



# かながわ スポーツタイムズ

平成30年(2018)

◇インタビュー

Vol.70

「元気印のムードメーカー  
どんな状況でも、真っすぐにホッケーと向き合う」

元スマイルジャパンFW  
平昌オリンピック出場

**中村 亜実**  
さん

オリンピックの激闘  
ホッケー人生の源流



写真提供：日本アイスホッケー連盟

◇総合型地域スポーツクラブ活動紹介

◇ラグビーワールドカップ2019™ 500日前イベント

# 元気印のムードメーカー どんな状況でも真っすぐにホッケーと向き合う

☆女子アイスホッケー平昌五輪出場☆

☆元スマイルジャパン FW☆

## 中村 亜実さん

(なかむら あみ)

スマイルジャパンの愛称で知られる女子アイスホッケー代表チームの一員として、ソチと平昌のオリンピック2大会に連続出場した。平昌では、日本女子アイスホッケー史上初勝利を成し遂げるとともに、2勝を挙げた。長年、働きながら日本代表としてアイスホッケーを続け、オリンピック終了後に引退を表明した。元スマイルジャパンの選手として、これまでの歩みを振り返ってもらった。



### スマイルジャパン 平昌オリンピックでの足跡

<最終予選> VS オーストリア○ (6-1)、VS フランス○ (4-1)、VS ドイツ○ (3-1) グループ1位で突破  
<本大会> VS スウェーデン● (1-2)、VS スイス● (1-3)、VS コリア○ (4-1) 女子チーム史上初勝利！  
順位予備戦 VS スウェーデン○ (2-1) 5・6位決定戦 VS スイス戦● (0-1) 結果6位

## 平昌激闘の初戦！ ～こんなはずでは・・・～

いよいよ初戦のスウェーデン戦。楽には勝てないとは思っていましたが、大舞台を経験してきたメンバーだったのでこういう場面では緊張しないと思っていました。ロッカールームから出る時もいつも通りでしたし、大丈夫だろうという感じで入りました。以前は、オリンピックに出場するというだけで心も体も緊張していましたが、ソチを経験した2回目の今回は、緊張はなかったと思います。緊張はなかったのですが、相手に「あそこから狙ってそれ入る？」というようなトリッキーなシュートを決められて、調子が狂ったのです。なんか想像と違う。自分たちは勝つと信じていたので、「こんなじゃなかったのに・・・あれ？」という感じで初戦を落としました。メダルを取りに行く気持ちでしたし、「あれ？違う？」と思うのと、こんなにもやってきたのに負けてしまうのかという悔しさ、どのチームよりもやってきた自負はみんな持っていたと思うのでそれでも勝てないやせなさ、本当に悔しかったです。スウェーデンとはオリンピック前の強化試合で戦っていますが、「そのときと全然違う！」と。やはりオリンピックとなると海外の選手はスイッチを入れ替えてくるのです。よく言われるのは、日本人はどの試合も一生懸命ですが海外の選手は試合ごとに上手に使い分ける。結果を残そうとあと一步のところまではいくのですが、その一步が遠かった。パワープレー（※）など決めるべき時に決められませんでした。私たちもしっかり準備しましたが、それ以上に海外の選手は準備していたということです。私も、日本が苦しい場面で得点して、チームを盛り上げたり勝利に貢献したりと思っていたのにできなかった、まだ日本も経験不足なところもあったのかなと思いました。意気消沈する部分もありましたが、これですべてが終わったわけではないし、まだメダルの可能性はあるから、次は頑張ろうと思いました。

(※) パワープレー・・・相手選手の退場により、一時的に数的有利な状況で攻めること

## 歴史的初勝利！ ～一歩ずつの積み重ね～

كوريا (韓国、北朝鮮合同チーム) 戦は「勝って当たり前」と思っていましたし思われてもいましたが、「自分たちのやってきたことを出そう、オリンピックの場でプレーすることに誇りを持とう、一生懸命最後までやろう」と試合に入りました。プレーしている側も応援している側も、やはり“勝たなきゃ面白くないな”って思うので、



