



# 東京2020オリンピックを終えて、今後の陸上界が目指すべきこと

会長  
東京2020オリンピック 日本代表選手団総監督  
尾縣 貢 OGATA Mitsugi

## 1 Introduction はじめに

2013年9月8日、国際オリンピック委員会（I O C）のジャック・ロゲ前会長が発した『Tokyo』というコールが号砲となり、日本陸上競技連盟（以下、日本陸連）では東京2020オリンピック（以下、東京2020）に向けて、「国際競技力の向上」「競技運営力の向上」を2本の柱としたオールジャパン体制の取り組みをスタートしました。

## 2 JAAF efforts for TOKYO 2020

### 日本陸連としての取り組み

多くの制約・制限、加えて地元というプレッシャーとも闘いながらも、アスリートは持てる力の限りを尽くして、心躍るような競技を見せてくれました。観客が不在の空間で、ひたむきに競技に向かう姿は、陸上競技の真価を多くの人に伝えました。この素晴らしい成果は、アスリートと指導者をはじめとするアントラーズの長年にわたる取り組みによって成し遂げられたものですが、その裏では加盟団体および協力団体の育成・強化の活動、歴代強化委員会の活動、そして医事・科学委員会の活動があったことを忘れてはなりません。

また、世界のアスリートたちが最高のパフォーマンスを発揮し、そして満足が得られる競技会を目指して準備に取り組んだ競技運営委員会の力も大きなものでした。全国から選出された若手の審判員を中心に、「公平」「アスリートセンタード」「日本らしさ」「ホスピタリティ」などをキーワードに研修を実施し、国際競技会の運営に必要とされる能力を有したN T O（National

パンデミックにより1年延期となったため、8年弱の準備期間を経て開催された東京オリンピック・パラリンピック競技大会は、まさしくスポーツ文化の集大成として花開いたビッグイベントになりました。競技そのものだけでなく、大会運営、ボランティア活動や安全確保及びコロナ感染対策などの取り組みは海外からの参加者にも高い評価を得ました。スポーツ界の総力で勝ち得た東京2020の成功を、いかにレガシーにつなげていくかを念頭に置いた活動が、陸上界のこれからの発展につながると考えています。東京2020までの道のりを振り返りながら今後の「陸上」を考えていきます。

Technical Officials) を養成しました。また、2013年の開催決定以来、陸上競技の会場である国立競技場の建設に関しては紆余曲折ありましたが、これには施設用器具委員会が中心となり根気強く対応してきました。

#### 競技力向上に関するチャレンジ

東京2020に向けての競技力向上の取り組みは、着実に成果をあげたと断言できます。図1は、各オリンピックアードで出された日本記録の数です。ロンドン大会およびリオデジャネイロ大会までの4年と比べて東京大会は1年長いものの、男子は15種目、女子は9種目で日本記録をマークしました。この競技力の向上が2個のメダルを含む9の入賞というオリンピック本番での素晴らしい結果につながったと言えます。

また、開催国出場枠のない本大会に、66名という大選手団を

送り込めたことも大きな成果だと言えます。これは、コロナ禍で海外に出て行けない状況において、日本国内でもワールドランキングを上げることができる競技会を加盟団体および協力団体に開催していただいたことが大きかったと言えます。

ここで、重点強化種目の1つであったマラソンを取り上げ、東京2020に向けてのチャレンジについて振り返ってみます。マラソンの成功に向けては、2つの課題が設定されました。それは、「強くて速いランナーを選ぶことができる選考」と「夏に強いマラソンランナーの育成」でした。

前者に関しては選考競技会についての改革を行い、流行語大賞の候補にも挙がったMarathon Grand Championship（MGC）が新設され、選考が強化策に組み込まれました。一発選考方式の要素を持つMGCは、これまで難航することが多かったマラソン選考をシンプルにただけではなく、多くのランナーがマラソンにチャレンジする機会を作ることで、競技力の顕著な向上をもたらしました。東京2020が開催された2021年の3月末までに、男子では4度にわたる日本記録の更新、女子では女子単独レースの部での日本記録の樹立が示す頂点の引き上げだけでなく、期待を上回る層の厚さをもたらしました。

