



プロアスリート

山本 篤さん

パラ陸上選手として日本で初めてパラリンピック陸上のメダリストとなった山本篤さんにお話をうかがいました。事故により義足となってからプロ選手になるまで常に前向きに挑戦を続けてきている山本さんのお話を聞いて、これまで馴染みの薄かったパラスポーツについてインタビューアー一同、興味を掻き立てられました。

聞き手・構成：高橋辰三、小峯健介、菅原草子

*本インタビューは東京オリンピック・パラリンピックの延期が決定される前に実施されたものです。

——パラ陸上競技を始めたのは何歳頃ですか。

19歳の夏です。あるとき、僕の義足を作ってくれる義肢装具士の方から、陸上の大会があるから出てみるかと言われ、やってみますと。最初は日常用というか、それより少し強度がある義足で参加しました。その大会の午後、その方が競技用の義足を貸してくれるということで、競技用の義足にその場で付け替えてもらって、長さの調整とかもしてもらって出たんですね。レースではタイミングが分からなくなってしまって転んだんですけど、そのときに、この義足をもっともっとうまく使えるようになったら、もっと速く走れるようになる可能性があるなと感じて、それから本格的にスタートしました。100メートル走です。

——高校時代に事故に遭ったと伺いました。

17歳のときです。バイクの単独事故でガードレールに突っ込んでしまいました。

——事故前はプロスポーツ選手を目指していたのですか。

目指してはなかったのですが、スポーツ自体はすごく好きだったので、小学校のときには野球、剣道、水泳、中高ではバレーボールをやっていました。

——事故に遭って気持ちの切り替えが相当大変だったのではないのでしょうか。

いや、そんなに大変じゃなかったです。落ち込んだのは1日はありましたけど。ネガティブに考えていたらすごく苦しいじゃないですか。それは嫌だったので、苦しいのから早くどうにかなりたくて、むしろ自分が今やりたいのは何かと探して。リハビリも毎日、毎日、一個一個全力で臨んでいました。その日、その日を全力でやっていったという感じですかね。

——運動は得意だったのですか。

トップではなかったですが、得意な方ではあったと思います。

——最初に出た大会以後、本格的にパラ陸上の道を進んでいかれたということですが、本格的にやっていくに当たって、目標が見え始めたのはいつぐらいのときですか。

本気でやろうと思ったのは、始めて2年目の夏ぐらいですかね。当時通っていた専門学校には部活がなかったので、自分で空いている時間にトレーニングをしていました。ただ1人でやっていたので、このままだとあまり伸びないなとは思いつつ。大学の陸上部に入って、一緒に練習する仲間がいる中で、本格的に陸上競技というものを学び、どのようにトレーニングを行うべきかということを知らないと、速くなれないと思ったので、体育大学に行きたいと思っていました。専門学校3年生の夏ぐらいから本気でやっていたんで

すけど、その時アテネパラリンピックの前だったんですね。なので、アテネのパラリンピックに出られるように練習をしっかりしてという感じでやっていたんですけど、ぎりぎりアテネには行けなくて、すごく悔しい思いをして、大学に入学しました。

——短距離から始めたということですが、いつ走り幅跳びを始めたのですか。

2003年のシーズン中で、専門学校3年生のときだったと思います。

——最初は「健足」で跳んでいたのが、「義足」で跳ぶのに変えたと言いました。

大学1年生の10月頃の記録会のとき、まだ何試合かしか出ていない素人だったので助走距離とかも分かってなくて、だいたいこの辺だろうと思い跳んでいたのですが、たまたま助走していくうちに、このままじゃファウルになるなと思ったときがあって。反対側で跳んだらたぶんちょうどよくなると思った瞬間に、1本ファウルするよりも取りあえず跳んでおくと、たまたま義足側で跳んだら、いい記録が出たんです。本当に合っているのか分からなかったけど、もう1回やってみたら、もう1回同じくらいの距離が跳べたので、義足って跳べるんだと思って、そこから踏切りは義足側に変えました。

それまでの大会は、義足で跳ぶという人が少なかったのですが、アテネのパラリンピックの1番と2番だった人は義足で跳んでいたんです。それ以外の5～6人は健足で跳んでいたんですけど。上位の人たちは義足で跳んでいると知って、僕も義足で跳ぶようになりました。

——日本初のパラリンピック陸上のメダリストですね。

北京パラリンピックの走り幅跳びで銀メダルを獲得しています。

——メダルを取る前と取った後とで、国内での注目度に違いが感じられましたか。

身内では変わったと思います。僕が所属している会社や、地元である静岡県掛川市での認識というのは大きく変わったかなというふうに思いますけど、日本全体で考えたら、知名度はまったく上がらなかったで