写真提供：日本アイスホッケー連盟

初勝利は素直に嬉しかったです。ただ、コリアに勝っても「このままじゃ日本には帰れない」という気持ちでした。「結果を残して帰りたい」という気持ちがみんな強くて、一歩ずつでも前に進むために、残り2試合2つ勝つつもりで臨みました。「相手の○番はこういうプレーが得意だから気を付けよう」など、自分たちの強みや相手の弱みを共有するためのミーティングをして戦いました。順位予備選で再びスウェーデンと戦い雪辱は果たしたものの、5・6位決定戦で敗れました。結果2勝できたので、個人でもチームでも自分たちが出せる力は出し切ったと思います。どのチームよりもやってきたと思いましたが、上には上がいて、以前モーグルの上村愛子さんが「オリンピックは一步一步だな」と言っていたこと、本当にその通りだなと思いました。でも一步一步積み重ねていけば、オリンピックのメダルに近づいていけると考えています。だから、この戦いは無駄だったとは思わないし、この一歩が大事だったのかなと思います。友人のスピードスケートチームパシュート菊池彩花選手が金メダルを取った姿を見て、「競技は違うけど、私たちにもあのメダルが取れたかもしれないな」と悔しい気持ちにもなりました。メダルを取る、取らないは本当に大きく、メディアの扱いが違うなというのを痛感していて、注目を集めることができなかつたことは、残念に思っています。ただ、アイスホッケーを応援してくれてくれた方々は、「歴史的な勝利で2勝もしたし、誇りに思っているよ、すごいことだよ」って言ってくれます。世界の中で戦えたこと、そして勝てたことはこれらにつながっていくと思います。

## 引退 ～セカンドキャリアを考える～

平昌オリンピック後に私は引退しました。今後は、スマイルジャパンがメダルを獲得できるようにいろいろな角度からサポートをしていけたらいいと思っています。振り返ると「やはりアイスホッケーが好きだったな」と。もっと現役の時にそう感じられたら結果は変わっていたと思いますが、いろいろな経験をしていく中で、弱い部分が出てきたり逃げたくなったりとか、そういう時間もかけがえのない幸せな時間だったと思います。ソチが終わった後に現役か引退か迷い、先輩に相談したとき「やるって決めたら4年って考えた方がいいよ」と、オリンピックサイクルを意識したアドバイスをされました。ソチオリンピックが終わった直後は辞めてから何をやるか、何をしたいのかというのもまだ固まっていなかったし、まだスマイルジャパンのメンバーとホッケーがしたい、もっと上を目指したいと思うようになって現役続行を決め、気づいたらまた4年経っていました。平昌は30歳でしたので、次の4年後を考えたとき、これはリスクが大きいなと思いました。今回メダル獲得にあと一歩までいっていれば、たぶん現役を続けたと思います。今後は若い世代に託して、違った方法でサポートしたいと思い引退を決断しました。

この4月に、バンダイナムコビジネスアークというグループ会社に転籍しました。人事や総務などをグループで一括管理している会社で、アスリートの採用や就職面でサポートできたらと考えています。今後はコーチなど指導面でも何かできたらと思います。9歳以下のカテゴリーなどが増えてきましたし、下の世代に私が経験してきたことを伝えて、スマイルジャパンの遺伝子を継承していけたらと思います。

## 原点 ～様々な人に支えられて～

私は青森県八戸市出身で、八戸市は「氷都八戸」と言われるくらいにスケート競技が盛んです。アイスホッケーの試合を見に行ったことがきっかけで、2歳下の弟と一緒に競技を始めました。最初は、楽しくて仕方がなかったのですが、私の母はスパルタで早朝の4時から弟と2人で練習をしました。真っ暗なリンクで大変だったのを覚えています。母は学生時代、スポーツで活躍していたので、「負けたくないんだったら一緒に頑張ろう」と支えてくれました。練習が嫌だなと思ったこともあり、最初はやらされている感もありましたが、結果が出たりしてすごく楽しくなり、「男の子にも負けたくない。」という気持ちもあって頑張りました。中学3年でSEIBU