「夏に強いマラソンランナーの育成」については、開催が決定した後には科学委員会が中心となり、計画的にプロジェクトを進めました。暑熱対策では、ランニング中の深部体温の変化、ランニング中の汗の分析などの測定を繰り返し、さまざまなエビデンスを積み上げながらサポートを考えていきました。この研究ベースのサポートは陸上競技やトライアスロンから始まったものですが、徐々に他のオリンピック競技においても活用され、チームジャパン全体の好成績にも繋がったと言えます。

#### コロナ禍での取り組み

「見えない敵。新型コロナウイルスに、これほどまでに翻弄されることを誰も予想できませんでした。2020年3月24日に東京オリンピック・パラリンピックの延期が決定し、スポーツ界は深い闇に包まれていきました。

本連盟では、6月末までの開催予定の競技会の延期・中止を加盟団体・協力団体をお願いをしました。一向に収まらない感染、それに伴う国民の閉塞感の蔓延、多くの制約・制限がかかる中、スポーツは「不要不急」のものになっていきました。アスリートはトレーニングもままならず、オリンピックを口にするこささえ憚られる日々が続きました。

7月からは本連盟が策定した「陸上競技活動再開のガイドンス」を参考にしながら陸上競技会を段階的に再開していきました。とは言え、中止や延期を余儀なくされる競技会も多く、アスリートにとっては苦難の日が続きました。

このような厳しい状況の中、再開後間もないホクレン・ディスタンスチャレンジでは、田中希実（豊田自動織機T C / 現・豊田自動織機）の日本記録（3000m）をはじめとする多くの好記録がマークされました。この活躍には、アスリートのひたむきさや強さを感じましたし、多くのアスリートや指導者ら関係者が勇気づけられました。この活躍によって、感染対策を取りながらも何としてでも競技会の開催を続けていこうという強い思いが湧き立ってきました。

また、多くの競技会を安心安全に開催することで、東京オリンピック・パラリンピックの開催は可能であることを示したいという思いを強くしました。当初予定していた2020年度開催の

図1 各オリンピックアードで出された日本記録

2017.1 - 2021.12 東京大会*	
男子	100m 800m 1500m 10000m マラソン 110mH 3000mSC 4×100mR 4×400mR 20kmW 50kmW 15種目
女子	走高跳 走幅跳 砲丸投 円盤投 15種目 1500m 5000m 10000m マラソン(単独) 100mH 20kmW 円盤投 やり投 七種競技 9種目
2013.1 - 2016.12 リオデジャネイロ大会	
男子	800m 5000m 10000m 4×100mR 20kmW 砲丸投 十種競技 7種目
女子	200m 4×400mR やり投 3種目
2009.1 - 2012.12 ロンドン大会	
男子	4×100mR 50kmW 砲丸投 3種目
女子	200m 4×100mR 400mH 棒高跳 4種目

\*1年延期のため5年間

競技会は3,364大会でしたが、1,644大会へ減少し、そこでの感染者報告は1名でした。また、219大会が予定されていたロードレースは101大会へ減少し、そこでの感染者報告は2名でした。このデータを公表し、対策を取ればスポーツは感染を助長するものではないことを主張しました。

コロナ禍による競技会や各種スポーツイベントの延期・中止、それらに伴うスポンサー離れも見られ、多くの競技団体では2020年度、2021年度は大幅な収益減となりました。本連盟も多分に漏れず、収益は大幅減となり経営基盤は揺らぎ、多くの活動を中止したり、委員会の一部の機能を停止させたりするという厳しい状況が続きました。

#### 東京2020の成功と課題

東京2020では、コロナ感染のクラスターを発生することなく、全競技を無事に終えることができました。アスリートたちの活躍が国民の興味・関心につながり、東京2020を応援する気持ちや支持も高まってくると信じていました。その期待通りに、コロナ禍によって希薄になっていたスポーツの魅力を、本大会は再び輝くものにしてくれました。世界中が「スポーツを行っている場合ではない」という雰囲気覆われていた中、アスリートのひたむきな取り組みがスポーツの価値を取り戻す大きなきっかけとなったと言えます。