すね。たぶん僕のことを知らない、今もそうかもしれないですけど。ただ、自分の周りの認知度が変わったことによって、競技のしやすさは大きく変わりましたよね。

働きながら競技をやっていたのですが、職場の理解というのが難しい。まじめに練習しているか、してないかなんて、会社の方には分からない。でも、メダルを取って新聞に載ったことによって、あいつ頑張っているんだなというのをすごく分かってもらえました。

——大学を卒業して自動車メーカーのスズキ(株)に就職されたのですか。

そうです。

——プロへ転向したのはいつですか。

2017年10月ですね。9月いっぱいスズキ(株)を退社して、その後にプロアスリートとしてスポンサーを集め転向しました。

——プロ時代と企業に所属しながら実業団選手としてやっていた時代とで、苦勞された点や違いはどのようなものがありますか。

1つは、企業の理念やルールがある中で、陸上選手としてやれる環境ですよね。陸上競技をやりやすい環境ではあったんですけど、それ以外の部分について僕がやりたいとなったときに、企業ではなかなか難しい部分があったんですよ。1つは、スノーボードの挑戦があったんですけど。陸上部だったので、スノーボードをやるとなったときに、じゃあ、業務はどうするんだとか、有給休暇で行くのかとか。最初は有給休暇で行っていたんですけど、スノーボードの遠征ってすごい長い期間行くので、有給休暇だけではまかなえなくなってくるのは目に見えていました。プロとしてやれば、僕がやりたいことに対してスポンサーとしてサポートしてくれるような企業が何社かある中で、自分自身の意見を出せて、やりたいことをやれる可能性が高いなと思ったんですよ。

あとは、やっぱり東京パラがあるということで、パラリンピックというものをもっと広めたいとなったときに、活動の幅を広げるのに自分を中心としてプロとしての活動をやった方が、より活動の幅を広くできるんじゃないのかと思いました。

—— スノーボードはいつからされていたのですか。

中学1年生からですね。年に数回行くという感じだったんですけど。実は義足になって最初にやったスポーツもスノーボードだったんです。足を切ったあと、何がしたいかなと考えたときに、やっぱり好きだったスノーボードをやりたいという気持ちがあって、リハビリを頑張れたという部分もあります。そのときにはまだスノーボードはパラリンピックの種目ではなかったので、パラリンピックを目指すというところにはなかったんですけど。ソチから種目としてスノーボードが入って、ピョンチャンで少し大きくなって競技として入って、さらに種目が2種目になって、クラス分けができて、という形で分類されるようになってきたんですよね。すごくチャンスだなと思いました。

ソチのときにも、やりたいなという気持ちはあったんですけど、なかなか踏み出せる勇気がなくて、踏み出せなかったんですよね。ピョンチャンのときにはもう踏み出したい一心だったので挑戦しました。

—— ピョンチャンで初めて冬季のパラに出場されていますが、予選はいかがでしたか。

大変でしたね。ワールドカップで8位入賞をしないといけないという条件があったので。でもすごくラッキーだったのが、最初のワールドカップで7位に入れたんです。その結果をもって推薦をもらえて、招待枠で出場することができました。

—— 陸上選手も冬季に休んだりする方もいらっしゃる中で、夏も冬もずっと競技を続けていくことの苦労や、何か相乗効果などはありますか。

陸上をやったことに対して、スノーボードへ活かすことはすごくたくさんありました。筋肉の使い方だったりとか、バランスだったりとかは、すごくスノーボードにも役に立ったんです。逆に、スノーボードをやったことによって陸上競技に良かったことは、運動面としてはほぼゼロです。むしろマイナスでした。

どちらかという、スノーボードは止めて下っていくものなので、筋肉の使い方が違うんです。陸上競技はどちらかというと筋肉を使って、爆発させて前に進んでいくんですけど、スノーボードは耐えてエッジを利かせて滑っていくという感じだったので、スノーボードをすることによって筋肉の使い方というのが陸上



競技への妨げになる部分もありました。でも、それは2～3か月すれば直ってきたので、結局そんなに大きな影響ではなかったんですけど。あとは怪我ですね。スノーボードはすごく怪我が多かったの。

—— 東京パラリンピックが決まってから、義足の方のスポーツをする環境は変わりましたか。

パラリンピックを目指している選手にとっては、ものすごくいい追い風が吹いたと思いますね。企業が選手を採用してくれるようになったんです。障害者雇用枠やアスリート雇用枠みたいな形で、仕事もするけどアスリートとしての価値も認めてくれて、それを会社としても応援するよという企業がすごく増えていますね。今までは就職しようと思っても、フルタイムで働いて余暇で陸上とかパラスポーツをするんだっとならいいけど、少し就業時間を減らして競技に充てる時間を増やすよ、という取り組みはあまりなかったんですね。