プリンセスラビッツ（以下西武）の前身コクドレディースに入り、それ以来ずっと所属しています。私がオリンピックに出たいと思ったのは小学校4・5年の頃です。長野オリンピックでは女子アイスホッケーが初めて正式種目となり注目されていたので、「私もいつか日の丸のユニフォームを着てプレーしたい」という夢を持って中学に上がりました。しかし中学時代の所属チームのレベルは高くなく「どうしよう」と思っていた時に、中学の監督と知り合いだった西武の八反田監督から声をかけてもらい、東京に行こうと決心しました。長野オリンピックに出た方のご実家で下宿させてもらいましたが、下宿先の方が受け入れてくださらなかったら今の私はないと思っています。何もかもが初めてで、がむしゃらにやっていました。お盆やお正月などまとまった休みで帰省した時は、東京に戻る新幹線のホームでは寂しくなり母も私も泣いて別れましたが、大宮あたりを過ぎたらさっと涙もかわき、「よしがんばるぞ」と切り替えていました。自分が「日本代表になりたい」という気持ちはずっと強く持ち続けていたので、苦しくても頑張れました。気持ちが落ち込んでいると、なぜか母がタイミングよく電話をしてくれました。それで、元気をもらっていました。母は、私に足りないことをいつもアドバイスしてくれたので、ありがたい存在でした。そして、西武の八反田監督は印象に残る指導者の一人で、父のような存在でした。高校の学校説明会も一緒に行ってくれた人ですし、アジアリーグの会場に連れて行ってきて、私もVIP席に座りながら勉強しました。こんなにチームや選手のことを考えている人はいないのではないと思うぐらい、本当に寄り添ってくれた監督、熱い監督です。“西武愛”がチームにも浸透していますがそれは監督が作ったもので、そこまでチームや私たちを愛してくれた人はいないと思います。親や支えてくれた方々との関わりが私の原点です。

## フル代表へ ～挫折と気付き～

フル代表に初めて選ばれたのは高校3年の時です。毎回、代表に選ばれるたびに「やっと着られた!」と、感謝の思いで代表のユニフォームを着ました。日本代表の練習は苦しくて気持ちが折れそうになり、そんな自分を必死に保つので精一杯でした。1週間で100km走る、朝起きてタイム計測で5km走り、練習の前にさらに3km走るとか、常に競争で、ポーター（日本代表の当落線上にいる選手）の私にとって、本当に苦しいものでした。高校3年の時、バンクーバーオリンピック予選メンバーから落選し、初めての挫折を経験しまし



写真提供：日本アイスホッケー連盟

た。「こんなにつらいことをしてきたのに、なんでこうなったのだろう」とショックで、一週間休みました。風邪と偽り、ずる休みです。それでも「早くよくなるといいね。待っているからね」ってチームの人には優しく声をかけてもらいました。それまでは、日本代表に選ばれることにしか考えが及ばなかったり、やられたらやりかえすように感情で動くなど自分本位の行動をしたり、チームに迷惑がかかることを分らずにいました。その挫折により、「チームがあってこそその私」と考えられるようになり、プレースタイルが変わりました。おかげで、私はアイスホッケーがもう一度好きになりました。そう思わせてくれたチームメイトのために、どんな犠牲でも払おうと思って、「FOR THE TEAM」の考えに変わるきっかけとなりました。

その後、西武のキャプテンを志願し、そこから3連覇を成し遂げることができました。あの時、私が挫折を経験せず日本代表としてバンクーバー予選を戦っていたら、このような「気付き」はなく、私は早々に辞めていたと思います。一回落選し、いろいろなことを経験できて新しい自分に生まれ変わり、違う角度からアイスホッケーを見られたから続けられたのだと思います。日本代表に落ちた時は落ち込みました。ただ、代表入りを過剰に意識して、一つ一つのプレーが臆病になり、心から楽しんでいなかった自分にとって、そういうのがなくなってからは本当に楽しくなりました。チームメイトとの関わりが大きかったのだと思います。

