

生衛業 インバウンド対策 シンポジウム レポート 2019

生衛業の外国人に対する「愛顔のおもてなし」のための提言

第46回 愛媛県生活衛生推進大会

令和元年 11月11日(月)

基調講演

演題 「オリンピックと外国人選手たち」

パネルディスカッション

テーマ 「えひめ県ゆかりの元オリンピック選手が語る」



【発行日・発行元】

発行日／令和2年2月

発行元／公益財団法人 愛媛県生活衛生営業指導センター

〒790-0811 愛媛県松山市本町7丁目2番地 愛媛県本町ビル2階

TEL 089-924-3305

WEB サイト／公益財団法人 愛媛県生活衛生営業指導センター

<http://www.seiei-ehime.jp/>

発行元：公益財団法人 愛媛県生活衛生営業指導センター

生衛業インバウンド対策シンポジウム

『えひめ県ゆかりの元オリンピック選手が語る 2020年オリンピック・パラリンピックについて』

令和元年度の「生衛業インバウンド対策シンポジウム」は、第46回愛媛県生活衛生推進大会に先立ち、令和元年11月11日(月) 午前10時30分から、松山市湊町のいよてつ高島屋8階スカイドームを会場にして開催しました。

シンポジウムで行われた基調講演とパネルディスカッションの先生方のお話は、世界各地への訪問や体験などに基づいた素敵なお話でいっぱいでした。また、その中には、生衛業を営み、来店する外国人を「お接待の心でもてなす」ために役に立つヒントがいくつも 있었습니다。

この冊子では、そんな生衛業に向けてのヒントを中心に編集してみました。是非お読みになって参考にしてください。

生衛業インバウンド対策 シンポジウム

日時

令和元年11月11日(月)
10:30～12:00

場所

いよてつ高島屋 8階 スカイドーム

基調講演

演題「オリンピックと外国人選手たち」

〈講師〉 (学校法人) 医療創成大学 副学長

田口 信教 様

1972年ミュンヘンオリンピック
100m 平泳ぎ金メダリスト



パネルディスカッション

テーマ「えひめ県ゆかりの元オリンピック選手が語る」

〈パネリスト〉

土佐 礼子 様

2004年アテネオリンピック / 陸上マラソン 5位入賞

佐伯 美香 様

2000年シドニーオリンピック / ビーチバレーボール 4位入賞

真鍋 和人 様

1984年ロサンゼルスオリンピック / 重量挙げ 52kg 級銅メダリスト

田口 信教 様

1972年ミュンヘンオリンピック / 100m 平泳ぎ金メダリスト

〈コーディネーター〉

大森 利夫

愛媛県生活衛生同業組合連合会会長



「オリンピックと外国人選手たち」



〈講師〉
(学校法人) 医療創成大学 副学長
田口 信教 様
1972年ミュンヘンオリンピック
100m平泳ぎ金メダリスト

—— 生衛業へのヒント①：海外の人と話をすることでいろんな知識が身に付く。

何か私でお役にたてるのでしょうか？ということが出てまいりました。海外に行くと日本のことがよくわかるんですね。同時に自分たちがやっていることがこれでいいのかな？というのがすごく見えてくる。

「オリンピック選手なんでしょう。」ということで、いろんな人からいろんなことを聞かされると、聞かれっぱなしでは悪いから、こちらからも聞くということで、双方のやりとりでいろんな知識がついてくるのです。

—— 生衛業へのヒント②：世界一の技術をカンニングしよう。

私は、世界中いろんなところに行きたくて水泳をやったんですね。どうやって金メダリストになったかという、ポイントの一つなんです。カンニングをしたということです。

何をカンニングしたかという、世界一の泳ぎをカンニングして、真似たんです。私の恩師の石原先生が、「下手な泳ぎをいくらがんばってやっても上手にならないよ。下手な字をいくらでも書いてると下手な字が確立してしまう。泳ぎもまずは綺麗なお手本を真似なさい。学ぶは真似るから

始まる。正直に真似なさい。世界一の真似をしても、カンニングしても違反じゃない。」と言われ目から鱗でしたね。

世界一をどうやって見つけようとしたかという、市川崑監督の「東京オリンピック」です。スローモーションで水中映像が見れるのですね。それを見た瞬間に「アッ、平泳ぎってこういうもんだ。」ってわかったんですね。平泳ぎというのは平らではなくて、立体的なんですね。掻き方がまったく違ったんですね。

そこでどうやって真似ればいいのか、鏡を友達に持ってもらって水のなかにつけて、足の動きや手の指を作ったのですね。

—— 生衛業へのヒント③：テクニックは、ちょっとした細かいやり方を変えるだけで、全く違った結果が生まれる。

水泳の泳ぎにも結構ちょっとしたテクニックでまったく違った答えがでます。まずクロールっていうのはこう手をいれても、単純にまっすぐ、ボートのオールのごとく掻くと、水泳教本には書いてあるのです。昔は水車のごとく回すべしということが言われていた。そんなこと今はやっているわけではなく、外側に内側にS字にとカタチが変わってきているのです。その時にヒジをちょっと立てるとかね、肩関節を入れるとか、ちょっとした細かいやり方によってまったく答えが違うのですね。



皆さん、カンニングをするという表現は、あまり適切ではないというかもしれませんが、テクニックというのは大体盗むものなんですね、基本ですね。ですからオリンピックで、せっかくハイビジョンで、すごく良い録画装置があるのですから、録画してほしいと思います。そして日頃選手がどんなことをしているか、止めて見てみる。私はいつも分度器とものさしを持って、コースロープってブイを基準にして、自分の泳ぎと比較すると、かなりレベルの高い泳ぎが完成する。非常に簡単です。

それで私は金メダルをとって、鹿屋体育大学という国立の唯一の体育大学なのですが、そこで柴田亜衣とか、オリンピック選手を何人も育てたのです。原理は簡単なのです。船と一緒になんです。抵抗のない姿勢で泳ぎなさい。抵抗をなく、少なくする姿勢を作るのは、簡単なのです。痩せればいいのです。それで高所トレーニングという、高いところ、空気が薄い環境でトレーニングすると、心肺機能がレベルアップする。そして手をできるだけ無駄な動作をしない、速く掻く、世界一早く掻く、そんなことを基本的に考えていけばだいたいわかるんですね。

