう一度

妹の言葉で目が覚める

——アテネ後、目指すのは北京でしたか？

アテネが終わり、「次の夢は北京で金メダル」とはなりません。オリンピックで優勝するには、どれだけのモチベーションや練習が必要なのか分かっていたので、まだその覚悟はありません。

帰国後、早速チームの練習が始まりました。夢を達成したわたしには、次の目標が見つからず、練習にも身が入りませんでした。無駄な日々を過ごす中、当時、記者の取材には、「これからは、妹を支えていきます」と答えていました。

そんなある日、練習中に妹が突然泣き出したんです。

「こんなお姉ちゃんじゃあ、人を支えるなんてできないよ。頑張っているから、その姿を見て励まされるし、頼りにできる。今のお姉ちゃんには、何の魅力もない。やる気がないなら、道場から出て行って！」と。この言葉で目が覚めました。妹を支えるどころか、逆に迷惑をかけていたのです。

わたしには、目標が必要でした。そして、もう一度国際大会で優勝することを目標にし、それから心機一転、身を入れて練習に打ち込めるようになりまし。このとき、自分が成長するにあたって、目標に支えられていることを感じました。

またも試練が襲う

——そこから北京までは順調でしたか？

練習に練習を重ねていくうちに、「北京オリンピックへ出たい」という覚悟が決まっています。そして、挑戦しようと思いを決めた矢先に、今度は腰を痛めてしまいます。歩くこともできず、2週間寝たきりの状態。最終選考会が4か月前に迫り、北京は絶望的でした。ベッドで枕を濡らす日々。そのとき、いろいろなものが見えました。柔道をやる環境が当たり前だと思っていたことや、健康がいかに大事か、夢が閉ざされたときの絶望感など。また、周囲の人が変わっていく中、変わらないでいてくれた人のやさしさや温かさ、応援してもらえありがたみな

ど、たくさんのことを学んだのもこのときでした。そして、夢が人を支えることを思い出し、もう一度がんばろうと「柔道ができるようになったら、楽しい柔道をしたい」を次の夢としました。

一緒に戦ってくれる人がいる



谷本さん家族(アテネにて):平成16年8月

——挫折から新たな夢を見つけたわけですね

入院中、見舞いに来た両親が歩けないわたしに「北京は出るんだろ。北京は、北京は」と何度も言うのです。そのときは、こんな状態で出られるわけがないと追い返してしまいました。数日後、両親からりと梨が

北京オリンピック決勝戦:平成20年8月

届きました。その中には手紙が一通。「りんごは体を温めます。梨は体を冷まします」とだけ書いてありました。それを見た瞬間に、涙があふれ、止まりませんでした。実は、腰を痛めているときは、練習前は温め、練習後は冷やすのです。両親なりに、それを考えてくれたことだったと思います。「北京は出るんだろ」と言ったのも激励だったのだと気付きました。そして、「両親もこの4年間、ずっと一緒に戦ってくれていたんだ」と強く感じたんです。それが心の支えになり、もう一度北京へ挑戦しよう、闘志がわいてきました。そして迎えた代表選考会。結果は準優勝でしたが、何とか北京へ出場することができました。

思いが体を動かす

——満身創痍でのオリンピックだったのですか

充分な練習量によって、自分が自分に伝えてくれるというのが信念で、いつも自信を持って置が上がっていました。しかし、腰を痛めていた時期は、まともな練習はできませんでした。自分が自分に伝えてくれない状態が続きます。

そして、北京までの飛行機



凱旋パレード:平成20年10月

移動で、再び腰を痛め、着いたときには歩けないぐらいに悪化していました。やれるだけのことは準備して試合に臨みましたが、体はボロボロ。思いだけが体を動かしていたのです。その中で決勝戦まで勝ちあがり、デコス選手と対戦。彼女には、今まで一度も勝ったことがありません。しかし、初めてデコス選手に勝って優勝しました。

あの試合で、「笑いながら投げている」とよく言われます。実は、組んでいるときから笑顔なんです。尊敬できるライバルとオリンピックの決勝で戦えることが、とにかくうれしくて仕方がありませんでした。そんな最高の舞台で優勝できたので、達成感がありました。

選手生活20年間のあゆみ

1990年夏

二本木小学校3年生のときに、安城柔道教室で柔道を始める

1991年

県少年柔道選手権大会優勝

1994年

篠目中学校に入学。大府市にある大石道場へ通う

1994年~1996年

県中学総体3年連続優勝

1997年

桜丘高校進学

2000年

筑波大学進学。全日本ジュニア柔道体重別選手権大会優勝。世界ジュニア柔道選手権大会準優勝



2001年

全日本選抜柔道体重別選手権大会優勝。アジア柔道選手権大会優勝。世界柔道選手権大会3位

2002年

アジア大会優勝

2004年



コマツへ入社。全日本選抜柔道体重別選手権大会優勝。アジア柔道選手権大会優勝。アテネオリンピックで全試合一本勝ちで優勝。市民栄誉賞を受賞



2008年

北京オリンピックで2大会連続となる全試合一本勝ちで優勝。市民特別栄誉賞・県スポーツ栄誉大賞受賞



谷本選手 そのとき安城市は

2010年9月21日

現役選手として引退を表明



金メダルよりも「感謝」

——連覇したときの気持ちは表彰台の一番上で自らに問いかけました。「ここにいるのは自分だけの努力か。いや違う。支えてくれたのは周りの人。特にいつも励ましてくれたのは両親、両親のことばの積み重ねが、階段となってここまで上らせてくれたんじゃないか」と。そのときの思いを表現するには「ありがとう」という言葉しか思い浮かびませんでした。

