

卓球

平野早矢香さん

2012年ロンドンオリンピック・卓球女子団体銀メダリストの平野早矢香さんにお話を伺いました。現役時代に「卓球の鬼」と呼ばれていたのとは対照的に、インタビュー中、終始笑顔で、明るく対応してくださいました。

2018年にTリーグが開幕し、2020年には東京オリンピックで新種目として混合ダブルスが追加されるなど、卓球は、今、大注目のスポーツの一つです。今後も、卓球界から目が離せません。

聞き手・構成：小峯 健介

写真撮影：坂 仁根



—— 卓球を始められたきっかけを教えてください。

両親が卓球をしていた影響で、5歳で卓球を始めました。両親がよく卓球の試合に行って、そのときにラケットとかボールで遊んで楽しそうだなと思ったのがきっかけで、軽い気持ちで卓球を始めました。

—— 軽い気持ちで始められて、その後のめり込んでいったきっかけを教えてください。

小学校2年生のとき、全日本選手権の小学校2年生以下の部で初めて2位になって、そのとき、2位になれたことも嬉しかったんですけど、1位になっている友達がすごく羨ましくて。負けず嫌いだったところがあったので、2位で満足しないで、次は日本一になりたいという気持ちだったと思います。

—— 将来は卓球の道を目指そうと思われた経緯を教えてください。

高校1年生のときに全日本選手権ジュニアの部で初めてタイトルをとって、それをきっかけに世界選手権の代表になれたんですけど、それで、世界の舞台で活躍する選手になりたいという気持ちがあったので、高校を卒業したら、当時から福原愛選手やそれ以外にもオリンピック代表選手がいたミキハウスの卓球部に入社して頑張りたいという気持ちが出てきたと思います。

—— その後、2004年の全日本選手権で初優勝されて、いかがでしたか。

2003年4月にミキハウスに入社して、まずは全日本選手権で優勝しようというのが1年間の目標でしたので、優勝できたときは、何か目標を達成できたというほっとした気持ちと、「まぐれ」とか言われて悔しいという気持ちでした。

—— 心ない発言をする方もいたのですね。

いましたね。試合では、解説の方に「こんなにレベルの低い全日本決勝は初めてだ」と言われたりしました。あとは、「全日本チャンピオンってオーラがあまりないね」とか、「たまたまでしょ」とか、「自分の得意な人とばかり当たって」みたいなことを言われたりもしました。

でも、だから逆に、「じゃあ、もう1回優勝して認めてもらおう」という気持ちになったので、私にとっては、今となればよかったかなと思います。

—— とても前向きですね。

そう考えるしかなかったですね。悔しいなと思って、もしかしたら本当に「まぐれ」かもしれないから。自分の実力でみんなに認めてもらうしかなかったという感じですね。

—— 2008年の北京オリンピックに初めて出場されて、いかがでしたか。

すごく緊張しましたね。それまでとは全く次元の違う緊張感というか。実は北京オリンピックの半年前ぐらいに同じ体育館でプレ大会があったんですけど、そのときは全然会場の雰囲気も違います。1番始めの団体戦の第1試合の1番手で私が出場して、そのときの相手はかなり格下の選手だったんですけど、サーブを出すときの手の震えが1ゲーム中ずっと止まらなかったの、そういう経験は北京オリンピックが初めてだったと思います。

—— 4年後、2012年のロンドンオリンピックに出場されて、緊張はどうでしたか。

緊張というよりは、このときは、明確にメダルをとるためにどうするのかというのを、4年間積み重ねてきました。ロンドンまでの4年間は、常にメダルを意識して、「メダルをとるためにはどのクラスの選手に勝たなければいけないか」とか、「どれくらいのレベルに自分を持っていかなければいけないのか」というのを、真剣に細かくいろいろ分析したり、考えて臨みました。

—— ロンドンオリンピックでは団体女子で銀メダルを獲得され、日本卓球界で初のメダルを獲得されましたが、感想はいかがでしたか。

準決勝に勝って決勝進出が決まった瞬間、ほっとしたという一言です。当時、福原愛選手と石川佳純選手と私の3人でしたが、何かすごくバランスの取れたチームでした。このオリンピックでメダルをとれなかったら、この先ずっと難しいんじゃないかなと思えるぐらい、すごく意識を持ってやってきたメンバーだったので、決まった瞬間はほっとしたという気持ちでした。

—— メダルを獲得されて生活などに変化はありましたか。

それまで、福原愛ちゃんはすごく有名な選手だったので、誰もが知っているという感じだったのに対して、私とかはまだ誰か分からないという存在だったと思うんですけど、日本に帰ってきて、自分が勝ったシーンが毎日テレビでも映っているし、周りから気付かれるということが多くなって、すごく話題になっているんだなというのを感じましたし、オリンピックの影響力挺てすごく大きいなというのを感じました。