—— 生衛業へのヒント④：世界一になるには、繰り返しの練習と環境作りが大事。

一番難しいのはそういうことをわかっていても、それを身につけるためには、ものすごく繰り返しの練習がいるのです。どうすればそういう習慣が身につくのか。一番簡単なのは張り紙作戦ですね。目が覚めた瞬間に目に飛び込んでくるところに、今日やらないといけないことがすぐわかるようにしておく。それで音楽も使うのですね。暗い音楽をかけると人間暗くなるのですね。元気の出る音楽をかける。で、部屋を明るくする。寒いとなかなか運動しようとしません。だから電気毛布を入れて、嫌でも朝から汗がブワッと出て、泳ぎに行きたいと思える環境を真冬にも作る。

その時にモチベーションですね、高めるためには、成功した暁に、こういういいことがある。ちゃんと書いておく。私も、この年ですから、吉永小百合さんのファンでしたから、「吉永さんに会いたいね。」といえど金メダルとったら会えるんです。





—— 生衛業へのヒント⑤：

色、形、器、そして物語がついてくることで、食べ物美味しく感じる。

オリンピック選手として、世界中 60 か国に招待されたり、世界一周 1 か月間 1 人で行ったことがあるんですけど、正直言ってですね、「色」ひとつとっても、国によって人によって趣味が違います。

色ひとつ、形ひとつ、瓶ひとつ違いますね。まあこの違いはやはりどうすればいいのか。日本人にとって、一升瓶やビールも同じですね。向こうに行くといろんな形がありますね。器もめちゃくちゃ違いがあります。一升瓶を持ってセレブが写真に撮って「さま」になるのか？というところあまりないですね。ワインボトルだと意外に合うんですね。で、ワインを飲もうとするとワインの色から匂いから味からものすごく細かく書いてあるんですね。

日本は、辛口です、甘口です、中辛などの 6 種類くらいですが、フランスのワインでは 100 を超えますね。色の表現だけでも。そこに物語がくっついてくるのです。それが美味しく感じる。でも私は日本の焼酎のほうがよっぽど旨いと思うのですが。皆さんいかがでしょうか。

—— 生衛業へのヒント⑥：

携帯電話のアプリだけで、看板も新聞も読めてしまう。商品の説明にはQRコードをぜひ活用しよう。

実は昨日まで、私はベトナムに行っていたんですね。出張で。今は便利ですね。ベトナム語の看板であろうと、メニューであろうと、パンフレットであろうと、携帯ひとつで読めちゃうんですね。とにかく便利な時代ですよ。こういうハイテクを使えばどこの国の言葉でも、簡単に読めます。無料のフリーアプリですね。

ベトナムでもそこら中に QR コードがあるんですね。ホテルに行くと、QR コードがあって、そこにピッとかがざすと日本語で細かく書いてあるのが出てくるのです。ベトナムでお菓子、韓国でも健康に良いからってお茶をもらった。でも何を写っているかわからない。横にある QR コードにかがざすと効能とかがわかるんです。とにかくそういうことが可能な時代ですね。ですから言葉の障害は、間もなく無くなるんじゃないですかね。私自身は、世界中回って来て、困らないです。



—— 生衛業へのヒント⑦：

外国人に日本の文化・食べ物を理解してもらうことはきっとできると思う。

イスラム圏に行くと一種独特の匂いがしますね。いい匂いですよ。お風呂に入る習慣がないのですね、香水文化ですよ。日本人のオリンピック選手団として、メキシコオリンピックのときは、スルメ持って行くし、納豆持って行くし、味噌を持って行って味噌汁や、クサヤまでは持って行かなかったですけど、「金メダルにとって良かった！」となってどんちゃん騒ぎをする。

その頃は、日本からいろいろ持っていくんですね。日本酒も持って行くし、日本の美味しいと言われるお菓子。特にあんこ系ですね。で海外の人に渡すと「あんこが甘い。」って、ついていけないみたいです。それでお茶を飲ませてから、食べさせたりとか、いろいろ実験したりしたんですが、うまく行かないですね。羊羹なんかもグロテスクに見えるみたいです。

とにかく外国の人にどうやって親しんでいただくのか。なかなか至難の業ですけど、でも我々も、海外のチーズも受け入れて、楽しくおいしくワインに合うなどと思いがちながら、飲んでるわけですから、食べたり、飲んだり、必ずできるはずですね。

—— 生衛業へのヒント⑧：

人種を見た目で判断するのは、恥ずかしいこと。

そしてぜひ知ってほしいのはですね、人間は言葉の障害が



あまりなければ、英語でやるわけですけど、彼らも大した英語はしゃべってないですね。互いにかたことの英語でやりあうわけですが、なんとなく親しくなってくると、我々東洋系の人、東洋系の人で集まるクセがありますね。

私が金メダルをとった時に、両側に星条旗、アメリカだったんですね。私は日本で、屋外プールで泳いでいたので真っ黒なんで、「真っ黒の選手が金メダルをとった！」「よかった！」といってプール会場から出た瞬間に、私は 1 時間、神輿で担がれてプールのまわりをぐるぐる。共同インタビューの人が来て、引きずり降ろして連れて帰られるまで、いつまでたっても。それ全部東洋系の人。何を喜んでるのか分からないですが、「お前はすごいやつだ」って。ちょっと特殊な風にみられてたんですね。

世界中からご招待をうけるんですが、人種というか見た目で判断するという所は、確かにありますね。選手としては恥ずかしいことですが。黒人選手とアメリカ選手が握手する。そのあと白人選手がずっと行って、よく見てみると手を洗っている。そんな風なことも当時としてはあったのです。

私はアメリカに 2 年住んでいましたから、差別を受けるんですね。まあ私が行った時代も時代なんですね。私が 28 歳のときですね。国のお金で 2 年間国際留学させていただいて、そのときインディアナってところにいたんです。白人社会ですね。

