

挫折が育てた水泳人生

鈴木大地(日本水泳連盟会長)

ソウルオリンピック100m背泳ぎで金メダルを獲得したのが1988年21歳の時の事、当時の日本の競泳界では16年ぶりの金メダルでした。しかしその4年後に引退を表明、母校の順天堂大学で体育学、スポーツ医科学の研究をおこない医学博士を取得しました。現在は順天堂大学の教授として学生の指導をおこない、日本水泳連盟の会長も勤め水泳界を支えています。

自分自身最大限の努力をして来たので、どんな結果が出てても自分の実力だろうと言う事で納得する形でやって来たので、悔いはなかったです。

リラクセスしてレースが運べたのかなと思います。

バルセロナオリンピックの代表選考会前に引退。

オリンピックでメダルを取るという事は、いまではいろんな選手が目標にして高い意識の中でやっているが、当時はだれも何十年と取っていなかったの、どうやってトレーニングをしてどうやって実現するのか、が判らなかつた。

出来るだけハードトレーニングをやった、見本は無かつた。

自分の体が壊れるぐらいまで追い込んでいたので、ここが自分の限界、臨界点という事だつた。

実際身体も壊してしまつた。(腰痛)

プールの練習以外の筋力トレーニングも手を抜かずにやってきた。

オリンピックの目標にしていた事が自分なりにやる事はやつたと満足した部分はあつた。

大学の教員になろうと思つていたので、オリンピックが終わつて1年間は練習らしい練習はやっていなかった。

1年後アメリカに行つてトレーニングを始めてみると面白くなつて、続ける様な形になつて行つた。

楽しいが「楽」になつてきてしまつて、楽しんで勝とうというような思いがあり、調子が上がらなくなつてしまつて、バルセロナオリンピックの選考会の前に辞めて、競技生活にピリオドをうつた。次の人生のスタートだと思つてそれなりにわくわくはしてつた。

バルセロナオリンピックは解説者としていかせてもらつた。

いろんなことに勉強不足だつたので、もっと自分が勉強した後に、そういった仕事につかなくてはいけないのかなと思つた。暫く本業にすることは置いておいた。

最近プロの選手はいるが、当時は認められなかつた。

右肩上がりで選手生活を続けるのは、まず難しい。

体力の衰え、気力の衰え、怪我、故障、スランプだつたりとかで一番で居続けることはないんですね。

そこに結構意味が有つて自分の人生を考えるわけです。

浮力と推進力で発揮しながら進んでいくわけですが、体組成が変わつてゆくの、休んだりしてつたので、泳ぎとの感覚がマッチしてつたと思つた。

休み過ぎてしまつたのがいけなかつたと思つた。

楽をしてはいけない、毎日コツコツやらないとつべ返しがあるんだと思つた。

ただその時はそうするしかなかつたと思つた。

最初順天堂大学の教員になりコーチもやつてつた。

外国に勉強させていただく機会が有り、外国の人との話、意見交換して行く中で、自分に足りないことが判つて来て、いろいろ勉強しないといけないと思つた。

コロラド大学でトレーニングの勉強をして、一度帰つて来て1998年、ハーバート大学の水泳部のゲストコーチとして現地に行つた。

学業とスポーツをどう両立させているのか、見てみたいと思つて行つた。

イェール大学、コロンビア大学と3校見に行つたが、2校は是非にという事だつたが、ハーバート大学はそんな話は全然なくて、最後は押しかけみたいになつて行つた。

最初は試合に行つても顔の見分けがつかなくて生徒にどんな状態だつたのか問われても答えられなくて苦労した。

アメリカの選手は全体として積極的ですね。

スポーツも一生懸命やるが学業も一生懸命にやる。

時間もうまく使う。

ハーバートで2年のゲストコーチを終了して、母校の水泳部の指導と教員生活に戻つた。

夜の練習から朝の練習に切り替えて、帰つて来て2年後に関東学生選手権でチームで総合優勝したことが有る。

選手の晩年時代の挫折経験が人を教えるときにいろいろと役立つた。

何を言つてもしょうがない時にはこちらが我慢しなくてはいけない時もある。

2013年6月から日本水泳連盟の会長になる。

東京オリンピック ハード面や、選手の育成が刻々と迫つてくる。

8月14日 水泳の日 いろいろな競技を知つてもらおう。

水難事故の防止の啓発。

水泳は自分の弱い身体を強くしてくれただけでなく、自分の世界を広げてくれたので感謝している。

水泳界に恩返ししたい。