

## 講演

「ウィンブルドンの  
風に誘われて」

元プロテニスプレーヤー

沢松 奈生子 氏

*Sawamatsu  
Naoko*

講演

Lecture

**はじめに**

皆さん、おはようございます。大層なことはお話できませんが、限られた時間の中で、男女共同参画やテニス、来年に開催される東京2020オリンピック・パラリンピックなど、スポーツ全般について、私なりに経験させていただいたこととお話しさせていただきたいと思えます。本日はどうぞよろしくお願いいたします。

**日本で話題のスポーツについて**

今、日本では、ラグビーワールドカップの開催により、大変スポーツが盛り上がっています。私も白熱のプレーや選手のトライシーンを何度も試合やニュースで観ました。ラグビーも好きなスポーツの一つでしたが、今回、専門用語やルールを新たに知ることができ、より楽しむことができました。ラグビーワールドカップは、いよいよ本日が決勝戦です。イングランドのヘッド

コーチは日本の前監督ということもあり思い入れがある一方、日本に勝った南アフリカに頑張ってもらいたいという思いもあります。それぞれの様々な楽しみ方で、試合を観戦していただきたいです。

一方、今、日本をざわつかせているスポーツの話題が、東京2020オリンピック・パラリンピックのマラソンと競歩の開催地が、東京から札幌市に変更されたことです。環境は選手にとって重要であり、気候が涼しい会場になったことは良いことですが、選手はこれまでに真夏の暑さ対策をした練習をおこなってきたため、身体面や精神面に影響はあると思います。

余談ですが、どの種目の金メダリストが紫外線を一番浴びているかを調査した研究によると、3年前のリオデジャネイロオリンピックでは、テニスの女子シングルスという結果だったそうです。また、パラリンピックで金メダルが期待されている車椅子テニスの



かみじゆい

上地結衣選手によると、コート<sup>コート</sup>の熱を直に感じながら、暑くなった車椅子のタイヤを操作するため、試合が終わると、手のひらの皮がめくれるそうです。このように、見直すべき大事な点はほかにもあると個人的に思います。

### グランドスラムについて

今日は男女共同参画がテーマですが、テニスの世界でも実は、ツアーにおける男女差がありました。まず、四大大会、皆さんもグランドスラムという言葉はよく耳にされると思います。一番有名なウィンブルドンで知られる全英オープン、大坂なおみ選手が優勝した全米オープン、全豪オープン、全仏オープン、この4つがグランドスラムです。

まず、これらの賞金額が、私がツアーをまわっていた1980年代、90年代、男女差が非常にありました。この頃にはすでに、アメリカは、男女の賞金額が同じでしたが、イギリスが一番遅く、2007年に賞金額を同じにしました。30年以上の差があります。テニスに

詳しい方はご存じだと思いますが、グランドスラムの大会は、女子が3セットマッチであり、先に2セット取ったら勝ちです。1セット平均45分で、2セット約1時間半で終わります。男子は5セットマッチであり、3セット取ったら勝ちです。よく錦織圭選手がコートの中を駆け巡っていますが、3時間半から4時間試合をしています。以上をふまえ、平等にすることが良いのか意見が分かれることもあります。

そして、グランドスラムの出場を目指して、日々、世界ランキングを上げていくために出場しているのがツアー大会です。これは必ず世界のどこかで今日、この瞬間も行われています。この大会では、男子プロテニス協会と女子プロテニス協会は別の組織であり、ルールもそれぞれにあります。

テニスというスポーツは、自ら作戦を考え実行し、試合で負けたら責任を取るのも自分という、すべて自分で考えて動かなければいけない競技です。具体的には、試合中はコーチからのサインや、コート内へ声を掛ける行為など、一切のコーチングが禁止されて

