

島根・トップコーチ

【発行・担当課】公益財団法人島根県スポーツ協会 競技スポーツ課
〒690-0015 島根県松江市上乃木1丁目4番2号 島根県立水泳プール内 TEL0852(60)5052

島根県スポーツ協会ホームページ <http://www.shimane-sports.or.jp>

【第107号発刊にあたって】

第107号は、第78回国民スポーツ大会卓球競技において、監督として少年女子チームを率い、本県の卓球女子種別で初の5位入賞に導かれました明誠高校女子卓球部監督の岸 真由先生にご登場いただきました。

選手時代は年少期から数多のタイトルを獲得され、社会人では世界選手権で銅メダルを獲得するなど長年日本の中心選手として活躍してこられました。ご結婚後に島根に移り明誠高校女子、明誠U15を指導され、これまでに全国や世界で活躍する選手を多数輩出されています。

選手から指導者へ、立場を変えてご活躍される岸先生の指導理念や実践されていることについて語っていただきました。

- 2022年 インターハイ団体 5位
ダブルス 3位 シングルス 5位
全国中学大会団体 5位
- 2023年 全国中学選抜団体 5位
世界ろうあ者選手権団体 優勝
全国中学大会団体 3位
全日本カデットシングルス 5位
- 2024年 全国中学選抜大会 3位
全国ろうあ者卓球選手権大会 優勝
国民スポーツ大会少年女子 5位

「全ての事に感謝」

明誠高等学校女子卓球部・明誠 U15
監督 岸 真由

【プロフィール】

旧姓：川越真由、1979年生まれ、大阪府平野区出身

○選手として

- 1989年 全日本カブ優勝
- 1991年 全日本ホープス優勝
- 1993年 全国中学大会優勝
- 1995年 全日本ジュニア優勝
- 1995年～1997年 インターハイ団体・ダブルス
国民体育大会3連覇
- 1998年 アジア卓球選手権 ダブルス銅メダル
- 2000年 ITTF プロツアーファイナル
ダブルス銀メダル
- 2001年 世界選手権 ダブルス 銅メダル
(日本勢として26年ぶりのメダル獲得)

○指導者として(明誠高校・明誠U15)

- U15 日本代表3名、U18 日本代表4名輩出
国際大会・全国大会入賞 35回
- 2021年 インターハイ団体 5位
ダブルス 3位 シングルス 12位
全国中学大会団体 3位
全日本カデットダブルス 3位
- 2022年 全国中学選抜団体 5位

<卓球との出会い>

私は左利きなのですが、母はそのことにショックを受けたそうです。今考えれば大げさな話ですが、当時は人と違うという事に理解が低く、このままだと私が辛い思いをするのではないかと、小学校入学と同時に右手で書くことを目的として近所の書道教室に通うことになりました。その教室はそろばん教室がメインだったため、せっかくだからそろばんも習おうということになったのですが、そろばんを飽きさせない楽しみのためにレッスン終了後に卓球台を1台出して卓球を楽しむという教室の活動方針が私と卓球との出会いです。

<小学校時代>

小学校1年生で始めた卓球が楽しくて毎日そろばんと卓球に打ち込んでいました。2年生で参加した全国大会でいきなり3位に入賞、卓球は素人であった教室の先生が驚いてしまい、卓球に詳しい方々をたくさん連れてきてくれ、本格的な指導を受けるようになり、土日はほとんど練習試合や大会に参加をして多くの貴重な経験をさせていただきました。そのおかげで4年生と6年生の時に全国大会のシングルスで優勝することができ、団

体戦でも一緒にそろばんを続け、のちに世界選手権と一緒にメダルを獲得することになる武田明子さんや、のちに全日本ジュニアで3位入賞を果たす妹の川越由香さんなど、そろばん仲間とチームを組み日本一になることができました。余談ではありますが、本業であるそろばんの全国大会団体戦にも出場しています。書道も続けたおかげで、右手で字が書けるようにもなりました。今となっては本当に恵まれた環境のなかで過ごさせていただいたのだと強く感じています。