この「ありがとう」という言葉の意味の深さを知ることができたことが、金メダルを獲得したことよりも、大きな財産となりました。



北京での表彰式：平成20年8月

一番の応援者は亡き祖父

——北京の後はどうな変化が最初の夢はアテネで達成。次の楽しく柔道をする夢を抱きながら、北京の後柔道も続けました。その後、膝のじん帯を切るけがをしたのですが、同じ時期に、祖父が入院。見舞いに行きました。そこで、これ以上現役選手を続けられないかもと祖父に話すと、はじめは続けてほしいと話していた祖父が、「これからは柔道以外の幸せを考えて」と言ってくれました。一番の応援者だった祖父からの言葉に、少し寂しい気持ちにもなりまして。そんな中、最後になるかもしれない大会に臨みました。試合の数日後、祖父が息を引き取りました。祖父が生きている間

夢は終わらない

伝えるためには知識を

——これからも「楽しく柔道をする」を目指すわけですね

これからは、夢を持ち続けることの大切さを、多くの人に伝えたい。アテネと北京の両オリンピックの経験で、柔道をしている人のみならず、多くの人も伝えていかなければいけない

を求めるのではなく、選手のよさを引き出す指導をしていきたいと考えています。

妹と一緒に歩いていきたい

——妹の育実さんも「一本柔道」を目指しているのですか

自分が選んだ道は、二度と歩きたくないと思うほど過酷な挑戦の連続でした。その中でも、相当な覚悟がなければ達成できないと思うのが「一本柔道」です。それを、妹が貫きたいと言っています。妹は、今までいろいろな思いや挫折を経験しながら、自分以上に険しい道を歩いています。この前の講道館杯で優勝した戦い方から、それを貫ける強さが見えました。辛いからやめさせようとも思いましたが、険しい道を歩いてくる妹にたくましさを感じ、うれしくなります。妹には、大会で優勝することよりも、自分のスタイルを貫いて、選んだ道を歩き抜いて欲しいと願っています。

わたしと両親がそうであったように、妹と一緒に歩み、支えていきたいです。

夢は世界基準

——子どもたちへのメッセージ



応援する祖父母

現役でいられたことに達成感がわきました。

今度は、膝を手術。1年のリハビリ期間に、海外も含め多くの場所へ行かせてもらいました。そこで、いろいろな角度から柔道を見つめなおし、もうひとつの夢、楽しく柔道をすることを実感しました。達成感と夢に一歩近づいたことで、現役選手としての引退を決意しました。

とっています。それには表現力が必要で、表現力は知識だと考えました。そして、次の目標を「知識を身につけること」にしました。

柔道では、減量やけががつきものなので、ダイエットや腰痛について聞かれます。そんなときに、正しい知識を伝えないといけないので、今は、管理栄養

をお願いします

子どもたちには、いつも夢を持つてもらいたいし、その夢に挑戦して欲しい。夢を夢で終わらせてほしくない。海外では、夢はかなえるためにあり、決して不可能だとは思いません。日本人は、夢は手の届かないものと考えてしまいがちですが、夢はつかむものだと言いたいです。

特に、安城の皆さんには、安城にいるからこそ、世界を目指して欲しい。「安城の谷本が金メ

夢に向かって頑張っている話をお寄せください

谷本さんの夢に向かって挑戦する姿は、たくさんの勇氣と感動を与えてくれました。

応募方法

応募用紙に、住所、氏名、年齢、電話番号、「わたしの夢」と「夢に向かって頑張っていること」を記入し、持参か郵送、ファクス、Eメールで秘書課広報広聴係(〒446-1850 1住所記載不要/ FAX(76)1112 / info@city.anjo.aichi.jp)へ

※応募用紙は、同係・市公式ウェブサイトで配布。

●その他 応募者には記念品を差し上げます。また、広報などに掲載する場合があります



ダルを取れたんだから、自分でも取れるんだ」と、世界を身近に感じて欲しいです。「安城、世界基準はじまる」こんなキャッチフレーズでいきましょう。

——最後に市民の皆さんが元気になるメッセージをお願いします子どもも頑張る。親も頑張る。おじいちゃん・おばあちゃんも頑張る。そこから相乗効果で市としての一体感が生まれ、安城市の皆さんが、元気になれるのではないのでしょうか。



サイン色紙プレゼントクイズ

谷本さん直筆のサイン色紙を抽せんで5人にプレゼントします。次の問題に答えて、応募してください。

【問題】谷本さんは、挫折を克服したときに、「〇は人を支える」と気付きました。〇に入る言葉を答えてください。

●申込方法 はがきに、答え、住所、氏名、電話番号、谷本さんへのメッセージ、自分の夢を記入し、1月31日(月)(当日消印有効)までに秘書課(〒446-8501住所記載不要)へ

問▶秘書課広報広聴係(☎71)2202)

一本柔道を伝えていく

——着々と夢の実現を目指して進んでいるのですか

「柔道」とは、柔術を通して生きる道を教えるということなのです。今の柔道は、武道とスポーツとに二極化しています。それを融合するのが「一本柔道」であり、それを目指した人間として、伝えていく責任があると思っています。海外でも、日本の心を持った指導者が必要とされています。これからは、日本のみならず、海外へも発信していくつもりです。

わたしも指導者として、結果