インディアナ大学という 7 万人くらいの大学で学んでわかったことは、まだまだ差別があるということ。そういう差別がある中で私自身が学んでたんですけど、バーに行くと白人バーと黒人バーに分かれるんですね。そういう時代でした。

—— 生衛業へのヒント⑨：

携帯電話のアプリを活用して、世界の人と会話して、彼らの全く違う発想・情報を手に入れよう。

そういう中で白人のなかにも、寄ってきて、私に「この商品を日本で売りたいんだけどお前どう思う？」かと、意見を求められる。

今たくさんいろんな国から来てる方がおられるんですが、こういう携帯をうまく活用して、会話がかなりできます。タダのアプリですから、使い方をちょっと覚えれば普通に会話できちゃいます。

活用して自分たちがやっていることの感想を聞く、見聞きするのに非常に便利です。意見を求めてみると、意外と我々の発想とはまったく違う発想を彼らはもっているんですね。それは頭にいられた情報がまったく違うわけです。

日本人は、だいたい同じ教育、同じ新聞、同じテレビ、ラジオを見聞きしている人間ですから似たような情報ですね。

その点まったくそういうことがない人たちが来るわけですから、これを使わない手はないと思います。

—— 生衛業へのヒント⑩：

食べ物や彩りに、一工夫を加えると、相手に感動を与えることができる。

特に食べ物系はいろんな意見を求めるといいと思いますね。ほんのちょっと味付けとか、なんといいですかね、ベトナムだとちょっと特殊な匂いのする野菜がありますね。そういうのも添えるだけでも。日本でも売ってますからね、向こうは感動する。まあそんな世界ですね。そんなに難しい世界ではないと思います。

色もそうですね。見栄えとか、特にあの日本の懐石料理みたいな、食べられないようなものも乗せますよね。例えば桜や紅葉の枝とか飾りに。でも間違えて彼らは食べてしまう。ドライアイスで冷やしてあるやつの上の器を外して、ドライアイスを飲もうとしたり。「やめてくれ、危ない。」と止めます。



国際交流を大学でしている立場なものですからとにかく、あっと驚くような発見があるんですね。今から特にオリンピックの場合、世界中から来ますので。できればQRコードをうまく活用していただくといいんじゃないかなと。あれはいくらでも文字を足すことができますので、中に入っても移動もできますし、万国共通ですから、説明するのにですね。みなさん焼酎とか日本のお菓子、わからないからQRコードつけてるんです。国際的にお菓子を売りたいと思っている人はできればやっていただきたい。

—— 生衛業へのヒント⑪：

日本はトイレが世界一キレイで、また無料であることはもっとPRしても良いのではないかな。

私は中国にもこの前まで何度か行ってたんですが、トイレがすごかったですよ。でも2回目、3回目に行くたびに、めちゃくちゃきれいになりました。水洗トイレになっている。そしてフランスのパリなんかに行かれたことがあると思うのですが、有料があるんですね。海外のちょっとしたホテルのトイレは。日本は有料なところはない。ですから、そういう意味では日本は素晴らしい、といわれるところがあるんですね。ぜひ、トイレが無料ですよ、というのも書いておくのもいいのではないのでしょうか、わかりやすい言葉で。

世界中行くと、世界中のトイレがあります。流し方にもいろいろ工夫があったりシステムの違いがあったりしますね。日本のはウォシュレットまでついていて、世界一キレイな

トイレなんですけどね。ぜひそういう良さを知っていただく必要があるんだと思う、それをいかにうまく相手に伝えるかが重要だと思います。

—— 生衛業へのヒント⑫：

人間の能力は、刺激し、鍛えるとすごく高まってくる。

最後に、せっかく金メダリストでスポーツのコーチング学を指導してきた人間としてここに呼んでいただいたので、みなさんにどうすれば金メダリストが育つか、という最後の答えとしてお話しします。まだまだ人間をスーパーマンにする道具がいっぱいあるんです。私のところでなぜメダリストが育ったのか、これは非常に簡単なんです。スイッチひとつで標高8000mの環境で人間が泳げる装置を手に入れてたんですね。空気の薄いところ。人間というのはそういう環境の中に入っているとあっという間に、体が順応するんですね。

酸素摂取量が高い能力を身につけちゃうんですね。そういう装置、特殊環境実験室なんですけど、国から補助金などもらって作っていた。そこで柴田亜衣だとかいろんな選手が泳いでいたんです。で泳ぎながら回流水槽になってますから自分の泳ぎを改善する。鏡が張ってあるので自分の一番良いペースがわかる。ペースメーカーがあったりですね。泳ぎながら自動で心拍数が録れる。血液中の酸素量がどのくらいか、どういう状態がすぐわかる。そういうことをしながらトレーニングができるのです。





—— 生衛業へのヒント⑬：
スポーツの能力を高めるためには、論理的
サイエンスが必要である。

そのなかでこういうものを作ったらもっとスーパーマンになるのにとっているのが一つあるんですね。それが加重力装置なんですね。無重力に行くと心臓のポンピングの血圧力はあっというまに劣っていく、訓練をしたり刺激をし続けないと全てその能力を失っていく、という能力を身につけちゃう。環境に順応する能力でもあります。無重力に行くと無重力の環境に順応する。だから骨密度も落ち、心臓のポンピング能力も落ちる。

ということは逆の環境を作れば逆の効果、結果が出るんですね。加重力です。遠心分離機みたいにぐるぐるまわる洗濯機なんかで物がまわされる。人間の体はほとんどが液体ですからまわされるとどうなるか。足のほうに向かう。脳に血液がいなくなる。脳がパニックって心臓よりもっと強くなれて、ホルモンを出して心臓を大きくする。だから加重力のなかに入れた動物とか、実験するいろんなものをいれるのですが、そうするとパワーアップしてる。

