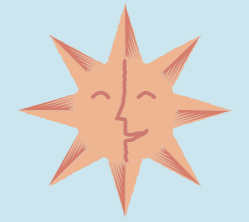
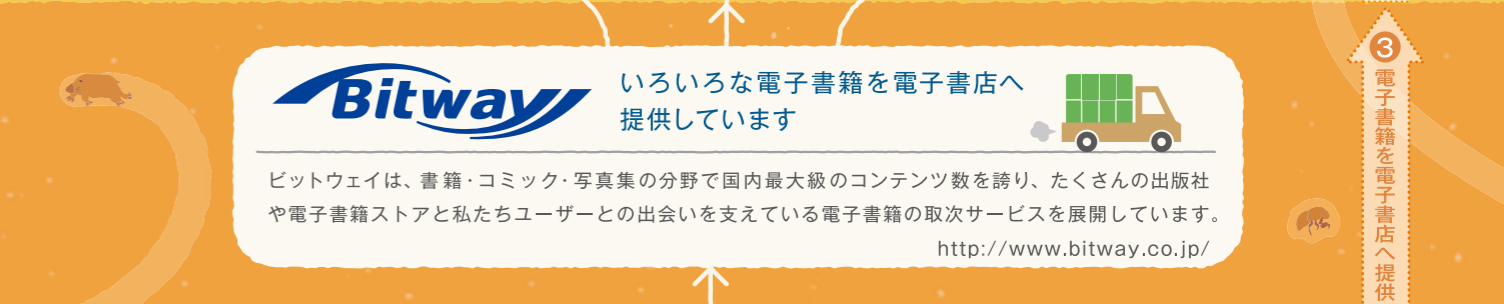


電子書籍の未来が育ち始めています。

お気に入りの雑誌や小説、人気の写真集や話題のエッセイ、
本は私たちを楽しませてくれる大切な存在です。
そんな本とのつきあい方がいま変わり始めています。
スマートフォンやタブレットで身近になってきた電子書籍の世界。
意外と知られていないその裏側をのぞいてみましょう。



- 5 読者
- 4 電子書籍をインターネット等で販売
- 3 電子書籍を電子書店へ提供
- 2 本を電子書籍へ変換し、具体的なビジネスへ展開
- 1 本を企画



TOPPAN 3つの力で電子書籍の未来をサポート

たくさんの可能性が詰まった電子書籍の世界。トッパンは、テクノロジー×クリエイティブ×プランニングの3つの力で、もっともっと楽しい電子書籍の未来を叶えていきます。

1. テクノロジー	2. クリエイティブ	3. プランニング
あらゆる本を電子書籍に変換	本にあたり驚きを	電子書籍を一人でも多くの人へ
本を印刷するだけでなく、電子書籍としても楽しめるように、最新のデジタル化技術を完備した「コンテンツファクトリー」が、本のおもしろさを支えています。	紙でつくられたものをそのまま電子化するだけでなく、動く絵本や音の出る小説など電子書籍ならではのあたらしい楽しさをつくりだしています。	いろいろな会社とのつながりを持つトッパンが、ひとつの書籍が誰かの手に届くまでのストーリーを考え、素敵な本との出会いを支えています。
本の印刷や電子化に対応	動きや音をつけて演出する	電子書籍をビジネスの場へつなぐ
http://solution.toppan.co.jp/service/ebook.html/		



hito*yume
インタビュー

巻頭特集

小原日登美



ロンドンオリンピックの女子レスリング48キロ級で見事、金メダルに輝いた小原日登美選手。
全日本選手権、世界選手権などで幾度も優勝を重ねた世界のトップ選手ですが、
その競技人生は平坦なものではありませんでした。
何度もくじけそうになる中で、小原選手がレスリングを続け、栄冠を勝ちとることが
できたのはいつか、子ども時代の思い出なども交えてお話をうかがいました。

【おぼろひとみ】
1981年、青森県八戸市生まれ。旧姓・坂本日登美。小学校3年生からレスリングを始め、全日本選手権、世界選手権など数々の栄誉に輝くが、自身の階級がオリンピック種目として採用されず、オリンピックのみ無冠の不運が続く。2012年ロンドンオリンピックでは女子48kg級で優勝。