この世界的なコロナ禍の混乱の状況下で、オリンピックを通して元気をもらったり、活力を得られたりした方はたくさんいたと思います。それだけではなく、「観る」スポーツが「する」スポーツや「支える」スポーツへ伝播していくことでしょう。

反面、強く考えさせられたこともありました。それは、ソーシャルメディア（SNS）の存在です。SNSにより世論が思わぬ形で作られていく、特に影響力のある人による無責任なSNS発信で、事実とは異なる情報、根拠に欠ける見解が独り歩きする怖さを感じました。

例えば、東京2020の開催前では、「スポーツはコロナを拡散する」「スポーツをやっている場合ではない」といった発信が世論を形成してきた側面もあったと思います。それにアスリートが巻き込まれてしまうのは本当に遺憾でした。一部の偏った声が、偏った世論を作ってしまうことの理不尽さに対しては物申すことが必要であるし、アスリートがメンタルケアをいつでもどこでも気楽に受けられる環境作りを、スポーツ界として重視する必要性も感じました。



# 2 Post TOKYO 2020 JAAF VISIONそしてREFORM

東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会を終え、スポーツ界は新たなステージを迎えました。オリンピック・パラリンピックのレガシーを大切に、アスレティックファミリーの皆さまとともに、未来に向かって新たな陸上競技の魅力や価値を見出しながら発展的なステージを創出していくことを目指していきます。加えて、多くの人が参画する陸上競技のさまざまな活動で、多くの社会的な課題を解決することができれば、陸上競技の価値をより高いものにすることができます。

2017年には、陸上競技の特性や価値、そして移りゆく世の中の状況を予想しながら、『JAAF VISION 2017』を発表しました。そこでは、アクティブなライフスタイルを送ることを目的とする活動を「ウェルネス陸上」と定義し、これまで注力してきたトップアスリートの競技力の向上、および青少年の健全な育成を目的に掲げて行っている活動である「競技陸上」との2本の柱を立てました。図2には、2本の柱のミッションとビジョンを明示しています。

「競技陸上」では、その国の総合競技力を示すレーシングテーブルを指標として、2028年には世界のトップ8、2040年には世界のトップ3 & アジアのNo. 1 を目標にしています。「ウェルネス陸上」では、競技会参加者、ランナー、審判、指導者等からなるアスレティックファミリーを2028年には150万人、2040年には300万人にすることを目標に掲げています。加えて、2040年には陸上競技やランニングを楽しんでいる人口を2000万人に増やすことを目指しています。

スポーツ基本法に謳われている「スポーツは、・・・国民が生涯にわたり心身ともに文化的な生活を営む上で不可欠なもの」になれば、健康寿命の延伸やスポーツを通じた地域の活性化にも結びついてくるでしょう。図3は、この2つの陸上の位置付けをCanadian Sport for Lifeが示している LTAD (Long term athlete development) の考えを踏まえてイメージした概念図です。目的の異なる2つの陸上を別々のものとみなすのではなく、1つの枠の中で、「連続するもの」「融合するもの」として捉えて

図2 JAAF VisionとMission



います。

上述の中長期計画におけるミッションとビジョンを達成するための取り組みの方向性を明確にした上で、より短いスパンでのアクションプランを作成することが求められます。そこで、『JAAF VISION 2017』を達成するための具体的なアクションプランである『JAAF REFORM』をこの3月に公表しました。このREFORMは、新たなステージへの挑戦をテーマに、「未来に輝く人材育成と、感動体験の提供」を目指しています。中長期計画で取り組むアクションは13項目ですが、それらは相互に強い関係にあり、輝きを放つ強固なダイヤモンドを形成しています(図4)。ここでは、陸上競技を身近に幅広く親しんでいただくを目指しているために、「陸上競技」ではなく、「陸上」という呼称を用いています。