—— 2001年から14大会連続で世界選手権に出場されているのは素晴らしい偉業ですが、特にご苦労された点等を教えてください。

選手をしていると、いいときもあれば、調子が悪いということもよくあります。でも、卓球って、常に練習か試合をしていて、オフシーズンみたいなのがないんですよ。なので、勝っても負けても気持ちを次に切り替えなきゃいけないというのが、今振り返ると、大変だなと思いました。

例えば、優勝しても気が抜けなくて、もう次の大会が1週間後に迫っているとすればそれに合わせるし、負けて落ち込んでいても、次に試合があるとなったらもう練習しなきゃいけないみたいな感じで、それが繰り返されているので、本当に気が抜ける時間というのがなかったなと思いますね。

—— 「卓球の鬼」と呼ばれて、どのようなお気持ちでしたか。

初めはびっくりしました。何で「鬼」って言われなきゃいけないのかなって。でも、すごく必死だったんですよ。全力で、生活もすべて卓球中心で、それぐらい思いが強かったので、だからあんな必死な怖い顔をしてやっていたんだろうと思うんです。

初めに言われたときは、「鬼」なんて言わなくてもいいのにと内心思ったんですけど、でも今思うと、「怖い顔をしながらやっていた選手がいたな」と覚えていてくださる方も多かったの、今となっては別にいいかなと思っています。

—— 今となっては、結構気に入っているのでしょうか。

気に入っているとまでは言わないですけど。でも、普通の生活の中でそれぐらい必死になるものを持っていない人が多いんじゃないかなと思う中で、私はそういうものと出会えて、鬼の形相と言われるぐらい必死になるものがあったということで、今はしょうがないなと思って受け入れています。

—— 卓球の面白さ、魅力、醍醐味を教えてください。

卓球って、対人競技なんですよ。相手がいるスポーツなので、例えばなんですけど、世界一速いボールを打てる選手が強いかというとそうではなくて、相手がいるところに打ったら速いボールでも逆にカウンター攻撃されてしまうので、相手がいなくて打つとか、

相手がやりにくいところに打つとか。でもそれって、速いボールがやりにくいと思う人もいれば、ゆっくりなボールが嫌いな人もいるので、そうするとすべて相手ありきなんですよ。

なので、何かそういう中での勝負、駆け引きみたいなところがすごく面白くて、だから卓球の試合を見ると、さっきまで同じことをして点を取っていたのに、今度はまったく相手のペースになっているみたいなこともあって。それってすべて相手がどこに予測して、どんなことを考えているかとか、そういうやりとりの中で、技術もそうだし、体力的なこともそうだし、心理面のやり合いみたいなところも詰まっているので、本当にすごく面白い。

—— ご著書（『卓球の鬼と呼ばれて。』）の中で、荻村伊智朗氏の「卓球は100m走をしながらチェスをするような競技だ」という言葉を引用されていますが、試合中はどのようなことを考えているのでしょうか。

ラリーをしている最中は相手のことです。ただ、すごく深く考えるのは、実際は打っていない時間なんですね。ボールを拾いに行くとかそれ以外の時間で、「次に何しよう」とか、「戦術はこのままでいいかな」とか、そういうことを考えるんです。いったんラリーに入っちゃうと、体の反応と、いわゆる自分がここにボールを打つという意識のそれがミックスされた感じなんです。だから、一球一球「これがバック」「これがフォア」というふうに考える時間はなくて、「来たボールでここ」「来たボールでここ」という意識を持ちながら打っているという感じです。説明するのが難しいんですけど、考えてはいるんですけど、考えずに反応で動いているところもあります。

—— 試合中、いろいろと考えているんですね。

そうですね。相手がいるので、結局ほとんど自分の思い通りにいかないですよ。自分は本当はここを打ちたいし、ここのボールが得意なんだけど、相手が待っていたらそこには打たないじゃないですか。だから私がいつも試合のときに考えていたのは、相手の力が100%だとしたら、相手の力を100%出させない工夫ばかりしていたんですよ。「このコースに打ったら100%の力で打てないな」とか、「ここは待ってないから、ここに打てばたぶん7割ぐらいでしか打てないな」とか。

そういうことばかり考えていたので性格が悪くなります（笑）。

—— ご著書（『卓球の鬼と呼ばれて。』）の中で、「雀鬼」と呼ばれた桜井章一氏に教えを請うたとありますが、どのようなことを教わったのでしょうか。

当時は、2008年北京オリンピックに向けて、世界ランキングを上げてオリンピックの代表権を勝ち取ることを目的にやっていた時期です。いろいろなことを強化していくんですけど、試合に勝つには気持ちが大事だよなと思って、もともと自分は精神的に強い方じゃないという感覚があったので、勝負に対する心構えみたいなものを教えてもらいたいと思ったのが、桜井さんを訪ねたきっかけです。