photo:自衛隊体育学校、AFP=時事

小原日登美選手の金メダルへの歩み

- 1981年 青森県八戸市に生まれる。
- 1990年 ちびっこレスリングを始める。
- 1998年 全国高校選手権50kg級で優勝。
- 1999年 全日本女子学生選手権51kg級で優勝。
全日本選手権51kg級で優勝。
- 2000年 国際レスリング連盟の女子ベスト選手に選ばれる。
- 2001年 女子レスリングがアテネオリンピックの正式種目に決定したが、51kg級は設定されず。
左ひざを手術。右ひざも故障。
- 2002年 オリンピックを目指し55kg級で全日本選手権に出場したが、吉田沙保里選手に敗れる。
- 2003年 自信を失い八戸に帰り、3カ月間家に閉じこもる。
- 2004年 51kg級で復帰。
カナダカップ51kg級で優勝。
ワールドカップ51kg級で優勝
- 2005年 アジア選手権51kg級で優勝。
世界選手権51kg級で優勝。
- 2006年 世界選手権51kg級で優勝。
- 2007年 世界選手権51kg級で優勝。
北京オリンピック出場を目指し55kgに上げて出場した全日本選手権で、再び、吉田沙保里選手に敗れる。
- 2008年 世界選手権51kg級で優勝。
現役引退を発表。妹・坂本真喜子選手のコーチに。
- 2009年 坂本真喜子選手が引退したため、再び現役に復帰(48kg級)。
- 2010年 全日本選手権48kg級で優勝。
腰の故障に苦しむ。
世界選手権48kg級で優勝。
アジア大会48kg級準決勝で敗れる。
- 2011年 世界選手権48kg級で優勝。
全日本選手権48kg級で優勝し、ロンドンオリンピック出場を決める。
- 2012年 ロンドンオリンピック48kg級で優勝。

ずっと勝てなかったから レスリングを続けられたのだと思う。

レスリングだけでなく人間に大切なことを教えてもらいました

ロンドンオリンピック・女子レスリング48キロ級の金メダル、おめでとうございます。レスリングを始めたのは小学生のときだったそうですね。

小学校3年生のときです。家の近くに「ちびっこレスリング」の教室ができたのがきっかけです。弟がやってみたというので一緒に行ってみると、道場のようなところで体操やマット運動をやっていた、なんとなく「おもしろそうだな」と思って私もやってみることにしました。

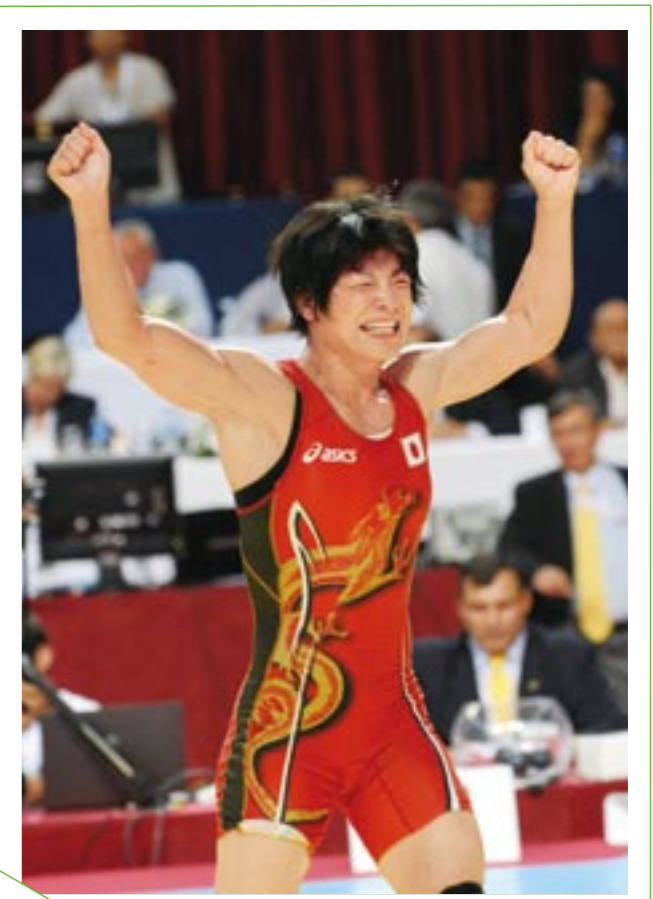
入会して次の週に行ってみると、実際に組み合うタッグの練習が始まって、「あっ、えーっ、こんなことやりに入ったんじゃないのにー」と思ったことを、今でも覚えています。

それでもやめなくて続けたのは、レスリングの魅力にひきつけられたから……と言いたいところですが、残念ながらそうとは言い切れない部分もあります。その教室はレスリングばかりではなく、夏にはキャンプに行ったり、冬には餅つきをしたりしていました。