だから加重力装置を直径70mくらいの円盤がグルグルまわる部屋を作るんです。その中に入しながら訓練する。血液がぱっと下に降れる。それを心臓が思い切り引っ張り上げ、脳に血液を上げるようにする。そういった環境を作って1か月くらい生活するとどうなるんでしょう。作れたらいいなと思って、今挑戦してるんですけどね。そこに選手を入れると心臓のポンピング能力があがる。酸素摂取能力は低酸素室で手に入るんです。十分、必要以上に。ただそれを運搬する、心臓の血球を運んでいくわけですね。エネルギーと酸素を、細胞に持っていくときの、スピードと回転率ですね。心臓に戻ってくる。それをぐるぐるまわすスピードを3%あげると、今の日本のトップクラスの長距離ランナーはみんな世界新記録を出せます。そういう装置ですね。まだないんです。

そういうことも含めてスポーツには必ず論理的サイエンスが必要なんですね。

—— 生衛業へのヒント⑭：
‘運’も大切です。神様が喜んで応援したくなる人間になってください。

で、結果を出すためには今ひとつ必要なものがあります。それはスポーツは運が動く大運動会なんですね。運がないとなかなか勝てない。

スポーツ選手を長くやってますと目の前で運の悪いというか失敗する選手が、いっぱいいるんです。優勝した！と思ったら予選で落ちたりするんですね。なんで？っていうとちょっとしたミスなんですね。ケガすることもある。

どうやれば運のつく選手になるのか。ひとつですね。「運がつくには神様を横において考えれば良いのです。」、私はそういう風に言われたんです。ただよく考えれば「神様が喜んで応援したくなるような人間になればいいんだ。」と思いました。そこで歩いてゴミが落ちてたら拾ってゴミ箱に入れる。ジョギングするときいつもレジ袋をポケットに入れて拾っていったんです。そうしていると必ず良いことあるんです。意外とお金を拾うんです（笑）。

乗り物でお年寄りが立って、私が座ったら席をどうぞってすぐ譲る。そういう気持ちがおもてなしの心につながるのかなと思います。そういう気持ちがあると必ずいいことが起きますね。おかげで私も楽しい楽しい海外旅行ができたり、また定年して再就職してですね、やりがいがある仕事に就いています。こういう機会で皆さんとお話できるのも幸せな人生だなと思っております。

—— 生衛業へのヒント⑮：
パラリンピックはサイボーグの時代になる
など、素晴らしいオリンピックが来ます。
是非楽しんでください。

これを機会に皆さん素晴らしいオリンピックイヤーを迎えていただきたいと思います。パラリンピックも大きく変わると思います。なんで変わるかというと、体にですねインプラントする時代です。サイボーグの時代。足が短い人も長くできる。それだけじゃないですね。ピョンピョンはねてすごいスピードで走るんです、義足が。そうするとそんなに跳ねたらだめだということで、今はブレーキをかけている。高跳びも幅跳びもですね、マラソンも世界新記録がもう出ているんです。

大変おもしろいオリンピックがきますので、ぜひ鑑賞していただければと思います。鑑賞のコツはビデオをですね、録画していただきたい。ゆっくり、止めたり、変なところを覗いたりしながら。特にですね、選手が走る前に何かしてるのが、遠くのほうで見えたりします。そういったところも楽しんでいただければと思います。

ということで時間が参りました。どうもご清聴ありがとうございました。（拍手）



テーマ

「えひめ県ゆかりの 元オリンピック選手が語る」



〈パネリスト〉

土佐 礼子 様

2004年アテネオリンピック / 陸上マラソン 5 位入賞

佐伯 美香 様

2000年シドニーオリンピック / ピーチバレーボール 4 位入賞

真鍋 和人 様

1984年ロサンゼルスオリンピック / 重量挙げ 52kg 級銅メダリスト

田口 信教 様

1972 年ミュンヘンオリンピック / 100m 平泳ぎ金メダリスト

〈コーディネーター〉

大森 利夫 愛媛県生活衛生同業組合連合会会長

テーマその1

自己紹介を兼ねてオリンピック当時の思い出、 苦しかったこと、楽しかったこと等について

大森 最近、愛媛県もずいぶん外国人の方が増えたなあというのは、感じているかと思います。日本に来られる外国人は 3000 万人を超えました。来年は、オリンピック・パラリンピックがありますので、4000 万人ともいわれています。

しかも日本に住んでおられる外国人が、今や 300 万人近いということですから、愛媛県民の倍の方が、この日本で生活しておられるということを感じますと、やはりこれはしっかり私どもの生衛業、そしてまた皆さん方の暮らしのなかでも、そういった対応をこれから求められているんだなと思っています。

そこで今日は、愛媛県出身のオリンピックをはじめ国際大会、また、現在も後進の育成ということでご活躍をされているパネリスト、そして田口さんにも入っていただいて、一緒にトークをしてみようと思います。

まず最初に自己紹介を兼ねて、オリンピック当時の思い出、苦しかったこと、楽しかったこと等について、お話をいただければと思います。真鍋和人さんからお願いします。



—— 生衛業へのメッセージ：

ウェイトリフティングは検量の 2 時間後に試合が始まるため減量に苦労したが、ロサンゼルスオリンピックでは銅メダルを取った。

真鍋 みなさんこんにちは。真鍋和人と申します。1984 年のロサンゼルスオリンピックで銅メダルをとることができました。その前のモスクワオリンピックは日本が不参加だったので、日本の選手は出場しておりません。

したがって、モントリオールから 8 年ぶりのオリンピックということで大変注目されました。開会式で、ジェット機みたいな人間が飛んできたことを思い出す方もいらっしゃるかと思います。その開会式に私も出る予定だったんですけども実は出ておりません。

なぜかといいますと、私は 52 キロ級ということで、開会式が終わったら即試合だったものですから、練習を休んで減量に入っておりました。減量といいましても、ウェイトリフティングの場合は、検量が終わって自分の体重を量って、2 時間後に競技がはじまります。

私の場合、5 キロの減量がありまして、サウナに入っていました。しかも選手村のサウナがですね、使えなかったんです。開会式があったものですから、選手村の中の警備がされてなくて、施設が使用禁止ということになりました。



真鍋 体重を落とすことができないので、リトルトーキョーというところにタクシーを飛ばして、民営のサウナを探して、サウナの中で必死で減量しながら開会式を見ていました。開会式のための訓練には出たんですけども、本番の開会式には出られなかったという思い出があります。そんなことで、今日は楽しい時を過ごしたいと思います。よろしくお願いします。