います。

しかし、女子のツアーでは、この決まりを約5年前に変更し、「オンコート・コーチング」というルールを導入しました。大坂なおみ選手の試合でご覧になられた方もいらっしゃると思いますが、コーチが選手のベンチまで来て、会話することができます。選手とコーチのやり取りは、チェンジコートの90秒間に限られています。この時間をどう使うかで、この後の試合に大きな影響が出ます。一方的に自分の言いたいことだけを言って終わるコーチもいますが、大坂なおみ選手が優勝した全米オープン時のコーチは、まず、試合中にストレスを感じていることをすべて彼女に吐き出させたいと、「今、上手くいってないと思っているかもしれないけど、君は本当によくやっているよ。大丈夫だよ、君ならできるよ。」と声をかけ、気持ちを上げさせていました。「君は何を考えているの?」と聞いてくれることは大事です。家庭に置き換えてみていかがでしょうか。今日の出来事を聞いて欲しいですし、家事や仕事においてもひとこと褒められるだけで、また頑張れると思います。

この「オンコート・コーチング」は、プロテニス女子限定のルールです。これには、事情があります。やはり、男子のツアーの方が、日本では錦織選手を含め世界的に有名な選手が多く、人気があり、観戦チケットの売れ行きが良い状況でした。そこで、女子では、「オンコート・コーチング」というシステムを作り、コーチにマイクを付け、テレビ中継で観戦している人に聞こえるよう工夫したところ、大反響となりました、皆さんに楽しんでいただける大きな進歩の一つだと思います。日本でテレビ中継をする時は、選手

と対戦相手のコーチの話す言語が分かる通訳の力がいます。

## オリンピックについて

一方、グランドスラムツアーだけではなく、テニス選手にとって大事な試合の一つが、やはりオリンピック・パラリンピックです。私自身、小さい頃からテレビで観戦し、様々な競技の選手の真似をするなど楽しみの一つでした。ずっと憧れていたオリンピックに出場できると分かった時は、本当に感動しました。

テニスの場合、出場できる選手は、何月何日付けの世界ランキング上位何名と決められています。選考するための事前の大会はありません。今回の東京2020オリンピック・パラリンピックでは、2020年の6月8日付の世界ランキングで決定します。この6月8日とは、グランドスラムの内の二つ、1月に全豪オープン、5月末から6月にかけて全仏オープンがあり、これらが終わった次の日の世界ランキングです。

オリンピック出場は本当に嬉しく楽しみなことでしたが、テレビで観ているオリンピックと、実際は違いましたが、一番衝撃だったことがあります。選手村に到着してすぐ、様々な競技の女子選手が集められ舌の粘膜を採取されました。説明は受けたと思うのですが、言語が分からなかったのとまどいました。すると



数日後に、私の元に小さな免許証のようなカードが届きました。なんと、女性証明書でした。このようなものが世界に存在することに驚きました。やはり多くの問題があり、2000年代に無くなりましたが、その存在理由は、当時は男性が女性であると偽って競技に出場する人や、ドーピングで薬を飲んでメダルを取りたいと思う人が出てきた時代であったため、出場するためには、まず女性が女性であることを証明する必要があったからです。

また、ドーピングテストは女性にとって苦痛です。その方法は尿検査であり、試合が終了し、相手と握手をした瞬間に、ロッカールームに戻って着替える間もなく、汗をかいた状態で、ドーピング検査室に連れて行かれます。検査室の個室にはドアが無く、検査員が目の前で見ているという状況が、当時10代の私には非常に恥ずかしかったです。そのような状況だったので、検査に8時間かかったこともあり、本当に大変だったオリンピックの思い出です。

このような検査がある理由の一つ、ドーピングの使用

がなくなるからです。これは、これからのオリンピック・パラリンピックの課題だと思います。大会の存在が大きくなりすぎたため、メダルの価値があまりにも大きくなり、自分の寿命を縮めてでも薬を飲み、勝ちたいという選手を生み出しています。さらに、私の時はオリンピック会場での検査しかありませんでしたが、今は抜き打ちで普段の生活の中でおこなわれるため、選手は大変です。強化選手に指定されると、3ヶ月先まで自分の予定をすべて登録しなければなりません。検査員が抜き打ちで来て、居なかった場合はバツ1がつき、バツ3でドーピングアウトとなり、オリンピック・パラリンピックに出場できなくなります。

また、禁止される飲食物の種類も年々多くなっており、風邪薬や鎮痛剤、のど飴などでもドーピング対象の成分で引っかかるものがあります。

さらには、ライバル選手の飲食物に薬を混入する問題も出てきています。疑心暗鬼の思いで、選手同士がお互いを見なくてはいけないということも、悲しいことであり、メダルの価値が大きくなりすぎている