## 仕事をしながら ～打ち込める環境を求めて～

ソチオリンピックに向けて、また日本代表に復帰することができました。ソチへ向けてのチーム作りの時期が、社会人1年目の時だったと思います。当時は幼稚園の先生をしていました。幼稚園に勤めているときに日本代表合宿に招集されるのですが、担任をしていると思うように合宿に参加できず、両立が難しいと思っていました。その中で参加した大会で、1セット目など大事なところでプレーをさせてもらい、得点を決めることができました。今までは4セット(※1)の後ろの方で少し試合に出るくらいでしたので、「私が得点力を上げれば、もしかしたら本当にオリンピックに行けるのではないか」と思い、職を変える決心をしました。その当時、私も含め選手は、バイトをしながら現役を続けるという状態でした。ホッケーと向き合いたい、やれることを最後までやりたいと思い、アイスホッケーに理解・協力を示してくれる企業を探したところ、アスリート採用で、銀座の飲食店に勤めることになりました。そこに勤め始め、合宿に行けるようになったのですが、契約社員なので休んだ分の給料が出なかったため、収入面では厳しい時もありました。その後、ソチオリンピック本選出場が決まり、収入を得る努力をしたのですが、それでも厳しさは変わらず、「アスナビ(※2)」で就職支援を受けることにしたのです。今でこそ、当たり前前にアイスホッケーをやりながらお金を貰える環境ですが、経済的な理由でやめていく選手もいました。ただ、銀座の飲食店時代は収入の面では大変でしたが、仕事の中でチームワークを学ばせてもらいました。お店は、夜間営業の仕込みで焼き鳥を開店までに串に刺すなど、料理の準備があつて成り立っています。さらに接客としてのコミュニケーションの取り方など、今の私にとってはいろいろ勉強になりました。2013年9月に(株)バンダイに入社し、横浜市のアンパンマンミュージアムに勤めながらプレーを続け、引退後の2018年4月に(株)バンダイナムコビジネスアークに転籍しました。

(※1) 4セット・・・アイスホッケーは選手交代が自由で、5人1組のセットを3～4つ編成し、セットごとに交代している。

(※2) アスナビ・・・日本オリンピック委員会(IOC)の就職支援制度

## 私にしかできないこと ～代表での役割～

平昌オリンピックを目指し始めて、日本代表監督として山中さんが就任されました。山中さんほど、選手に寄り添っていて、日本のアイスホッケーが勝つためにどうすればいいか研究してきた方はいないと思います。選手は、それぞれ任務を与えられるのですが、シュートを打たれていいのは何本、シュートブロックは何本以上とか細かく決められるのです。私は「ゴール前でのスクリーンプレーは日本女子での先駆者だ」や「ムードメーカーとして元気で笑ってくれたりすると盛り上がるからがんばれ」と言われました。「私にしかできない強みがあるんだ」と何回もビデオを見ながら、的確なアドバイスをしてくれましたし、新しい自分を感じさせてくれた監督です。山中さんの言う通りにすると勝っていきまして、課題を修正していけば結果につながっていき



写真提供：日本アイスホッケー連盟

ました。山中さんは元日本代表選手であり、元男子日本代表監督の経歴もあり、このようなすごい方が「自分たちの監督になってくれた」という感覚で、絶大な信頼がありました。監督も選手時代に苦しく悔しい経験してきた方なので「つらい経験とか挫折を経験している人ほど、強い人はいない。」という言葉に重みがありました。

観察と分析に長け、アドバイスが的確な監督のおかげで、チーム力が上がってきたというのを感じていました。負けてばかりだと気持ちが落ち込みますけど、勝つとまた次に改善していこうというポジティブな気持ちになりチーム力を上げることができたのだと思います。平昌は行けるだろうではなく行かなくてはならないと思っていました。特にソチオリンピック予選を経験している人は、ランキングで勝てるものではないからどうなるかわからない、気を抜くと危ないという思いがあつて、だから浮足立つことなく冷静に考えられました。予選初戦のオーストリア戦、第1ピリオドがよくありませんでした。足が動いてないし、みんなの顔も暗いものでした。ロッカールームでは、立て直しの話などがありました。私もこのまま行ったらいけないと思い、「顔が暗いし、全然楽

しくなさそうだよ、もっと楽しんでホッケーしよう！平昌行こう！」と伝えました。チームがやっと明るくなり、雰囲気も変わりました。大勢の観衆の中でホッケーがやれて、みんなから応援されてうれしくなった反面、それがプレッシャーになっていたのかもしれませんが。日本はその後の試合に勝ち続け、見事に平昌行きを決めました。