## 進行している具体的な取り組み

ダイヤモンドを形成する「ウェルネス陸上の実現」「人材育成」「国際競技力の向上」「基盤コンテンツ」の4つのカテゴリーの中心に位置するのが、「人材育成」です。

ここでは、「人材育成」の具体的な項目である「アスリート育成」と「指導者養成」について、進行中の取り組みを紹介します。

①アスリート育成  
競技団体のエンジンは「アスリートの活躍」であることは普遍です。国際競技会等におけるアスリートの素晴らしいパフォーマンスやひたむきに競技に取り組む姿には、スポーツの力や尊さを感じることでしょう。これらの感動体験が子どもたちのスポーツやアスリートに対する憧れの醸成につながる事が期待できます。「スポーツをやってみようかな」「何かに挑戦してみようかな」といった思いが生じ、スポーツに参画するきっかけになるような循環を構築することができれば、スポーツの発展にもつながります。そのためには、アスリートが人間力に優れ、「憧れられる」存在であることが大切です。

図3 競技陸上とウェルネス陸上

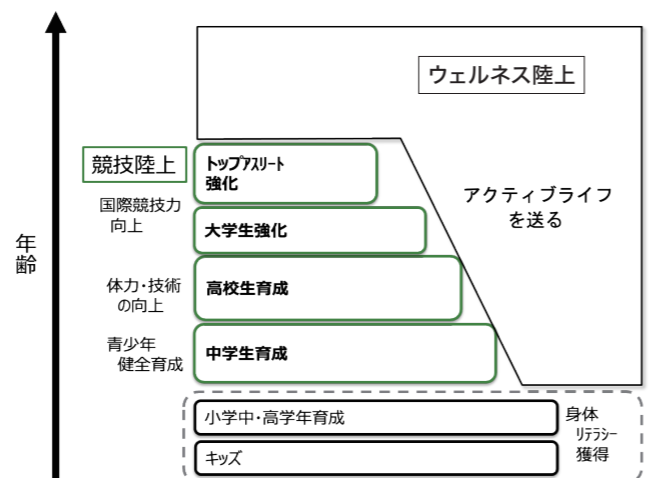
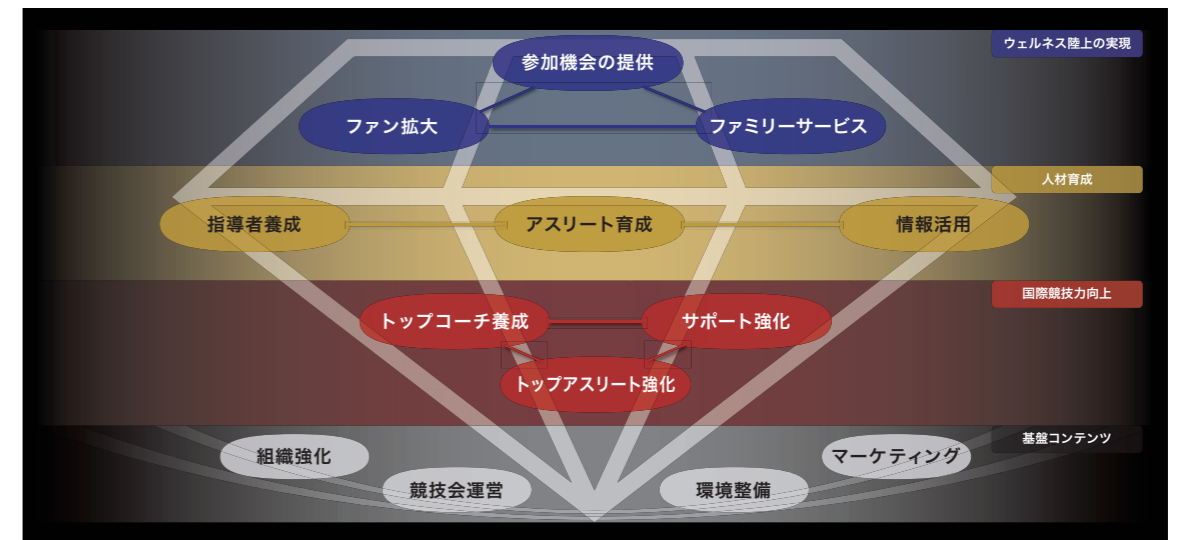


