

最初の3こぎで勝負は決まります。



たけだ ゆたか /
昭和40年12月22日標茶町生まれ。昭和62年交通事故で脊髄損傷。車椅子の生活となる。同年から車椅子バスケットを始め、めきめきと頭角をあらわす。長野パラリンピックで、アイスレッジの代表選手に選ばれ、100メートルと500メートルに出場、両種目で金メダルを獲得



寒いところは苦手なんです

アイスレッジを始めたのは平成8年の9月ぐらいから。だから、まだ日が浅いです。競技自体もリレハンメル大会から正式種目になった新しいスポーツで、それまで内容どころか競技名すら知りませんでした。アイスレッジは、スケートの刃をつけたそり（スレッジ）に座り、ステックを両手に持って前進しながらスピードを競うスピードスケート競技です。種目は短距離の100メートルと500メートル、長距離の1,000メートルと1,500メートルがあります。

もともとスポーツが大好きで、学生のころはバスケットボールとバレーボールをやっていました。交通事故で車椅子の生活を送るようになってからは、車椅子バスケットに転換。この3年間は北海道選抜チームの主将をつとめています。最初、「アイスレッジをやってみないか」と声をかけられたときは、

はっきりいって乗り気じゃなかったんです。寒いところが嫌いですし（笑）これまでずっと団体競技ばかりやってきたので、個人競技をやる自信もありませんでした。とりあえず東京で説明会が行われるというので、顔を出してみることにしたんです。そこで三井利仁監督に会い、その人柄にほれ込み、この人と一緒にやってみようかなと思ったのが、そもその始まりです。

仮病で練習を休みたいと思ったことも

運動神経はいいほうだと思っていたのに、初めてスレッジに乗った時はうまく滑ることができず、「本当にできるんだろうか？」と不安をおぼえたものです。また、壁に激突して両足を骨折する人を見てしまっ...。怖い競技だなと思いましたね。それでも練習を重ねていくうちに、だんだんいろいろなこ

とができるようになり、それが自信につながっていききました。練習は1日4時間。2回に分けて、2時間、2時間で行います。集中力がなくなるとケガをするので、短いようにも思うでしょうが、4時間が限界なんです。とにかく徹底的にしぼられますから、練習が終わるともう腕が疲れ切ってブルブル震える感じ。車椅子にも乗れないような状態でした。あまりにも練習が厳しくて、「今日は仮病で休もうかな」と何度考えたことか(笑)。さすがにスポーツが好きでも、その限界を超えてましたね。

練習は、東京で強化選手と一緒に練習もありましたが、半分は釧路で一人でやっていました。コーチも誰もつかないので、怠け心がおきそうになる自分をコントロールするのが難しかったです。だから三井監督とは随時電話やFAXで連絡を取るようになりました。とにかく100メートルでは14秒台を出したい。そうすればメダルも夢ではないと思っていました。初めての挑戦だったので、何も知らないことがプラスに作用したと思います。

アイススレッジは勝たないと楽しくない

パラリンピックの本番では、まず100メートルが先で、その2時間後に500メートルがありました。はっきりいって100メートル競技のことは何も覚えていません。無我夢中で、気がついたら終わっていました。記録は14秒83の世界タイ記録。自分のいた場所からは14秒という数字しか見えませんでした。これはイケると思えましたね。結局、10人滑ってトップ。金メダルです。その瞬間、なんともいえない喜びがじわ~っとわいてきました。どういう滑りをしたのか本当に覚えていないんですが、多分勝因の一つにスタートのよさがあったと思います。100メートルの場合、スタートの善し悪しですべてが決まるといっても過言ではありません。しかも最初の3こぎが大事。ストックが氷についている時間を短くして、いかにトン、トン、トンと回数をこいでいくか。きっとこれがよかったんでしょうね。

金メダルを取ったという喜びと自信からか、500メートルはリラックスして競技にのぞむことができました。もちろん1つより2つあったほうがいいとは思ってましたから、思い切り力を出し切ろうと全力投球。2位に4秒の差をつけて2個目の金メダルも手に入れました。

2年前まではアイススレッジという競技名すら知らなかったのに、こうして長野で金メダルが取れたことが不思議でたまりません。これまでやってきたバスケットボールは団体競技ですから、仲間と声を



かけあって、励まし合いながら試合をやるのですが、アイススレッジは個人競技で、自分がミスしても誰もカバーしてくれません。だから勝つことだけが楽しみになるのです。やる以上は、つまらないよりは楽しいほうがいい。楽しむには強くならなきゃいけない。スポーツを楽しもうという気持ちが、自分を金メダルへ向かわせたんでしょうね。もちろん指導して下さった三井監督の力も大きいと思いますが。

シュートが入らずちょっと困ってます

まだ4年後のことは考えられません。それよりも今は、車椅子バスケットで気持ちいい汗を流している時間を大切にしていこうと思います。ただ困ったことに、アイススレッジを始めたおかげでシュートが入らなくなったんですよ(笑)。想像してもらってよくわかると思いますが、シュートは前へボールを投げる動きをしますよね。ところがアイススレッジは前へ進むために、腕の力を前から後ろへという全く逆の動き。チューブを使ったトレーニングでも、後ろへ、後ろへと筋肉を動かしていましたから、めっきりシュートの入りが悪くなりました(笑)。主将降板かとドキドキしたぐらいです。筋肉は、鍛えればいっていいものではないということを実感しています。

交通弱者に環境整備はうれしいですね

話は少々それますが、道路など外に出るとさまざまな段差があり、それで外出がおっくうになる車椅子の人もたくさんいると思います。スポーツをやっている人間はけっこう段差なんかも飛び越えてしまおうんですが、やっぱりスロープの必要性は感じています。それでスロープが必要だというと、今度はすごく立派なものを作ってくれるんです。立派じゃなくてもいいですから、車椅子に乗っていても苦にならない道路環境がさらに整備されるとうれしいですね。

(平成10年9月18日取材)