大森 減量に苦しんだということで、ウエイトリフティングの厳しさもわかったかと思います。
続きましては土佐礼子さん。



—— 生衛業へのメッセージ：
アテネオリンピックで5位入賞だった。次の北京オリンピックでは途中棄権に終わったが、日本に帰って人の温かさに触れた。

土佐 みなさんこんにちは。土佐礼子です。現在私は、三井住友海上陸上部のアドバイザーをしております。愛媛に住んでいるんですけど、チームは東京にあります。今はですね、子育てをしながら全国各地、マラソンブームもありましてゲストラナーで走らせていただいたり、講演をしたりという活動しております。

私はアテネオリンピック、北京オリンピックに出場しました。アテネオリンピックのときは宿舎が新しかったんですけども、かゆくて眠れなかった、というのがすごく印象的です（笑）。

アテネオリンピックでは5位入賞ということで、その時は野口みずきさんが金メダルをとったので、スタジアムはすごく盛り上がっていました。5位入賞ということで、メダルに届かなかったという気持ちで日本に帰りまして、日本に着いたときにはですね、空港に誰もいなかったんです。

日本はやはりすこしメダル主義だなというのをもずっと感じました。

自分でもメダルを取れなかった悔しさで、4年後北京を目指し、北京オリンピックも出場を決めることはできたんですが、引退レースと決めた北京オリンピックで、途中棄権という最悪の結果に終わりました。自分のなかで記憶を消そうとしているのですか、あんまり記憶がないんです。

けれども意外に、日本に帰ってみるとみなさん優しく、街を歩いてたり、電車に乗っていたりすると「土佐さん、足大丈夫でしたか？」とか、駅員さんがキャリーバックを持ってくれたりしまして、人の温かさに触れることができました。オリンピックを2大会経験しまして、本当に今の自分があります。今日はよろしくお願いします

大森 土佐礼子さんは、国際マラソン、名古屋、そして東京の国際マラソンも1位でしたよね。そういった活躍は非常に大きいし、最近もやっぱり、日本の女子マラソンのけん引的な役割を果たしていた。愛媛県としても誇りにしておりますので、今後も後進の指導等々もお願いしたいと思います。

後進の指導については、特に佐伯美香さん、地元でも東雲大学とか高校とか、指導にも行かれてるということですけども。



—— 生衛業へのメッセージ：
アトランタ、シドニー、北京と3度のオリンピックは、多くの人に支えられた幸せな現役生活を送ることができた。

佐伯 佐伯美香です。よろしくお願いします。現在は、松山東雲女子大学の元インドア6人制バレーのコーチとして招いていただいて、5年前にビーチバレー部を結成しまして、

今はどちらかというとビーチバレーの指導をさせてもらっております。ジュニアのインドアバレーの指導もさせてもらったり、ビーチスポーツのクラブを立ち上げてまして、ビーチバレースクールなども始めました。

私自身3度のオリンピックを経験したわけなんですけど、最初のオリンピックは1996年のアトランタオリンピック。こちらは6人制のインドアバレーで出場しました。はじめてのオリンピックでしたので、オリンピックって本当にすごいなというのを感じながら、試合では、予選敗退に終わってしましまして。私の中でほんとうに悔しい最初のオリンピックになりました。

非常に性格が負けず嫌いなんですけど、4年後のシドニーオリンピックは、インドアでは、背が高くて若い選手を育てていくという方針が決まりました。バレー選手のなかでは、172センチなんですけど、そんなに大きくなかったですし、シドニーの時には29歳になる年齢でしたので、ユニチカ時代に何度か経験のあったビーチバレーが、アトランタオリンピックから正式種目になりましたので、ビーチバレーだったら可能性があるかなということで、ビーチバレーの方に転向しました。

今から24年前にビーチバレーに転向し、そこからビーチバレーを本格的に始めたわけなんですけど、実際やってみると全く違うスポーツで、私はほんとに運よくビーチバレーをやれる環境がすぐにできましたので、世界のツアーにも転戦し、シドニーオリンピックには、世界ランキング6位ということでオリンピックに出場することができて、シドニーオリンピックでは4位という結果を残すことができました。

シドニーオリンピックから帰ってくるとビーチバレーの佐伯美香という風に言われて、ほんとにたくさんの方にビーチバレーを知っていただいたんだというのを感じて、どちらかというと、次はビーチバレーをもっともっと普及してみたいなということで、一度現役を引退しました。

自分の中でも結婚もして、もう一度メダルを目指してやりたいなということで、子供が5か月くらいのときに現役復帰をしました。

ただ、2年後アテネオリンピックにいけるほど、そんなに甘い世界ではないということを経験しているので、6年後37歳になる年齢での北京オリンピックを目指して現役復帰をしました。まあなんとか北京オリンピックに出場して、メダルはとれなかったけれど、それぞれ3度のオリンピック、環境の違う中で、目指せる環境が私の場合はあって、ほんとうに全力で臨めたオリンピックでし、ほんとうにオリンピックに出ることで、多くの方に支えられて応援をいただいて、バレーボールができたので、ほんとうに幸せな現役生活だったなと思っております。今日はよろしくお願いします。

大森 田口さん、東日本を中心に、今年は台風、そして大雨で大きな被害が出ましたね、お見舞い申し上げますが、今は福島県いわき市の大学にいらっしゃるということで、愛媛県も、昨年西日本豪雨で大変でしたが、そのあたりの状況もふれてお話しいただければと思います。



—— 生衛業へのメッセージ：
東北のいわき市は、台風の水害にあったが、今は、災害がどこで起きても不思議はない時代になっています。

田口 台風災害多発県である鹿児島県に、ずっと35年間住んでいて、災害が一番ひどい時で、最大瞬間風速70mというのを鹿児島で経験しました。電柱が6000本折れて、日本中の電柱を修理してくれる人が集まって助けてもらったとか、私の家も自家発電装置というのを購入して対策をとったりしました。

