

3度目の東京パラリンピックでメダルを狙う シッティングバレーの絶対的エース

シッティングバレーボール日本代表

おがた し おり

小方心緒吏さん

東京都北区職員

夏季パラリンピックでパラスポーツバレー唯一の正式種目であるシッティングバレーボール。一般のバレーボールの3分の2の大きさのコートで選手が座った姿勢でプレーする以外は、一般バレーと同じ方式で得点を競うスポーツです。この競技の女子日本代表チームのエースとして、3度目のパラリンピック出場となる2020東京パラリンピックで初のメダル獲得をめざしているのが、東京都北区職員、2児の母である小方心緒吏さんです。

今回は、小方さんが10代からシッティングバレーに親しむことになったきっかけと、仕事と家庭を両立させながらの競技生活集大成として、2020東京パラリンピックにける思いをうかがいました。

バレーボールで有名な進学校へ入学 全国大会で活躍する姿を夢みて…

——シッティングバレーボールとは、どんなスポーツなのでしょう？

小方●シッティングバレーボールは、ふつうのバレーボールの3分の2の大きさのコート上で、選手はお尻を床から離さない状態でプレーすることをルールに行われるバレーボールです。ネットの高さは女子が105センチですが、それ以外の試合形式は一般のバレーと同じです。シッティングバレーは障がい者と健常者が一緒にプレーを楽しむことができる競技でもあります。むしろ障がい者のほうが動きやすいというのが特長でもあると思います。

——小方さんはバレーボールの競技経験を活かし、シッティングバレーのエースになられたと聞きました。バレーボールはいつから始められたのですか？

小方●バレーボールは10歳から始めました。本格的に競技活動をしたくて、春高バレーでも全国的に有名な文京学院大



小方心緒吏さん PROFILE

東京都北区職員（障害福祉課勤務）

1985年、足立区生まれ。

シッティングバレー女子日本代表のエースアタッカー。

10歳からバレーボールを始め、高校バレーの名門、文京学院大学女子中学校・高等学校に入学し、全国大会出場をめざす日々を送る。中学3年時に右足に骨肉腫が発覚。約1年の闘病中に右足の人工関節手術を行った。バレーの競技生活を離れたが、高校1年時に母親の強い勧めで「1回だけ」と参加したシッティングバレーの練習でその魅力に出会う。持ち前のバレー勘を活かしすぐに全日本入りし、2002年のスロベニアで世界選手権初出場。以後、日本のエースを務め、2008年北京、2012年ロンドンの2度パラリンピックに出場。2020年東京では初のメダル獲得に燃える。

2011年に結婚し、現在は5歳・3歳の2児の母として、仕事・家事をこなしながら、競技に取り組んでいる。

学女子中学・高等学校に入学しました。中高一貫教育の中、全国大会で活躍する自分の姿を夢みて部活動に勤しむ毎日を送っていました。

そのような生活の中、中学3年のとき、右足に骨肉腫が

発覚しました。すぐに入院して、最初は抗がん剤治療を約6ヵ月。そして人工関節を移植する手術をおこない、その後療養とリハビリで約半年。1年間の入院生活を送ることになりました。



熱心にインタビューに応じてくださいました

最初に告知された時はとても落ち込み、何もかもが嫌になりましたが、家族や友人をはじめ多くの方々に励まされて少しずつ前向きになり、退院したらマネージャーでもいいからバレー部に戻りたいと思うようになりました。入院中のある日、外泊許可をもらったときにバレー部の友人たちに会い「また一緒にやろうね」と話したその約束が自分の支えになっていました。入院中は病院内の学級に在籍しましたが、退院後は学校の理解を得て、高校編入という形で母校に復帰しました。

母の度重なる勧めに「1度だけ」と 応じた練習参加が運命の出会いに

——プレイヤーからマネージャーに転向されたのですね。

小方●最初は学校に通えること自体が楽しくて、自分の運命を受け入れて、やれることを頑張っていこうと思っていました。でも、毎日が落ち着いてくると、バレーをプレーできない自分に対してとてもネガティブになってしまい、友人たちの練習を眺めながらその気持ちが徐々に大きくなっていきました。そして引きこもりがちになってしまいました。

そんな私を心配した母親が、入院中に母の友人からシットティングバレーを紹介されたことを思い出し「北区の王子スポーツセンターで毎週木曜日に練習をしているみたい。シットティングバレーをやってみたら」と提案してくれました。ずっと拒否し続けたのですが、何度も何度も言われて「じゃあ1回だけだよ」と。

——それがシットティングバレーとの最初の出会いになったのですね。

小方●はい。最初に練習場を訪れたときは、コート周辺に義足がいくつか転がっている光景にまず驚いてしまいました。

そして選手の皆さんのプレーを見たとき、「障がい者ができるスポーツだけあって、簡単そうだな」と上から目線で見ていました。

——そしてその後は実際にプレーされたのですね。いかがでしたか？

小方●いざ自分もコートに座ってプレーをしてみると、思っていたようにはまったく動けない。ボールを追うことすらできなかったんです。その瞬間は、ショックというより「悔しい」という思いが強かったことを明確に覚えています。2001年、高校1年の時でした。

——小方さんのバレー魂に火がついてしまった？

小方●そうですね。悔しいから、とりあえずできるようになるまではやってみようかな、と。結局、それから毎週通うようになりました。やがて動き方がわかるようになってからは、この競技の魅力も理解できるようになっていました。始めてから2ヵ月ぐらいたった頃だと思います。

実は、最初の練習の時から指導をしてくださっていたのが、当時のシットティングバレーの全日本監督だった真野嘉久さん（現・日本シットティングバレーボール協会会長）だったんです。真野さんから、翌年に開催される世界選手権（2002・スロベニア）の代表選手選考合宿があるから参加しないか、と声をかけてもらいました。その合宿で手応えを感じる事が



