

ライバルと歩んだ私のマラソン人生

2012・06・19
NHKラジオ
明日へのことば

有森裕子(オリンピックメダリスト)



有森 裕子(ありもり ゆうこ、1966年12月17日 - 血液型⇒AB型
身長⇒164.5cm 岡山県出身、元女子マラソン選手で日本におけるプロランナーの草分け。1992年バルセロナオリンピックで銀、1996年アトランタオリンピックでは銅メダル受賞。

日本体育大学卒業、日本陸上競技連盟の理事、スペシャルオリンピックス(知的障害者)日本の理事長、日体大客員教授、国際陸上競技連盟女性委員会委員、国連人口基金親善大使

あだ名⇒アリモ 好きな言葉⇒よるこびを力に…
好きな色⇒赤、ブルー 好きな匂い⇒パンを焼いている匂い
好きな飲み物⇒コーヒー



有森裕子像
(岡山県総合グラウンド内)

中学時代はバスケットボール部に所属したが、自分はチームプレーがむいていないと思った。校内運動会の800メートル競走で3回優勝した。走ることはやれば出来ると思った。高校入学の際、陸上部に入部を希望するも、中学から大学までの一貫校である就実では中等部から持ち上がってきた素質ある陸上選手がおり、他の中学校から来た素人同然のランナーなど不要であると言われる。しかし有森は諦めず、1ヶ月後に入部を認めさせた。高校時代に陸上競技で目立つ結果は残していない。

同郷の人見絹江さんは400mはダメだったが、800mでオリンピックの銀メダルをとっている。岡山県の総合グラウンド内に人見さんと自分の銅像がたっているが、生きているうちの銅像はなにか変な感じ…(あだなのアリモにかけて、アニーモ像と言われる。アニーモはスペイン語の頑張り！の意味)

生まれつき股関節脱臼でうまれ、O脚。高校時代、すぐには活躍できずケガも多く、記録もついてこなかった。自分が運が良かったのは人との出会い。恩師から励まされたり、整体師にはO脚だがスペシャルなO脚だといわれ、人とのちがいが、弱点を自分の強みにしてきた。すべてのことについて、どう思うか？ 自分の気持が大切。人との出会いの中にハンデをプラスに変える考え方を学んだ。
メンタルな切り替え、今 なにをしなければいけないかを考え、そのつどクリアしてきた。

リクルートに入り、小出監督とであった。あの監督は走ることに情熱的。監督は自分をマネージャーにしようと思っていたみたい…監督は選手に自信を持たせる方法を知っている。自分は猫背だが、監督にかかると、「マラソンは前傾が大切！君はナチュラルに前傾しているから猫背は強みだよ」…と言う。

1990年の大阪国際女子マラソンで記録更新した。練習は厳しいものだった。月に900キロから1200キロは走っていた。半端ではない距離だ。1991年に日本記録を出した時、いくらでも走れるという自信があった。気力・体力ともに充実していた。

1992年のバルセロナオリンピックでは、誰が代表になるかの選考問題をクリア。8月2日、晴れの舞台で銀メダルを取った。きしくも8月2日は人見さんの命日だった。
精神的・肉体的に「ときすました状態」で、自分にたいして、「見てろ！」の状態だった。走っている自分の表情は必死の形相だったらしいが、自分では気持ちよく走れた。
日本に帰国後、母親が娘は「骨と皮だけになっていた…」嬉しいんだが、悲しかったみたい…
母は自分が寝ていたときに、そっと私の足をさわって、泣いていてほしい。
アベベがローマオリンピックで表情を変えずに、またライバルのエゴロワが冷静に走っている姿を見て驚いた。

バルセロナから4年後のアトランタでは銅メダルを獲得。あの時は、これ以上出来ないくらい、すべてやった。
銅メダル獲得のインタビューで「自分で自分をほめてあげたい！」と言った。あの言葉は高石さんの詩の一節で、気に入っていて、いつか、どこかで言おうと思っていたのが、無意識に出てきた。

試合には1ヶ月前の、一週間前の、当日のコンディションづくりが大切！スタートラインにつくまで自分の気持を整理する。スタートラインにつくまでは監督・コーチ・靴の製作者・医師・トレーナー等まさにチームプレーそのもの。スタートしてからはチーム全員の気持を受け止め、自分の身体でベストを尽くす…。

外国選手には人間として、あるべき姿を多々 学んだ。「人生では人との出会いが大切」。
今はスポーツを通じて国際親善をしたいと思っている。