一方、福島は、前には、地震・津波と原発の被害があったんですが、台風などの被害にはなれてないんですね。洪水が起きないものと思ってる方が多いんですね。しかし今は、どこで災害が起きても不思議はない時代だと思えます。

私のいるのは、いわき明星大学という大学、もともとは市が作った大学で、学生が3000人いたんですが、災害で1000人切るところまで減って、手放したのを医療法人が受けて、医療創生大学として現在再生している。その再生を手伝ってくれないか、ということで私が呼ばれたんです。水害は、いわき市でも凄かったですけど、みなさんそういうものが来ないと思ってたんですね。その被害ですね。これからはすごい復興対策がとられるかと思えます。ご心配いただいております。

テーマその2 ◇◇◇◇◇◇◇◇

訪ねられた国で文化や考え方の違いの中で、良いと思ったこと、 改めてはどうかなと思うことや、各国のおもてなしなどについて



大森 ここでそれぞれの訪ねられた国のこと。文化的とか考え方の違い、そういったものの中で、良いと思ったこととか、改めてはどうかなと思うことがあれば、また一緒に、各国のおもてなしですね、非常にうれしかったおもてなしというようなことも織り交ぜて、お話をいただければと思います。

—— 生衛業へのメッセージ：
海外のお客様を、相手に気遣いすることなく
自宅にステイさせることも、良いことではないか。

田口 日本の方って自分の家に人を泊めるってことを、あまりしないですね。狭いとか、いろんな事情があるかと思いますが。見られたくないとか。でも、海外では自分の家を平気で人に貸したりしますね。丸ごと貸したりします。

私がいたインディアナは、インディ 500というカーレース場があるんで、自分の家を貸すと、1日 1000ドルだ、とか言って貸すんですね。

ホームステイとか、私もかなりいろんなところでしたが、朝はお前自分でトースト焼け。バターとチーズは

ここで、ジャムはここで、勝手にコーヒー自分で淹れろって、そんな世界ですよ。あまり気にしないで気楽にどうぞって感じで。晩飯だって電子レンジでチンして、どうぞと出てくる。なので気を使わないで、その代わり相手も気を使わないですむ。そういった配慮ですね。

彼らは宿代とれて、一緒に食事できて、会話できて、楽しいと。まあそんなかしこまって対応する必要はないと思います。ぜひみなさん、自宅に泊めるっていうのもおもしろいなあとと思います。

大森 いわゆる気を遣わないおもてなし。これならみんなもできるかと思えます。

—— 生衛業へのメッセージ：
アスリートは、練習の毎日で、食事は栄養があり、安く、目でも癒やされるものが非常に良い。

佐伯 私自身はビーチバレーで世界のいろいろなところで試合がありますので、海外に行くたびに日本人で良かったなと思うことばかりですね。

「えひめ県ゆかりの元オリンピック選手が語る」

食事に関しても、ホテル暮らしになりますので、ほとんどが外食になるわけなんですけど、日本人ですので、どうしても海外でも、日本食が食べたいと思うんですけど、どこに行っても金額が高くなりますし、例えば日本の日本食を想像して注文しても、想像のものは出てこないことが非常に多く、ヨーロッパに行ったときに、「うな重」があって、食べようと注文したら、なんとご飯がすし飯だったんですね。日本のうな重を想像してたんですけど、そんなうな重が出てきてちょっと残念だったなという経験がありました。

アスリートとして特に合宿なんかをしていると、もう食べて寝て練習しての毎日の繰り返しですので、何が楽しみかという、やはり食事が非常に楽しみです。しっかり栄養があるもの、かつ安くて目でも癒されるものが非常に好ましいなあとと思うことがよくあります。

大森 やはり海外に行って、選手は特にしっかり栄養をとるべきはとって、とりあえず食べるのは楽しみです。やはりそのことは気になりますよね。

—— 生衛業へのメッセージ：
選手には、体重を維持することも大変な人がいるが、インドでは、コーラの中に氷が入っているだけで下痢をしてしまう。

真鍋 ロサンゼルスオリンピックのときに、選手村が学生寮だったんです。ロサンゼルスオリンピックは、かなり簡素化して、どんな競技の施設も全部既存の施設、大学の体育館や施設を使ったりしていました。南カリフォルニア大学は、ものすごく大きな大学なんで、世界中の選手を一気に受け入れられるだけの寮がある。我々が泊ったのが男子寮。トイレもすべて共同。で、普通に寮の部屋です。それで1泊たしか 100ドルとられたんです。当時は1ドル 260円くらいいるので、一泊約 26000円。寮でなにもない、寝るだけ。当然食事は、選手村の中の食事は 24時間いつでもフリーで食べられるんです。それでアメリカはお金を儲けたんじゃないですかね。そんなことを考えてました。

1982年にインドのアジア大会に行ったときには、100キロ級とかの重量級の方は、自分の体重を維持するのが大変なんです。お米を隠して持って行ったらしいんですが、一生懸命釜で炊いて、自分の部屋でひとりかくれて食べたりしていたのですが、それでも 100キロの体を維持できない。

試合が終わるまで 2週間近くあったんですけど、インドだから、ストローでコーラを飲んで、もし氷が入ってたら、下痢するんです。日本と同じ感覚で水はとんでもないですね。コーラすらあぶないという時でした。そんな恐ろしい面もあるということを、ちょっとはわかっていただけたらと思います（笑）。



テーマその3



オリンピック・パラリンピックで日本に来られる世界の方々と、 いろんな業種がふれあい、コミュニケーションをとることについて

大森 来年、いよいよオリンピック・パラリンピックで、愛媛県でも、何市かホストタウンで受け入れをしていて、ウエイトリフティングでは、真鍋さんのお力かもしれませんが、サウジアラビアから選手を受け入れようとなっています。松山でも、台湾から野球の選手を受け入れると決定しております。

いろんな方々が愛媛県に来られると思います。その時にどう我々が受け入れるのかというのが、とても大事であり、理容店では無料にしてあげたり、ということで交流を深めるとか。やっぱり積極的におもてなしとして、来てもらうことにしたいと。ただじっと見ているだけはいけないと思うんですね。