シットティングバレー日本代表の仲間と



でき、翌年の世界選手権にも出場することができました。

——おそらく小方さんは、最初の練習の日から真野さんに注目されていたような気がします。

小方●当時シットイングバレーには、バレーボール経験者が少なかったで、ひょっとするとそうだったかもしれません。世界大会があると知って、私自身、とても前向きにもなれました。振り返ると、自分が意識しない間に、人との出会いにとっても恵まれていたのだと思います。

2度目のロンドンの前年に結婚 ロンドンの翌年以降に2児を出産

——最初の世界大会はいかがでしたか？

小方●17歳で初めて世界大会に出場し、日本女子は6位という成績でした。もっと強くなりたいというのが実感でしたが、そんな私を見ていた母親が本当に安心してくれていた様子が嬉しかったです。

その翌年に日本で開催されたアジアチャンピオンシップで銀メダルを獲得し、次の2004アテネパラリンピックに女子シットイングバレーが新正式種目に追加されることになっていたので、当然のように初のパラリンピック出場を最大の目標にしました。でもアジア予選で中国に負けて出場権を得ることはできませんでした。



素敵な笑顔で熱い思いを

アテネの本大会ではその中国が金メダルを獲りました。出場した男子選手からそのときの様子を聞いて、「次の北京は絶対に出場しよう!」と燃えました。

——そして、いよいよ2008年の北京ですね。

小方●北京の出場権は早々に得ることができたのですが、当初はなかなかパラリンピックに出場するという実感がわかなかったんです。大会が近づいたある日、パラ日本選手団の結団式で着るスーツが自宅に届いて、それを試着してからは一気に気持ちが高まっていきました。パラリンピックは試合用ユニフォームも、礼装も、選手村でのウェアもすべて協会から支給されるので、ふつうの国際大会とはまったく違う環境の中で、気合の入り方も格段でした。

ただ北京本番で体験したのは、パラリンピックで1勝することがこんなにも大変であるということでした。結局0勝で8位という成績は、とてもショックでした。

実は、右足の人工関節がシットイングバレー競技の影響から負担がかかり、交換のために2回の手術を受けていました。再度不具合が生じたら、手術はあと1回だけ、その次は切断する可能性が高いといわれていたこともあり、家族から「パラリンピックのような真剣勝負の活動は、北京で一区切りにしてほしい」といわれていた背景もありました。でも、「この成績でやめるわけにはいかない」というのが本音でした。

——その4年後、2度目のロンドン出場を迎えられました。

小方●ロンドンの前の年に結婚をしました。夫も競技生活を応援してくれると言ってきて、出場への不安はなかったのですが、人工関節のことを考えて、日々の練習は以前に比べて控えめにして、合宿時のみ集中してトレーニングを行いました。





強烈なスパイクを放つ小方選手



巧みにボールを操る小方選手

2度目のロンドンは「絶対に勝ちたい」という強い思いで臨んだ大会で、結果的になんとか1勝はあげられましたが、7位という成績に終わりました。

ロンドンの翌年以降、2人の子どもにも恵まれ、その後は競技を離れる生活を選択することにしました。

日本女子チームは2016年のリオデジャネイロ大会のアジア予選で残念ながら敗退し、3回連続のパラリンピック出場にはなりませんでした。

シットینگバレーの魅力を 東京で一人でも多くの人々に伝えたい

——2020東京が、小方さんの復帰を待っていたといえるかもしれません。

小方●なんとしても自国開催の2020大会は代表選手として出場したい、そんな思いを胸に、一昨年の8月に競技に復活する道を選びました。

でも、仕事と子育てを両立しながら競技生活を続けるには、家族の理解が欠かせません。とくに私が合宿で家を空ける間は、夫の負担が大きくなります。我が家には義母も同居していますが、義母の協力と支援がなければ、続けられてはいなかったと思います。

2020年には、2人の子どもは7歳と5歳になります。シッ

ティングバレー選手としての私のことを、今よりずっと理解してくれるだろうし、競技する姿も記憶してくれるにちがいない、そんな期待が今の私の大きなモチベーションになっています。

これまでの2度のパラリンピックでは、思うような成績を残せませんでしたが、やはりパラリンピックは他の大会とはまったく別物であり、試合会場に入った時の誇らしい気持ちは、例えようのないものです。

高校生の頃を思い出すと、シットینگバレーがこれまでの私の人生の一部になっていることに、正直驚いてもあります。

——自国開催の東京では、ふだん観戦できなかった多くの
人々の大声援が予想されます。

小方●お世話になった方々をはじめ、知人や友人はもちろんですが、それに加えてまだシットینگバレーのことをあまりご存じない多くの人たちに、ぜひ私たちのプレーを通じて、この競技に興味をもっていただきたいと、それを強く願っています。

そのためには、代表としてあるべき姿をさらに自覚する必要があります。また、健常者のみなさんも一緒にプレーできるシットینگバレーの普及のための活動にも力を入れていかなければいけないでしょう。

こうして、私が競技に復帰して2020東京を目標にできるのも、職場の大きな理解と協力があるからこそだと感謝しています。とくに国際大会などで長期出国する際には、組合による諸制度も適用していただき、競技に専念できることは本当にありがたいことだと思っています。

せっかくの自国開催です。一人でも多くの声援をいただければ力強いことこのうえないのはもちろんですが、みなさんには是非より多くの会場に足を運んでいただき、パラリンピックの楽しさを満喫してもらえればと思います。

そのうえで、メダルを獲得した私たちが、みなさんに感動を与えることができれば本当に最高です。

——本日は、どうもありがとうございました。ご健闘をお祈りしています



児玉北区職労委員長と組合員のみなさま