図4 中長期計画におけるダイヤモンドコンテンツ



この憧れは、競技人口の増加、アスレティックファミリーの増加へとつながり、そしてそれは本連盟のミッションのもう1つの柱、ウェルネス陸上の発展につながっていくことでしょう。ひいては、それがアスリート育成を支えていくことになります。このサイクルがうまく回れば、マーケティング等にも良い影響を及ぼし、組織基盤も強固なものになっていくと考えられます。

2018年には、「一人でも多くの人が陸上競技を楽しみ、そして関わり続けること」をスローガンとする競技者育成指針を発表しました。この理念は、陸上競技愛好者を増やすことに貢献するだけでなく、長く陸上競技に取り組むことで個々が有する潜在力を出し切ることにつながるために競技力の向上に資することにもなります。

この指針では競技者の育成のプロセスにおいて、身体だけではなく精神の成長を促すように、「現状と課題」および「育成の方向性」を鑑み、発育発達の状態を考慮した6つのステージ別の指針を明確にし、スポーツ及び陸上競技への具体的な取り組み方を提示しています。

この競技者育成指針の理念に沿って、進めている施策の1つが発育発達に沿った競技会の設定です。現状では、本連盟主催の競技会、協力団体関係の競技会、加盟団体である都道府県陸上競技協会が主催する競技会、その他にも大学や地域が開催する競技会などを合わせると、国内には約3,500の公認競技会(ロードレースは除く)が存在します。競技会の開催日程は、各々の団体が決定するために、多くの競技会がある期間に集中することで、選手に大きな負荷をかけていることが危惧されています。また、早期専門化や過度のトレーニングを助長するような競技会形態や競技種目を採用している競技会も存在します。これらがアスリートのスポーツ障害やバーンアウトを導き、競技生命を短くしていることが危惧されます。

### ②指導者養成

指導者養成は、競技者育成と一対として考えて重点的に取り組んでいく必要があります。これを推進するにあたっては、2021年に発表した『指導者養成指針』がその方向性を示しています。競技者育成指針で謳っている「一人でも多くの人が陸上競技を楽しみ、極め、また少しでも長く続け、関わること(みる、支えるなど)」を牽引できるのは指導者なのです。そのためには、指導者の質を高めていく取り組みが必須です。

今後、子どもたちのスポーツ活動の場面は、学校から地域に

も拡大していくことが予想されます。地域スポーツクラブ、スポーツ少年団、そして学校運動部におけるスポーツ活動を子どもたちにとって充実したものにするためには、安全で効果的な指導ができる指導者を養成する必要があります。こういった背景から日本陸連では、2022年度から『JAAF公認スタートコーチ』資格を新設し、指導者養成の拡充を図っていきます。

\*

今後、指導者の活動は「競技陸上」だけではなく、「ウェルネス陸上」にも広がっていくことでしょう。ウェルネス陸上では、幼少年期から中高年齢までのスポーツライフステージに応じて楽しみややりがいを追求するを展開することが求められます。例えば、目的意識やレベルの異なる多様なランナーを対象に走ることの面白さ、パフォーマンスを高めるためのフォームやペース、トレーニングを指導することになるでしょう。これらが陸上の本質的な価値や楽しさを伝え、アスレティックファミリーの拡充につながることを期待します。

また、日々成長していく対象に対して人間的な成長と競技力の向上を多面的に支援するために、指導者は常に学び続ける必要があります。日本陸連や都道府県の陸上競技協会は、学び続けられるような環境を整備し続ける努力を続けなければなりません。

2011年8月に施行されたスポーツ基本法の前文の冒頭に、「スポーツは、世界共通の人類の文化である」という一節があります。国民が当たり前スポーツを文化と考えることがスポーツの地位の向上につながり、スポーツは真の発展を遂げていくこととなります。スポーツの真の発展に「陸上」は貢献していきます。