ラグビーのカナダ選手が釜石で、ボランティアで清掃やら泥水を除けているところもテレビで映っていました。あれを見て黙ってはいけないだろうと、私は理容業ですから、あの選手たちには無料で、ボランティアで散髪してやれということでビラを作って、宿泊所にばらまいたんです。ぜひ新居浜でも、何らかの形でいろんな業種が手を挙げて、世界の人とふれあって、このコミュニケーションが一番大事なんだろうと思うんです。



—— 生衛業へのメッセージ：
外国人については、その国の文化を知らないと、日本の常識は通用しない。受け入れる側として、勉強をする必要がある。

真鍋 その国の文化をまず知らないといけない、日本の常識が通用しないものですから。イスラムの人でしたら、四つ足の動物は食べられないので、ちょっとしたラーメンにしても豚のダシでとったとか、とんこつとか一切だめですからね、そういうことも、当然受け入れるほうでしたら、勉強しておく必要があると思います。世界中、文化が全然違いますから、良いところもあるし、悪い面もあるし、そのあたりは日本人は意外と得意ですから、おもてなしの気持ちがあればいろんな勉強をして、そうするうちにいろんな国の文化を、勉強をすることができるのではないのでしょうか？

大森 砥部あたりは、マレーシアからバドミントンの方が来ますし、西条も今治もホストタウンの届け出を出しております、積極的に我々も受け入れ態勢をはやく整え、知識・文化を身につけていくことが必要ですね。

これは来年だけではなく、ずっとこれから、国際化は進むと思うんです。日本に住まわれている方々も4月に入管法が変わりましたから、これから多くなると考えられます。ぜひ取り込んでいかなければ、業であれ、団体であれ、個々の店であれ衰退することは間違いがない。しっかりと取り組まなければいけないと思います。

—— 生衛業へのメッセージ：
日本は、理・美容の技術も繊細で、ファッションも優れている。日本に来られる方にはぜひそんな日本の文化に触れてほしい。

土佐 カナダの世界選手権の前にアメリカのボルダールというところで3ヶ月間合宿を行ったんですが、髪の毛が伸びて、ボルダールは片田舎で、日本人みんな髪を切りに行ったら

「えひめ県ゆかりの元オリンピック選手が語る」

ジャギジャギにされてしましまして。ほんとうにすごい頭になるという噂を聞いて、私も行かずに、結局同じ大会と一緒にいたチームメイトに、髪の毛を切ってもらったんです。もうちょっときれいにして行きたかった思い出があるのです（笑）。

中国の昆明でもよく合宿をしたんですけど、髪の毛、中国で切った日本人選手の頭がまたすごくてほんとにジャギジャギ（笑）。とてもじゃないけど行けない、衛生的にもちょっと怖いところがあって、お店にも入れないねと言っ

たのを思い出します。

その点、日本の技術は繊細でいいなと。ファッションもアメリカなんか、Tシャツ短パンでうろうろされて、そうすると、日本ってすごいファッションセンスもすごく、田舎であっても都会でも進んでるんじゃないかと感じています。日本の良い着物であったり、海外から来られた選手なんかは日本の文化に触れて、日本の中でもそういうところでも注目されるんじゃないかなと思います。

テーマその4



2020年オリンピック・パラリンピックの競技の見どころ、 どういうところを見てほしいかについて

大森 日本の理美容のテクニックというのは、世界大会でいつも金メダルを持って帰ってるんですね。理容とか美容とかいうのは、技術だけではない、食べ物業界も同じようなことが言えるかと思いますが、日本ってすごく衛生観念が高いんです。安心安全ということが一番日本が優れている。そういう意味ではやはりもう少し売り込みをするべきかなと思います。

では、2020年オリンピック・パラリンピック、競技の見どころ、どういうところを見てほしいのか？土佐さんのマラソンは、いよいよ東京で走るのかと思ったら札幌へもっていった。これ非常に気になることでありまして、土佐さんはどう思いますか？決まったことではあり、なかなか難しいところではありますが。

—— 生衛業へのメッセージ：
東京オリンピックのマラソンは札幌での開催となったが、選手は体調や戦い方の切り替えが大切である。

土佐 マラソンは、オリンピックスタジアムに帰って、ゴールするというのが、オリンピックに出たいというひとつの目標でして、歓声のなかで本当にゴールしたいんですけど、札幌だとそれが多分できないと思います。暑さ対策も今まで東京の暑さで皆がしてきましたし、体を慣らしてどういう戦いをするか？というイメージをしてきたと思うんです。

暑さだったらほんとに勝負に徹してスローペースな戦いになって日本人の選手もかなりチャンスがあるんですけど、涼しいところでやるとなったらスピードマラソンになってしまう。やっぱりアフリカ系だったり、そういう人たちは暑さにも慣れてますし、スピードマラソンになると少し差ができてきますので、戦い方が変わってきます。札幌になった時点で、選手はまたスピード強化であったり、違ったところを対策しないといけなくなるので、大変かなと思います。

でも、札幌って言われたら、選手は札幌でいくしかないなので、そこにあわせてしっかり体調を整えて、選手は切り替えをはやくしていかないといいかなと思います。





大森 やはり先ほどの食事の話ではないんですが、郷に入れば郷に従えですね。決まればしっかりとやるしかない、ということだろうと思います。

実は今回のシンポジウムに関して 56年前の東京でのオリンピックに出られた愛媛県出身の選手の皆さんは、元気で頑張ってるかなと、山下飛びで有名な山下治広選手と、やり投げの片山選手は体調が悪く。水泳の宇和島出身の吉村選手はもう亡くなられており、3人当たりでしたが、なかなか難しいということで、現在まだまだ後進指導でご活躍されている方々をお願いした次第です。

これが当時の田口さんの新聞です。「田口世界新で金100m」という新聞があります、「ため池で泳いでた。師匠は鯉と鮒だ。」と書いてあります。4年前はキックが駄目だということで金メダルが取れなかったが、今度は金キックでアメリカも脱帽だと。大きな見出しで、日本全体に流れました。