<中学・高校時代>

小学6年生の全国大会で優勝したことで、ありがたいことにたくさんの学校からお誘いを頂きました。その中で地元大阪の四天王寺中学高等学校への進学を決めました。多くの選択肢の中から決断したのは自分自身でした。母はまだ小学生なのだから親が決めてあげなければならないのではと心配していましたが、父は真由の人生だから真由が決めたらいいと、私自身に決めさせてくれました。後に、この意味、自分で決断するという事がどれほど大切であるかを知ることになりました。小学生時代と違い、強い高校生の先輩もいる中で練習の厳しさは想像をはるかに超えるものでした。また追い打ちをかけるように勉強がとても大変で、あまり記憶がないのですが、入学してから夏休みに入る頃まで、毎朝学校を辞めたいと母に愚痴をこぼしていたそうです。そんな愚痴を毎日聞きながらも、辞めていいよとも、頑張りなさいとも言わず、じっと耐えて私自身が乗り越えるまで信じて送り出してくれた母の偉大さを今、2人の子を持つ親となり感じずにはいられません。そして自分で決断したからこそ中途半端な言い訳もせず、人や環境のせいにもせず、自分で決めたのだから頑張るしかない、と覚悟できるように導いてくれた父のおかげで、夏を過ぎるころにはすっかり前に進んでいくことができました。親に言われて四天王寺に決めていたら親のせいにして辞めていたかもしれません。この新生活に慣れていくにつれ結果が出始めました。中学2年生のときに全国中学大会で優勝、これを機に日本代表として海外遠征にも選んでいただけるようになりました。そこから高校3年生までジュニアのカテゴリーでのタイトルを取り続けとても順調な6年間を過ごすことができました。

<ミキハウス入社>

当時、四天王寺の監督だった大嶋先生が世界を目指すためにミキハウス卓球部創設にご尽力くだ

さり、私は2期生として入社することになりました。いよいよ世界選手権やオリンピックが身近な存在となり、大きなプレッシャーを感じるようになったことを鮮明に覚えています。結果がすべての世界で戦っていかなければならない状況のなか、学生時代のように常に結果を残すことができなくなり、楽しかった卓球で初めて挫折を感じるようになりました。このままでは終わってしまう、何かを変えなければいけないと、至れり尽くせりだった素晴らしい環境から離れ、ダブルスパートナーである武田明子さんと共に、レジスタードプロとして2人で一から挑戦する決断をしました。健勝苑と契約し選手生活の新たなスタートを切りましたが、そこで初めて四天王寺やミキハウス時代にどれだけのことをやっていたのかを知りました。大会申し込みから移動やホテルの手配、練習場所の確保や練習相手の段取りなど、見えない作業の上に選手の生活が成り立っていることを知り、反省しました。自分たちの未熟さを強烈に感じながらも「やるしかない、あきらめたくない」という一心で、なりふり構わず必死で卓球と向き合い、地元大阪で開催された2001世界選手権女子ダブルスの部で大声援を受けながら日本勢26年ぶりの銅メダルを獲得することができました。

<指導者としてのスタート>

世界選手権でメダルを獲得した年の10月に明誠高校監督の岸卓臣さんと入籍し、2年間大阪で選手生活を続けた後、鳥根に居を移しました。私は夫と出会うまでは選手を引退したら卓球には関わりたくないと考えていました。卓球を始めたころはとても楽しかったのですが勝てば勝つほど苦しくつらいものになっていきました。体も酷使したせいで、脚の手術を計3回、ヘルニアまで発症していました。世界選手権のメダル獲得も奇跡みたいなもので、初戦前日の練習で腰を痛め、立てなくなりスタッフの方に両脇を抱えられてやっと歩けるほどでした。懸命の施術のおかげで出場できましたが、早くこの苦しさから離れたかったというのが正直な気持ちでした。その悲しい考えを変えてくれたのが夫と当時の明誠高校卓球部の生徒たちでした。重たい鉄の扉の前に立つとファイトと大きな声が途切れることなく聞こえてきます。扉を開けると耳が痛くなるほどの大きな声の挨拶。その頃は今とは違い全国大会に出ることを目標にしている選手が多く、大学に行って競技を続ける子も少なく、レベルも決して高くなかったですが、監督が道場にいてもいなくてもその姿が変わらな

