

「個」への対応

MONTHLY

eisu

CONTENTS

女子レスリング日本代表吉田沙保里選手にインタビュー!!

MONTHLY eisu

●編集・発行 / eisu 広報室

〒514-0006 津市広明町337

TEL 059-213-7750

FAX 059-227-6503

ホームページ http://www.eisu.co.jp



JOC/JWF-029

吉田：「そうなんですよね。そもそもの試合は絶対勝つんだ」と決心したのが、初めての具体的な目標を持った時でしたね。それから試合があれば毎回毎回、「この試合で勝つんだ」と優勝したい」というのが目標となり、それをクリアし実力がついてくるにつれ、目指す目標もレベルアップしていきました。



JOC/JWF-029

吉田沙保里 (よしださおり)

三重県津市(旧一志郡一志町)出身、至学館大学(旧中京女子大学)卒業。レスリング全日本選手権で優勝し、自宅でレスリング道場を開いている父の吉田栄勝(えいかつ)氏の指導で3歳からレスリングを始める。2003年から世界選手権で9連覇、2004年のアテネオリンピック、2008年北京オリンピックと2大会連続でオリンピック金メダルを獲得するなど、女子レスリングの歴史を画する輝かしい戦績を残す。現在、ALSOK所属。ALSOKがありがとう運動のつとめ、社会福祉、災害援助、文化支援など、様々な社会貢献活動にも取り組んでいる。目標は2012年ロンドンオリンピックでの金メダル獲得、オリンピック3連覇。

女子レスリング 日本代表 吉田沙保里選手にインタビュー!!

今回のMONTHLY eisuは、9月15日(大会第4日)に行われたトルコイスタンブールの世界選手権でみごと史上最多の9連覇を達成し、来夏のロンドンオリンピックで前人未到のオリンピック3連覇を目指す女子レスリング金メダリスト、吉田沙保里選手(ALSOK所属)にインタビューしました。大きな目標を達成するには何が必要なのか。大会前緊張が高まるこの時期、勉強がんばる小中高校生たちへ送られる吉田選手の貴重なメッセージをぜひご覧ください!

目の前の目標に全力でぶつか。それはやがて大きな目標に届いていく。

伊藤：努力が実を結ぶためには目標が明確に定まっていなくてはいけない。そういう考えから、eisuでは具体的な目標設定を重視し、指導の根幹としています。ところが現実の生徒たちを見ると、なかなか目標を立てられない子もいます。吉田選手はどのように目標を立ててくれたのか、具体的に聞かせてもらえますか?

吉田：自分が打ち込める目標を持てるかどうかは、ちょっとしたキッカケによると思います。私は3歳からレスリングを始め、5歳の時に初めて試合を経験しました。でもその時はある男の子が優勝して、私はその子に負けてしまったんですね。私は泣いて悔しがって、男の子の持っているメダルを見て「私もあれが欲しい!!」とわだつたんです。すると父に「あれはスパーで売ってるようなもんじゃやない。最後までがんばった子じゃなきゃもらえないんだ」と諭されて、「よし、次

の試合は絶対勝つんだ」と決心したのが、初めての具体的な目標を持った時でしたね。それから試合があれば毎回毎回、「この試合で勝つんだ」と優勝したい」というのが目標となり、それをクリアし実力がついてくるにつれ、目指す目標もレベルアップしていきました。

そんななか、私が中1のとき、柔道の谷(旧姓・田村)亮子選手の活躍をテレビで観て、「自分もオリンピックに出たい!」と田村選手が柔道なら、私はレスリングで活躍したい!」と思い、そのためには「まず目の前のこの試合で勝つ」という気持ちもいっそう強まりました。世界が具体的な目標になったのは、大学2年で日本代表に選ばれた時です。こうして見る、遠い目標を追いかけたというよりも、目の前の目標の達成に一生懸命だったという感じがします。