オリンピック前 11 月の最終選考の頃、膝の靭帯部分断裂という初めて大きな怪我をしました。結果を残さないといけないと思っていた矢先、全治 2 週間と診断されたのです。そして離脱。この時は、さすがに体力もメンタルも切羽詰まって疲れていて、「早くオリンピック行って、この苦しみから免れたい」と思う自分がいて、引退をカウントダウンしていたところもありました。そこで気付けたことがあります。一旦離れて第三者として西武や日本代表を見た時、「選手たちってかっこいいなあ、私もここにいたんだ」と思って。「何で、誇りに思ってホッケーをやれなかったんだろう」と。自分の中で立ち止まって考えることができました。「私にしかできないことをしよう。」怪我をして初心に戻れたというか、フレッシュな気持ちで平昌に行けたと思います。

## 次の世代へ伝えたいこと ～経験が生きる～



世界に挑戦していく選手たちに言いたいのは、若いうちに海外経験を積んでほしいということです。自分や日本の世界の中の立ち位置も分かるだろうし、上には上がいることも感じられるはず。一つのテクニックでも、レベルの高い選手と一緒にプレーしたら自分のプレーとして身につけやすいし、海外を経験している選手は、その経験を踏まえた考え方も強みになっているし、それは代表にとっても強みになります。日本代表に入ってくる高校生くらいの若い選手が 1 シーズンでも海外で経験を積めたらよいと思います。アンダー 9 やアンダー

12 など私たちの時代にはありませんでしたが今はジュニア世代の育成が盛んになってきていますし、これから日本も変わってくるのかなと思います。オリンピックでメダルを取るという前提の中で、強化の方針も変わってきたのだと思います。大澤、米山、鈴木（いずれも平昌オリンピック日本代表）の代はアンダー 18 の世代で強化された選手たちで、そのまま代表に定着したので、やはりジュニアの 카테고리での育成は大事だと思います。若い世代は技術もあるしセンスもあります。強化する選手を入れ替えしながら、競争し切磋琢磨していけば、次のオリンピックに向けてもっといいチームになっていくと思います。

今社会に出て思うことは、ホッケーだけをやっているはいけないということです。社会的なマナーやしっかりとした考え方も持たないといけないと思います。働きながらホッケーをしてきた私たちと違って、今は幸せなことに給料をもらってホッケーができる環境にあります。それに甘えることなく、ただホッケーをやっているのではなく、例えば空いた時間に勉強するなどいろいろなことを吸収した方がホッケーに生きてきます。私は仕事をしながらいろいろな人たちに会って、仕事の中のコミュニティで学び、それがプレーにも活きたと思っています。だからいろいろな経験をしてほしいと思うのです。その経験を活かすため、第一線でやっていた選手たちがセカンドキャリアとして、アイスホッケーの強化に関わっていく環境ができればよいと思います。今、支援を受けられるのは日本代表の選手だけです。日本代表の候補選手たちも支援できるようなシステムを作るなど、私も自分の経験を今後どう活かせるか、考えていきたいと思っています。

### 中村 亜実（なかむら あみ）

（株）バンダイナムコビジネスアーク勤務

略歴 1987 年 11 月生まれ。青森県出身。FW。  
国士館大卒。小学 2 年で競技を始め、成長の場を求めて中学 3 年時 1 人で上京し、コクドレディース（現西武プリンセスラビッツ）に所属した。ゴール前で体を張る献身的なプレーが持ち味。ソチ、平昌と 2 大会連続でオリンピック出場。長年「ムードメーカー」としてスマイルジャパンを牽引した。平昌後に引退を表明した。横浜市のアンパンマンミュージアムにも勤め、現勤務先に転籍した。

### ～取材を終えて～

「スマイルジャパンのムードメーカー」という名の通り、笑顔で気さくに、そして真剣にその歩みを語ってくださいました。決して恵まれた練習環境ではないホッケー人生の中で、どんな時でもまっすぐにホッケーと向き合い、常に学びながら気付きながら引退までを迎えられたその経歴は、スポーツ選手の生き方として示唆に富んでいると感じました。これからのセカンドキャリアでの活躍が楽しみでなりません。（体育センター所員）