—— 生衛業へのメッセージ：
オリンピックでは、競技のルールブックを、熟読しておかないと勝てない。

田口 皆さんにぜひ知ってほしいのが、競技ルールというのは、この競技はこういことですよ、というのが書いてあるんですけど、やっていいことまでは書いてないんですね。そこで私は新しい泳ぎ方を工夫して泳いだわけですね。ルール上これは悪いとは書いてないって思ったら、やればいいんです。ぜひやってください。

私は失格になったんですけど、その時に抗議すればよかったのです。「30分以内に200ドルつけて抗議すべし。」っ

ていうルールがある。たまたま 30分たったんです。ルールブックは、絶対に熟読して、隙間を、なんか方法はないかって考えないと、これからのスポーツは勝てないですよ。

大森 ルールブックはしっかり読め、ということで、失格した時は、17歳でほんとに惜しかったんですけど、あれ準決勝でしたかね？

—— 生衛業へのメッセージ：
記録は破られるものだが、記録を破るためには工夫と改善が必要である。

田口 世界のトップ選手より早く泳いでたんですね。優勝のタイムより早かったんです。でも皆さん、私の泳いでた記録は世界新記録だったんですが、1分 4秒 94だったんですね。今 59秒台でみんな泳ぐんですね。

「前畑がんばれ」の前畑さんは 3分 3秒の世界新記録で、優勝したんですけど、今スイミングクラブの子供は、キック板をもって泳ぐと 3分切っちゃうんです。

古橋さんは 18分 19秒という世界新記録を持っています。でもその記録を私が育てた柴田亜衣は 15分台でいっちゃうんですね。

そんな風に記録は破られるためにあって、必ず破るには、工夫と改善がいるのですね。人が考えないことを考えて、挑戦してみるのが、スポーツの面白さですね。ですからこのオリンピックでは、必ず変わった泳ぎや、変わったことをする選手がいっぱいでてきます。それを楽しんでください。



大森 工夫と改善ですね。やっぱりボートとしてたらいかん。チョコちゃんに叱られるではないでしょうが、ボートと生きてんじゃないよ。っていうことです。我々もしっかり、金メダルを取った方の言葉ですから重みがあります。真鍋さんも、やはり後進を愛媛県から出したい。こんな希望を持たれてますよね。

—— 生衛業へのメッセージ：
オリンピックの選手選考は、厳しくなっており、出場する選手は、素晴らしい選手ばかりです。

真鍋 実は今のオリンピックの選手選考が我々の時と違っていて、大変厳しい。我々の時は全日本で優勝して、メダルの可能性があれば最大で 9名まで出られたんですよ。ところが今度の東京オリンピックは、最大 4名。今確定してるのが男子、女子それぞれ 3名ずつ。なぜかという、選考の仕方が、世界のトップの 8番以内に入っていないとまず権利がないのと、エリアのチャンピオンが出てくるとか、そんな方法に変わってきていますので、出てきている選手は非常に素晴らしい。

昔の選手は素晴らしくないことはないのですが、今の選手の方がもっともっと厳しい。そんな世界ですので、そのあたりを見ていただければいいと思います。



大森 土佐さん、仙台（全日本大学女子駅伝対校選手権大会）で松山大学が 4位に入りましたよね。一時 2位になっていましたね。それだけでもとっても素晴らしいことで、地方の大学で入ることは、なかなかないのではないですか。愛媛から、そういうメダリストが生まれるという可能性はどうか？

「えひめ県ゆかりの元オリンピック選手が語る」

—— 生衛業へのメッセージ：
四国や愛媛は長距離向きなのか、マラソン選手も結構多く、オリンピックに近づいている選手もいると思っている。

土佐 四国は、人口は 3%ですけど、四国から出ているマラソン選手は結構多いです。5人くらいですね。また四国や、愛媛も長距離向きなんですかね、性格が。本当に出てほしいですね。

地元の松山大学も力を入れてますのでそういう選手たちが社会人になって、目標をもってやってくるとオリンピックも近づいてくるんじゃないかなと思います。

大森 佐伯さんはどうですか？



—— 生衛業へのメッセージ：
ビーチバレーの東雲大学出身の選手がオリンピックを目指しているので注目してほしい。

佐伯 東雲大学でビーチバレー部を発足して一期生が、東京オリンピックを目指してやっています。ビーチバレーの場合、開催国枠というのがあって、必ず男子 1チーム、女子 1チームが出場できるんですけど、その決定戦が 2020年の 5月に行われます。

国内の上位 6チームが出場できるんですけど、中には入っていけるのかなと思います。村上礼華という選手なんですけど、今海外で活躍して、本当に将来有望な松山東雲大学出身の選手です。今後注目して応援していただきたいなあと思います。

パネルディスカッション

「えひめ県ゆかりの 元オリンピック選手が語る」

大森 時間も迫ってまいりましたので、何かこれだけは
言っておかないとということ。

—— 生衛業へのメッセージ：
オリンピックの種目は決まったものではなく、
誰もやってない種目のチャンピオンになって
新しい種目を作ることができる。

田口 オリンピック種目って決まっていると思ってる人
が多いかと思うんですが、いくらでも作って世界中に広め
たいと思ったら、それはオリンピック種目になるんですよ。

野球なんてチームでやるもんだと思っているんですけ
れど、対戦もできるわけです。バッター選手権とか、ピッ
チャー選手権でもいいんです。3人制のバスケットボール
などもできたりしている。広まればすぐ、オリンピックに
とりいれるんです。

ですから誰もやってないときに早くチャンピオンになっ
たらいいんです。オリンピックを自分で作ってやる、種目
を作ってやるんだ、くらいの気持ちでやればいいのです。

大森 私も同感です。実は、私が4年前に世界大会の種目
で金メダルをとったのは、自分で種目を作ったんです。実
は会議の中で50歳以上の種目を作ったらと提案して、自ら
参加してチャンピオンが取れたのです。一番最初なんで取
りやすかったですよ（笑）。そんなもんですよ。我々はやる
気があったらできるということ。同感です。

時間も過ぎました。それではみなさん大きな拍手で。
ありがとうございました。（拍手）