—— 卓球と麻雀では分野が全く異なりますが、得るものは大きかったのでしょうか。

大きかったですね。桜井さんって、普通の人とは違う次元でいろいろ物事を考え、次元が違うぐらいいろいろ発想を持っているので、そういう世界観というか、そういう発想があるということを知った上で、自分もこういうふうな感じで試合に取り組んだらいいのかなというふうにできたので、すごく大きかったと思います。

—— 厳しい練習を継続するための秘訣、モチベーションを維持するための工夫等を教えてください。

誰かほかの人と自分を比較すると、自分の悪いところとか、できないことばっかりに目がいってしまうので、とにかく自分ができていることを積み重ねていく。昨日よりも何かしら成長したり、何かしら上手くなっていくというのを考えることが一番いいのかなと思って、とにかく昨日10回しか入らなかったら11回入れるようになろうみたいな。自分ができそうと思える目の前の目標を毎日少しずつクリアするという気持ちでやっていたしかなかったという感じですね。

—— 現役当時、オフはどのように過ごされていたのでしょうか。

寝ているか、友達とご飯を食べに行くとか、同僚とご飯を食べに行くとかはありました。あとは、遠征が続くときはその休みの日で遠征の準備、片付けをするみたいな感じです。



とにかく自分ができることを積み重ねていく。
昨日よりも何かしら成長したり、上手くなっていく
と考え、毎日少しずつクリアするという気持ちで
やっていくしかなかったという感じですね。

平野 早矢香

—— 現役当時、気分転換やストレス発散はどのようにされていたのでしょうか。

カラオケは、けっこう昔好きだったんですけど、でも年齢を重ねてからは、逆に疲れちゃって、あまり行かなくなりました（笑）。あとは、近くの銭湯みたいなところに行って、ゆっくり大きなお風呂に入って湯船に浸かることもありましたね。

—— 2016年に引退された後は、どのようなご活動をされているのでしょうか。

メディアに関しては、スポーツのコメンテーターとか、卓球選手へのコメントとか、あとは解説をしています。卓球に関しては、卓球教室みたいな卓球講習会というのを全国各地でさせていただき、お子さんからママさんプレーヤー、シニアの方まで教えるという機会もあります。そのほかにも、講演とかのお仕事もさせていただいています。

—— 今後の活動予定や目標を教えてください。

まずは、2020年の東京オリンピック・パラリンピックがあるので、自分は伝える側として携わりたいと思っているのですが、日本中に注目してもらって、選手たちもいい試合ができるように、分かりやすくいろいろなことを伝えられるようにしたいです。

自分は卓球をする経験の中で育てられたと思うので、卓球に限らずスポーツってすごくいいよなという部分を、たくさんの方に伝えていきたいと思っています。

—— 2020年の東京オリンピックでは「混合ダブルス」が新たに追加されますが、見どころを教えてください。

2017年の世界選手権では、吉村真晴・石川佳純ペアが世界一になっているんですよ。1つの国で男女ともにレベルが高いというのはなかなか難しいんですよ。東京オリンピックでは、初の混合ダブルスで初の金メダルという、歴史に残る大会を目指してほしいと思いますし、チャンスはあると思います。

—— 弁護士に対してはどのようなイメージをお持ちでしょうか。

いろいろな職業の中でも責任があり、いろいろな勉強をしなければいけないであろうし、すごくプレッシャーのかかる仕事かなと思います。たぶん弁護士の方って、日々私たちが卓球をして勝負していたのと同じような感覚で一つ一つの案件に携わっているんじゃないのかなと思います。

—— 弁護士の読者に向けて何かメッセージをお願いいたします。

ストレスのかかる、責任を感じるお仕事だと思います。お身体、体調が一番だと思うので、ストレスがたまったら、ぜひたまには卓球で汗を流してリラックスしていただいて、お身体に気を付けていただきたいと思います。

プロフィール ひらの・さやか

5歳で卓球を始め、2007年より全日本選手権では通算5度の優勝を飾る。2008年北京五輪は団体戦4位、2012年ロンドン五輪は団体戦で銀メダルを獲得。また、2014年の世界卓球選手権団体戦では、日本女子として31年ぶりとなる銀メダルを獲得した。2016年に引退し、現在はミキハウススポーツクラブアドバイザーとして、スポーツキャスター、講演、コメンテーター、卓球講習等多方面で活動。