# 総合型地域スポーツクラブ活動紹介

## 特定非営利活動法人 SRC(スポーツレクリエーションコミュニティ)【相模原市】

特定非営利活動法人スポーツレクリエーションコミュニティ略称 SRC は 2006 年より相模原市南区を中心に総合型地域スポーツクラブとして活動を開始してから 13 年目に入ります。地域の公民館、小学校などを活動拠点として、体操教室、G-step ダンス、バスケットボール、腰痛肩こり体操など様々なスポーツ活動を展開しています。さらに、幼稚園や保育園、私立の小学校、民間スポーツクラブへの指導者派遣を行うなど、地域との繋がりを大切にしながら活動を行ってきました。

体操専門の体育館を有する SRC 体操クラブでは、将来のオリンピック選手を目指した選手育成にも力を入れています。設立当初からの目標である学校部活動と協働・融合した形での地域のスポーツ環境の充実を目指し、今後も活動を続けていきたいと思っています。



## 特定非営利活動法人横浜スポーツ&カルチャークラブ

【横浜市】

我々、Y. S. C. C. は 1986 年に「地域・子どもたちの健全育成」をキーワードとして発足。以来、スポーツ活動を通じて、街の課題解決を念頭に「地域はファミリー！」をスローガンとして、地域の皆さまや子どもたちの心と体の健康を提供すること、そして、街が活気づくことを理想として、街で暮らす市民の健康作りに邁進しております。

中でも、フットボールの分野では、競技力向上をめざし、2012 年にはアマチュア最高峰の JFL 参戦、2014 年には、聖地「三ツ沢」をホームスタジアムとして、国内最高峰のプロサッカーリーグ、Jリーグに参戦させていただき、参入に際しては、「Jリーグの理念を Jリーグ創設前から実践しているクラブ」とリーグより評されました。

そして、2018 シーズンからは、もうひとつのフットボール、「フットサル」の国内最高峰「Fリーグ」に横浜から初の参戦。公益財団法人横浜市体育協会さまのご協力により、平沼記念体育館をホームアリーナとして 6 月 30 日よりリーグを戦いますので、Jリーグ共々、是非応援にお越しく下さい。



# ラグビーワールドカップ 2019™ 開幕まであと 500 日！

来年9月に開催のラグビーワールドカップ 2019 が近づいてきました。500 日前を記念し、各地でイベントが行われました。

## 一生に一度が神奈川・横浜に！

### ◇ラグビーワールドカップ 500 日前イベント in YOKOHAMA (日時 平成 30 年5月6日(日)) <会場 ランドマークプラザ1階ガーデンスクエア>

イベントでは、トークショーやトライフォト、横浜国際総合競技場で試合をする国・地域に関連したステージなどが行われました。トークショーは、開催都市特別サポーターの林敏之氏と鈴木彩香氏の2人でした。



### ◇ラグビーワールドカップ 500 日前イベント & かながわラグビーフェスタ in 川崎 (日時 平成 30 年5月 13 日(日)) <会場 ラゾーナ川崎プラザ>

トークショーは、廣瀬俊朗氏（ラグビー元日本代表主将）、大野均氏（現役ラグビー選手）、お笑い芸人のジャルジャルの皆さん。その他にも、ラグビー「東芝ブレイブルーパス」の3選手と、アメフト「富士通フロンティアーズ」の3選手がラグビーとアメフトの違いやそれぞれの魅力などを伝えるトークショーもありました。人気グループ TRF のリーダー、DJ K00 さんによるライブも行われました。



ワールドカップ本大会、横浜国際総合競技場の試合をチェックしよう！

#### 横浜国際総合競技場試合スケジュール

試合 No.4	9/21	ニュージーランド VS 南アフリカ	No.6	9/22	アイルランド VS スコットランド
No.35	10/12	イングランド VS フランス	No.40	10/13	日本 VS スコットランド
No.45	10/26	準決勝 1	No.46	10/27	準決勝 2
			No.48	11/2	決勝

「かながわスポーツタイムズ」に関するご意見、ご感想をお待ちしております。

発行回数 年4回

神奈川県立体育センター

TEL 0466-81-2570(代表)

FAX 0466-83-4622

〒251-0871 藤沢市善行7-1-2

県立体育センター

検索

体育センターホームページ

体育センターツイッター