弊害の一つだと思います。

ただ、世界的に見ると、日本人はドーピングしている選手はほとんどいません。ぜひ来年の東京2020オリンピック・パラリンピックで、このようなことも世界に発信していきたいと思っています。

また、テニスでは男女でペアを組むということが出来る種目が一つあります。これが、ミックスダブルスという種目です。男女の選手の息を合わせるのは難しい競技です。大坂選手と錦織選手はエキシビションで何回が組んでいます。私も当時、松岡修造まつおか しゅうぞうさんと組んでいました。見応えがありますので、ミックスダブルスもぜひ応援してください。

### 世界で活躍するためには

ツアーやオリンピックにまつわる話をしましたが、やはり、大会で世界のトップ選手たちを見ると、どのような選手が世界でトップに立てるのか間近に感じることができました。間違いなく言えることは、それぞれの国の教え方によって、選手のタイプが違うということです。我々日本人は、弱点が少ない選手を育てる

傾向にあります。得意なショットがあったとしても、苦手なショットを練習し、弱点と長所の差を狭めようと努力します。しかし、世界のトップを取っている選手は何かが違いました。私が引退した時、最後に戦った相手が元世界ランキング1位の選手でした。その時、彼女から、「日本人は技術の弱点も少なく、ある程度体力もあり、怒らせようとしても我慢強くメンタルも強いため、やりづらい。しかし、怖いと思ったことは一度もない。」と言われました。その時、ネットの向こう側の選手に怖いと思ってもらえるものがない選手は、絶対に勝てないと思いました。勝つためには、長所をさらに伸ばし、個性という武器にしていく必要があります。

今、日本のテニス会でも、弱点がない選手を育てるというベースは変わらず、その上で、世界のトップを取るためには、選手のオリジナリティが必要であるという教え方によって変わってきています。錦織選手は感情を表に出さないタイプ、大坂選手は時速200キロのサービスなど、世界のトップ選手から武器を持つことの大切さを学ぶことができます。

そしてもう一つ、大事なことはメンタルです。モチベーションを保つということが、ツアーではとても大事です。一人で年間3分の2を海外で転戦するために、すべて自分で調整しなければなりません。また、試合に負けると宿泊代等ももらえず、すべて実費となります。このような過酷な状況の中、モチベーションを保つことができる選手が、世界ランキングの上位を保っています。トップ選手は、夢と目標は別であり、目標を頑張れば達成できるところに設定します。この達成感が向上心を生み出し、モチベーションにつなげていきます。

私もウィンブルドンで優勝することが夢でした。大きな夢でしたが、出場するからには優勝したいと思っていました。当時、目標もウィンブルドンで優勝することでしたが、年間通してこの夢である目標を達成できる人は世界で一人しかいないことに気づきました。1回戦、2回戦で負けていると、夢である目標が遙か彼方、遠いところにあり、モチベーションがどんどん下がっていきます。私は、常に1つでもいいから上を目指していこうという気持ちに変え、モチベーションにつなげました。残念ながら夢を叶えることはできませんでしたが、10年間ツアーを回り、怪我もなく、世界ランキングが30位以上を保つことができました。

## さいごに

私は、必ず講演の最後に、皆さんにプレゼントさせていただく言葉があります。それは、「あなたにしか咲かない花を咲かせてみよう」という言葉です。引退を悩んでいた25歳の時に、この言葉に出会いました。子どもの頃から毎日やってきたテニスを辞めてしまうということが恐怖で、これから先、何を生きがいに生きていけば良いのか悩んでいました。今では、こうして皆さんの前でお話しする機会が、今の私にしか咲かない花であると感じています。

私には12歳の娘がいますが、出産をした時に、男女の違いをすごく感じました。女性の方が優れている、男性の方が優れているということではなく、女性には女性にしかできないことがあり、男性には男性にしかできないことが、やはりあると思います。男女共同参画というのは、お互いの良さというのを認め合って尊重し合い、お互いに良い社会を目指していくことであると、個人的に思っております。

ご参加の皆さんは、きっと普段からそのように考えていらっしゃると思いますので、ぜひこれからも輝かしい人生を歩んでいただけるように、心からお祈りしています。

ご静聴ありがとうございました。