い純粋な生徒たちで、みんな目をキラキラと輝かせていました。その生徒たちの姿に感動し、とにかく生徒たちの力になりたいと思いコーチとしての活動をスタートしました。

<生徒との壁>

毎日練習に行くようになると、笑顔でアドバイスを聞いてくれていた選手でしたが、早く勝たせたいという思いが強くなり、今思えば自己満足的な指導になっていたのでしょうか、とうとう生徒たちは「真由さんは特別な人だからできるけど、私たちには無理だし、私たちのできない気持ちは、真由さんにはわからない」と言われてしまいました。指導者として初めて気が付きました。一方通行ではダメなのだ。多くの指導者に教えてもらった自分はそれが当たり前のことと知っていたはずなのに、未熟で、ふがいなさを感じずにはいられませんでした。生徒の表情から心がどう動いているかを一生懸命観察し、一人ひとりどのタイミングでどのような言葉をかければいいのかを毎日のように考え続けました。そして事あるごとに自分が失敗した事、うまくいかなかったこと、かっこ悪かったこと、なかなか思うようにできなかった技術のことをたくさん話して、あきらめずできるようになるまで続けることの大切さを伝え続けました。心を込めて話し続けることで生徒は受け取ってくれるようになったと感じています。そんな失敗を繰り返しながらも毎年入学してくる生徒の実力も徐々に高まり、結果にもつながるようになり、少しずつ指導に自信が持てるようになってきました。

<指導理念>

当たり前ではありますが、生徒の指導は、そこにはどんな時でも愛のある指導でなければ心に響かないと思っています。厳しい言葉の中には必ずその生徒に対してここを乗り越えてほしいというエールの気持ちで伝えるようにしています。生徒の表情、練習の姿、言動行動をよく観察し、異変に少しでも早く気付き声をかけ、話を聞き、必要な時に必要な言葉をかける。タイミングを探りながら指導をするよう心掛けています。また、生徒を信用しすぎないようにしています。生徒は必ず間違ったことや失敗をします。本来進むべき方向へ進まないこともあります。自分で気づき修正できるように導くことが指導者の重要な役割だと思っています。教えすぎたり、強制したりしないよう注意しながらサポートすることが最も重要なのだと考えています。あとはナショナルチームでお世

話になった、メンタルやトレーニング、栄養などの専門家の知見や国内外への遠征、学校やスタッフの力、卒業生の力も借りながら島根という地理的なハンディを感じさせない指導を心がけています。

<最後に>

指導者としての執筆の依頼にもかかわらず、大半を選手時代のことを書かせていただきましたが、私が今こうして指導者という立場になった今も、自分自身の選手生活の成功や失敗、挫折すべての経験が生徒たちを指導していくなかで訪れる困難へのエネルギーになっていると確信しています。自分が指導していく中で大切にしていることも結局経験の中から生まれてきたものです。生徒の夢を実現させるためには生徒の頑張り、適切な指導、保護者の理解と協力、この3つがうまく連携していくことが重要だと考えています。3つの立場の違う人たちがお互いに感謝の心を持ち、主体は生徒であることを忘れずあたたかい気持ちで進んでいくことが重要だと考えています。現在は中学生を12名自宅で預かっていますが卓球の技術だけでなく生活面も管理し人間力の向上を目指し、人生を幸せに生きていける選手の育成に邁進していきます。2030年のかみあり国スポでは少年女子の監督を務める予定です。笑顔で終われるよう5年間生徒と一緒に前進し続けたいと思います。皆様応援よろしくお願い致します。



【写真】第78回国民スポーツ大会「SAGA2024」卓球競技において少年女子チームが5位入賞を果たす（筆者左端）