高校三年生のときに全国高校選手権で優勝、その翌年には全日本選手権で優勝されたわけですが、小学生のうちからハードな練習を積み重ねられていたのでは？

そうでもないんです。小学生のうちには、練習は毎週土曜日、週に1回だけです。

あのころは他に、そろばんや習字、エレクトーンなんかも習っていたので、調べてみればレスリングもそんな「習い事」の一つという意識でしたね。



2011年のレスリング世界選手権女子48キロ級決勝で金メダル獲得を決め、ガッツポーズする小原選手。

みんなと一緒にそういうことをするのが楽しくて通い続けていたという面もありますね。

あの教室に通ってよかったなと思うのは、勝負に勝つことを第一目標にしていなかったことですね。体を鍛えることと、礼儀を守ったり、きちんと挨拶したりすることの大切さを厳しく教えられました。

「五つの約束 あいうえお」というのがあって、今でも言えますよ。「あ」挨拶は聞こえるようにはっきりとする。

実は私はけっこう飽きっぽいところがあって、4年生のときに学校のバスケットボールクラブに入りたいと思ってボールとシューズを買ってもらったんですが3カ月でやめてしまい、5年生のときには卓球部に入ってラケットを買ってもらったんですが、これもすぐやめてしまいました(笑)。

それでもレスリングだけはやめなかったのは、「レスリングで世界チャンピオンになるんだ」という目標があったからだと思います。

私が4年生のとき、女子レスリング

「いいじめとけんかはしません。」
「ううそは絶対つきません。」
「え」笑顔でがんばります。
「お」お父さん、お母さんの言うことを聞きます。
これを、道場に入るときと、練習が終わったあとに、みんなですべて言っていました。

レスリングの技術だけではなく、こういう人間にとって大切なことを教えてもらったのも、あの教室だったと思います。

の大先輩・山本美憂選手が初めて出場した世界選手権で優勝されました。十七歳での優勝は史上最年少です。その頃は優勝するとティアラがもらえるのですが、山本選手がそのティアラをつける姿を見て「私も女子レスリングの世界チャンピオンになって、あのティアラをつけたい」と強く思うようになったんです。

中学校の卒業アルバムで、「十年後の自分」という欄があったんですが、私は「二十一歳で、オリンピックに行つて優勝している。そのあと、中学校の体育の先生になる」って書いてあるんです。当時はまだオリンピック競技には女子レスリングはなかったんですが、「世界のチャンピオン」に対する私の思いが、それだけ強かったんでしょうね。実際にオリンピックで金メダルをとったのは三十一歳だったので十年多くかかってしまったことになりましたが、がんばれば夢はかなうんだなって、自分のことながら本当に思います。

小学生が世界チャンピオンにあとがれることはよくありますが、その夢をずっともち続けることができたのは、どうしてですか？

支えてくれる人がいるという心強さ

夫の小原康司と入籍したのは、2010年のアジア大会直前のことです。翌年の世界選手権からは、選手としての登録名も「小原」に変えました。結婚や登録名の変更はオリンピック後のほうがいいんじゃないかと悩みました。でも、私の最大の夢はオリンピックで勝つこと。それに比べたら結婚の時期をいつにするかなんて小さなこと……と考えるようになり、結婚を決めました。

結婚すると、練習だけに集中というわけにはいきません。でも、精神的にそばで支えてくれる人がいたということは、本当によかったと思っています。



夫の小原康司さんと、訪問先の宮古市にて。

将来は体育の先生になるつもりでした

小原選手はこれまでの競技人生の中で2回、現役から離れ、コーチなどを経験されました。そういったことを通して、人を教えるということについて、どんなお考えをおもちですか？

実は私はずっと、学校の先生になりたいと思っていました。

さつき中学校の卒業アルバムの話でしたが、実は続きがあって、オリンピックで優勝したあとは、中学校の体育の先生になるって書いています。「オリンピックの金メダル」と「学校の先生」が、当時の私の夢だったんです。

学校の先生になりたいと思ったのは、やっぱり学校やレスリング教室の先生の影響が大きかったと思います。もちろん両親からも多くのことを教わりましたが、私の場合、礼儀や、簡単にはあきらめないという姿勢など、レスリングを通して教わったことがたくさんありました。先生自身がレスリングを楽しみながら、子どもたちと同じ目線でいながら、いいことはいい、悪

青森県八戸市で開かれた「オリンピックデー・フェスタ in ぬがづか」でレスリング教室の子どもらを指導する小原選手。



「勝てなかったから」だと思います。小さいうちから強かったと思われがちですが、小学校のときには一度も大会で優勝したことがないんです。だから「次こそは勝ちたい。次こそは、次こそは……」という気持ちでどんどん強くなっていきました。