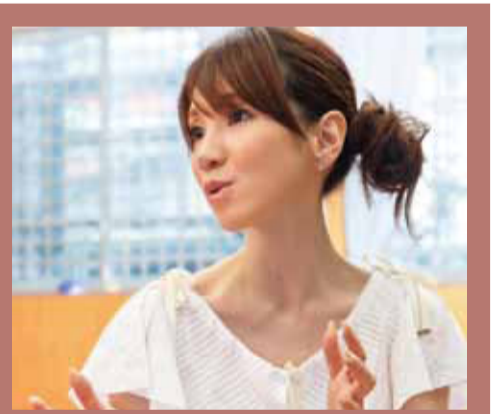
伊藤：なるほど、目の前の現実的な目標に全力でぶつか。それを続けることで、だんだんと目標が高くなり、やがて大きな目標に手が届いていくんですね。ただ目標を立てても、なかなかそれが持続できない子も多いので、しっかりとつまずきで乗り越えたいと思います。

吉田：もちろん、目標を貫くのは大変です。でも目標というのは、自分もなれりゃだど心のどこかで感じていられる。目標になるのだと思います。みんな心のどこかで、自分のレベルや向き不向きを感じているはずなんです。たとえば私だって、難関大学を勉強で突破する、という目標は、最初から描きませんでした。レスリングだからこそ私は目標を持ってたんです。心から目標を描くことができたら、簡単には諦めなくなるし、がんばり続けられると思います。小さなキッカケを大切に、自分が心からこうしたい!こうなりたい!という気持ちを大事にしてほしいです。

自分と、自分を支えてくれる人の気持ちが一一致する時、本当に伸びる。

伊藤：3歳の時からご自宅の道場でレスリングに打ち込んでくれた吉田選手にとって、家族の存在はとても大きいものだと思います。特にコーチでもいろいろお父様との関係はどうでしたか?

吉田：父は、道場の内と外では別人でした。いったん道場に入ると本当に厳しかったんです。伊藤：具体的にどんな風に厳しかったのですか?



伊藤奈緒 (いとうなお)

三重県立津高校より関西学院大学卒業。2000年、自身も中1から高3まで6年間学んだeisuに入社。入社時は高校数学担当で採用されたが、高校英語に転身。生徒たちに責任を持って指導ができるよう必死の努力と工夫を重ね、入社3年で人気・実力ともeisu高校部No.1講師に。その後本心に生徒たちの学力を上げるには東進の方法論を用いたハイブリッド指導が最善と信じ、熱意と努力を注いで現在の完成された指導スタイルを構築。その成功により日本全国の教育関係者の注目を集め、研修・指導にも腕をふるう。現在、eisu高校部取締役COO(最高執行責任者)。過去にはミス三重グランプリ・ミス松阪などの経歴も持つ、自称「美容研究家」。

伊藤：姿と心は、自分のがんばる姿を保護者様に見られて励みを感じていたと思います。言葉はなくても、見守っている人がいる。そんな関係はいいですね。

吉田：はい。自分が変わらなければ、何も変わらない。すべては自分次第ですが、自分の意思と指導してくれる人、見守ってくれている人との気持ちが一致する時に、本当に伸びると思います。

心から目標を実現したいと思える人、それが強い人!

伊藤：実はときどき保護者様がお子様から目標を決められることは全くありませんでした。ですから、目標が結果に結び付かなかったからといって叱られるということはありませんでした。大切なのは、目標を目指すときの姿勢でした。

伊藤：実はときどき保護者様がお子様から目標を決められることは全くありませんでした。ですから、目標が結果に結び付かなかったからといって叱られるということはありませんでした。大切なのは、目標を目指すときの姿勢でした。

「119人の涙」  
2008年1月19日に119連勝が止まった時のショックから立ち直るまでの心の軌跡を吉田選手がまとめたものです。今回の取材のため吉田選手が準備してくださいました。ぜひ本文と併せてお読みください。