—— パラスポーツ普及のために取り組まれていることはありますか。

誰もが気軽に走れる環境というのが必要なのかなと思っています。そこで2015年ぐらいから毎年、otto・ジャパンという会社が主催しているランニングクリニックにおいて、10名ずつぐらいに指導をする講師として手伝っています。3日間を通して、これまで走ったことがない人たちも走れるようになるというクリニックですね。一番下は小学校6年生ぐらいから、一番上は75歳ぐらいまで幅広い年齢層です。今まで60人ぐらいいる中で走れなかった人は1人もいなくて。

—— 義足で生活されている方は、普段の生活で走ることは無いのでしょうか。

できないですよ。大腿切断で、膝関節がない人たちにとってみたら、競技用の義足を履かないとほぼ走ることってできません。日常用の義足で走るというのは、ばね感もないし、膝関節のコントロールもすごく難しいので、ハードルが高いし、ほぼ諦めてしまいます。競技用の義足であるブレードを付ければ走るとはできるんですが、費用的な面ですごくハードルが高いんですよ。

—— 競技用の義足にかかる費用はどれ位なのですか。

一番安くても全部そろえると80万円ぐらいかかります。今はいろいろな人の協力を得たりしながら、安い義足を開発している人たちもいます。あとは自治体とかと手を組んでそういうのを補助できるような制度があったら、すごくいいと思うんですよ。

そういうのを、東京パラリンピックのレガシーとして制度を作ってしまうと、ずっと続くので良いと思います。どこかの自治体にそういうことしてもらえれば、いろいろな自治体が追随してくると思うので、そういうところをこれから一緒にやっていきたいなと思っていますね。体育の授業で義足の子供たちが走ったりできているのって、まだ数人なんですよ。国が義務教育として体育の授業をさせている以上、やっぱりそれができる環境整備というのはすごく必要なんじゃないかなと思うんですよ。なので、そういう小学生、中学生が運動会で一緒に走ったりとか、マラソン大会で一緒に走ったりとかができるのが、すごく理想的だなと思うんです。

—— 現在、パラ走り幅跳びで、義足の選手の記録が健足の選手の記録も超えているということで社会的に注目を集めています、どのようにお考えですか。

議論してくれたり、義足の選手がオリンピックに出られるのか、出られないのかというところに注目してもらえるというのは、すごく嬉しいことだなと思いますね。僕が一番思うのは、足を切るということ自体は、誰もがネガティブなことだと思うけど、義足の人の方が跳べるんじゃないかというイメージがあると、義足をうまく使えるようになったら、いろいろなことができるんだなと考えてもらえるのは、すごくポジティブなこ

とだと思うんですよね。

オリンピックに出られる、出られないに関しては、難しい問題がたくさんあると思います。それはやっぱり同じ土俵なのか、土俵じゃないのかという部分で。義足を使ってより遠くへ跳べるような仕組みがありますので。やっぱり義足は、たわんで伸びるのでそこで加速が生まれるんですよ。ほとんどの健常者の踏切りというのはブレーキ成分しかなくて、加速というところがないので、そこだけを見てしまうと義足って有利かもねというふうに思われても仕方がない部分があるなと思います。でも、それだけ跳べるようになったりすると、足を切断しても走れたり、跳べたり、いろいろなことができるということを発信する意味では、すごくポジティブな世の中になってきているんじゃないのかなと思うんです。

—— 東京パラリンピックの見どころを教えてください。

義足をどう上手く使っているのかというところを見てほしいなと思います。義足って触るとものすごく硬いんですけど、それをうまく曲げて伸ばしてというところを上手く使ってやっているの。跳ぶときにも義足で踏み切りますので、その瞬間というのを見てほしいなと思いますね。

—— 最後に、パラスポーツ競技に関して、一番世の中に知ってもらいたいことは何でしょうか。

選手の名前は知ってもらいたいですね。やっぱり注目するような選手、自分が好きな選手、自分の好きな競技のパラ選手を知ってもらいたいというのがすごくあります。パラリンピックという言葉は知っていても、パラリンピックの選手を知っていますかという、たぶんあまり名前が挙がってこないと思うので。

プロフィール やまもと・あつし

1982年静岡県出身。17歳の時に交通事故で左足を失う。事故後に義足装具士の国家資格を取得し、同時に陸上競技の練習を始め、パラリンピックの出場を目指し大阪体育大学に入学。100mと走り幅跳びの日本記録を塗り替え、2008年の北京パラリンピックでは走り幅跳びで銀メダルを獲得し、100mで5位に入賞。日本の義足陸上競技選手初のパラリンピック・メダリストとなる。2016年リオパラリンピック走り幅跳びで銀メダル、400mリレーで銅メダルを獲得。2017年プロ陸上選手に転向。また、2018年平昌（ピョンチャン）パラリンピックにはスノーボードで出場。2020年東京パラリンピック出場が内定している。