私のまわりには小さい頃から勝つことができて、それで満足してやめてしまった人が何人もいます。私は反対に勝てなかったから、勝ちに対して貪欲になっただけだと思います。

もう一つ、周囲の人々の力も大きいですね。

いちばん影響が大きかったのは父です。「やればできる。いま勝てなくても、あきらめなければ夢はかなう」と、ずっと言ってくれました。その言葉でその気にさせられていた気がします。

レスリング教室の先生たちにも支えていただきました。「試合に負けたからダメだ」と否定されることはなかったし、勝つこと以前にがんばることが大事なんだと言っていたいました。だからたとえ勝てなくても、負けたことで自信を失わずに、「勝ちたい。レスリングを続けたい」という気持ちを持ち続けることができたのだと思います。

「オリンピックに出たら、先生、応援に行くからな」

小学生のときは、どんなお子さんだったんですか？

おしとやかなタイプではなかったですね(笑)。男の子とけんかしたりもしました。まだまだ女子レスリングが一般的ではなかったので、「女のくせに」とからかわれて、言い返したり、思わずたたいたこともあったり。そんな女の子でした。

いことは悪いと、はつきり言っていたいただきました。そんな先生の姿を見ながら「先生はすごいな。いつか自分も、子どもたちが生きていく中で何か影響を与えられる先生になりたいな」と思っていました。

私自身、少しだけですが子どもたちを教えた経験があります。

大学生の頃、年末に故郷の八戸に帰省したときに、私が通っていたレスリング教室の合宿で、小学生から中学生までの子どもたちを任されていたんです。毎年、クリスマスにはその合宿で子どもたちと一緒にクリスマスケーキを食べるのが恒例になっていました。

もともと子どもが好きだったので、毎年楽しみにしていました。その一方で、子どもたちを教えるのは大変なことなんだなと感じていました。

子どもって、純粋な気持ちで、正直に



札幌市にある北海道立こども総合医療・療育センターを訪問し、子どもたちとふれ合う小原選手。

た。

でも、からかわれても、そんなに嫌な気持ちはしませんでしたね。それだけ私のレスリングに対する思いが強かったということもありますし、からかう男の子たちも、今のいじめのように陰湿じゃなくて、カラッとしていますから。子どもどうしのコミュニケーションだったんだと思います。

五、六年生のときの担任の三笠勝彦先生とは、今でも連絡をとっています。「継続は力なり」という言葉をよくおっしゃっていたので、私も「コツコツやるのが力になるんだな」と、小学生なりに思っていました。

どういう経緯だったか思い出せないのですが、三笠先生がある日の給食の時間に「日登美がオリンピックに出たら、先生、応援に行くからな」とおっしゃったことを、いまだに覚えています。

残念ながら実際にオリンピックの会場に来ていただくことはできなかったのですが、優勝が決まるとすぐに携帯電話にお祝いのメッセージをいただきました。また、帰国後の祝勝会には、わざわざ八戸から上京して出席していただき、ついに先生の期待に応えられたんだという喜びを、改めて感じました。

ぶつかってくるんですよね。それを教える側も真剣に受けとめない子どもにも伝わってしまう。自分を隠さずに出して、ダメなことはダメって言いながら一緒にがんばる。そうやって自分自身も一緒に成長していかないと、子どもたちを教えることはできないんだということがわかりました。

じゃあ、大人を教えるレスリングのコーチのほうが簡単なのかというと、そうではないんです(笑)。

小さい子どもには、ああしなさい、こ
うしなさいと言えますが、相手が大人
の場合、本人なりの考え方もあるので、
一方的に押しついたり、考えを否定し
たりすることはできません。個性を伸
ばしつつ、それでいてこちらの考えも伝
えなければならぬし、そのあたりが
とても難しかったです。

ただ、「こうやりなさい」という場
合、教える側が本当にそれがいいと
思っていないと決して相手に伝わらな
いし、いい結果に結びつかないという点
では、大人に教えるときも子どもに教
えるときも同じだなと思いました。

**コーチを経験されたあと、再び選手
に戻られましたか、ご自身の中で、
コーチを経験する前後で変わったこ
とはありますか？**

「選手のうちが華なんだ」ということ
は、つくづく感じました。

コーチを経験するまでは、「選手がい
ちばん苦しい」と思っていました。でも
考えてみると、選手は自分自身のため
に自分で努力すればいいんです。自分
が勝ちたいと思ったら、それだけ自分
でがんばる。もし自分の努力が足りな
ければ優勝できない……とはつきりし

ています。

ところがコーチをはじめとするスタッ
フの皆さんはそうじゃない。いくら選
手を勝たせたいと思って努力しても、
肝心の選手ががんばってくれなければ
努力は実らない。自分だけがやればい
いっていうことじゃないんですね。

選手の気持ちを奮い立たせて、目標
に向かわせて、そしてなおかつ結果に
結びつけなければならぬのですか
ら、本当に難しいことです。

コーチを経験してからは、選手とし
ても「自分が苦しいときには、支えて
くれているみんなも苦しいんだ。自分
が勝つてうれいときにはまわりも同
じくらいうれいし、悩んでいるときに
はみんなも悩んでいるんだ。自分だけ
じゃないんだ」と思えるようになりま
した。

だから、苦しいときもがんばること
ができたし、みんなが支えてくれて、つ
らいときもみんなが分かち合ってくれ
たから、オリンピックに行くことができ
たんだと考えています。ロンドンオリ
ンピックの金メダルは、私だけではなく、
私を支えてくれたみんなでとった金メ
ダルなんです。

「たんだ」と言うことができます。そう
いうこともあって、オリンピックに出る
んだ、そして金メダルをとるんだとい
う気持ち、ますます強くなりました。

**アジア大会で負けたことの悔しさを
バネにしてがんばろうということでは
なく？**



オリンピックからの帰国後に行われた日本選手団の祝勝パレードにて、63kg級金メダルの伊調馨選手と。

**オリンピックで勝ったのは
反省点に気づくことが
できたから**

ロンドンオリンピックで優勝するま
で、小原選手は世界トップの実力が
ありながら、いくつもの苦労を重ね
られてきました。特に2010年の
アジア大会では準決勝で敗れ、自
身のもつ世界大会七十連勝という記
録がストップしてしまいました。オ
リンピックの選考も近づく中で、
シヨックだったのではないでしょ
うか？

そうですね。本当に悔しかったし、い
ろんなことが怖くなったという気持ち
もありました。

試合に臨むまでは、まわりも自分も
「負けるはずがない」って思っていま
した。ですから負けてしまったときに
「自分でも負けるんだ」ということを
改めて感じて、それが怖さにつながっ
たんだと思います。

そのときに考えたのは、「アジア大
会で負けてよかったと思えるのは、オ
リンピックで金メダルをとったときだけ
だな」ということです。
負けたには必ず理由がありま

悔しさをバネにして——ではないで
すね。それならば、日本選手権や世界
選手権で勝てば、多少満足してしまっ
ていたかもしれません。でも「アジア大
会で負けたから、日本選手権や世界
選手権で勝てたんだ」とは思えない。
やはりオリンピックで勝つてこそ、アジ
ア大会で負けたことの意味があるん
だと思いました。

**つらいときには
家に閉じこもらずに
外に出てみよう**

最後に、小学校の子どもたちにメッ
セージをいただけますでしょうか。

今の子どもたちは、私が子どもの頃
に比べると、外で遊ぶ機会が減っている
ように見えますが、とても残念なこと
ですね。

外に出ると、天気がよくて気持ちがい
いとか、花が咲きだしたから春がき
たんだなとか、寒くなってきたからも
うすぐ冬だなとか、自然を感じ、自然
から力をもらうことができます。

十年ほど前、全日本選手権で吉田
沙保里選手に負けて自信を失ってし
まった私は、故郷の八戸に帰り、三カ月

**「負けてよかった」と言えるのは、
オリンピックで勝ったときだけだと思った**

間二歩も家から外に出ないで暮らし
たことがあります。ひどく落ち込
み、心にふたをされてしまったような
気持ちがありました。
心配した家族が外に連れ出してく
れたとき、ああ、なんて気持ちがいいん
だろうと感じ、そのことをきつかけと
して、少しずつ立ち直っていくことがで
きました。

嫌なことがあったとき、つらいとき、
悩んでいるとき、つい家の中に閉じこ
もってしまうがちですが、ぜひ外に出
て、自然の気持ちよさを感じてくださ
い。

友達もいっぱいつくってください。私
は今まで、たくさんの友達に支えられ
てきました。人間は一人では生きてい
けません。私も、オリンピックで金メダ
ルをとるまでの間に、苦しいときこそ
みんなが助け合って前に進んでいかな
ければならないんだと、改めて思いま
した。もちろん、近くに苦しんでいる人
がいたら助けてあげてください。

そんな、お互いに助け合うことで
きる友達や家族を大切に、そして
何より自分自身を大切に、がんば
ってほしいと思います。