

＜H24 年度第 1 回自転車セミナー＞報告書

日 時：平成 24 年 6 月 22 日（金）18:00～19:30

場 所：日本自転車会館 3 号館 11 階 （財）日本自転車普及協会会議室
（東京都港区赤坂 1-9-3）

講 師：栗村 修氏（宇都宮ブリッツェン監督）

テ ー マ：「地域密着型チームの誕生とその歩み」

＜要旨＞2009 年に栃木県宇都宮市に誕生した地域密着型の自転車ロードレースチーム宇都宮ブリッツェン。ロードレース後進国の日本に於いて、これだけの短期間で高い知名度と実力を身につけたチーム運営とは？資金力や科学的トレーニングをも凌駕した“モチベーション”という名の武器についてご講演いただきました。

◆宇都宮ブリッツェンの誕生と活動コンセプト

・パワーポイントによるチーム紹介

宇都宮ブリッツェンが誕生した背景には、国内最大のレースであるジャパンカップの存在が大きい。宇都宮ブリッツェンの発足と同時に市民の目がロードレースに向けられ、地元メディアにも取り上げられるようになり、ロードレース、チームの知名度アップという相乗効果が生まれた。

＜レース活動＞Jプロツアー・UCI レースを戦いながら、日本国内でのロードレースの地位を高めていくこと。日本でのロードレースの普及、ロードレース界を牽引し、国内のレース環境の整備にも力を入れていく。

＜地域貢献活動＞自転車を通じて、宇都宮市・栃木県に貢献する。子供向け自転車教室「ウィーラースクール」は 1 万人を超えた。県内の子どもたちの安全を守るという意味においても積極的に活動している。行政とも協力し、自転車走行環境の改善の啓発に取り組んでいる。市内では自転車専用道路が徐々に伸びている。市が税金を投じた「宮サイクルステーション」は、シャワールーム、レンタサイクル、トレーニングルームなどが完備され、スポーツバイクのセミナーなども行っている。

＜サイクルイベントの開催＞サイクルピクニック、桜・さくら・SAKURA サイクリングの自主開催、那須高原ロングライド、ツール・ド・NIKKO など県内の大型サイクリングイベントもコラボレーションするなどレース以外の活動にも力を入れている。

◆運営会社及びチームの基本的な活動理念

・規律型か？自由型か？ ⇒ 宇都宮ブリッツェンはベンチャー企業、褒めて伸ばす。

サイクルスポーツマネジメント株式会社がチーム運営を行っている。たくさんの失敗を繰り返してきたが、失敗に対してのリアクションが大きすぎなかったことがよかった。

◆人材確保について（チームにとっての財産である選手をどう集めるか？）

- ・旬な選手の獲得は困難？ ⇒ 実績及び可能性のある選手は契約金が高額かつ条件の良いチームを選ぶ傾向。

実績のないチームが選手を集めるのは困難。実績のある選手、可能性のある選手は契約金が高額となり、選手は条件の良いチームを選ぶ。

- ・株式投資と一緒に？ ⇒ 他者が気づいていない能力（価値）を見抜く力（リサーチ力）を養う。

宇都宮ブリッツェンは、スランプに陥っている選手、大けがをしてしまった選手、何らかの原因でリザルトを残せていない選手を探す必要があった。

- ・4番バッターを揃えても勝てない？ ⇒ 選手のフィジカルタイプによる組み合わせは重要。

強い選手をそろえても時間が経つと成績は出なくなる。選手のフィジカルタイプ、クライマー、スプリンター、アシストに向いている選手をバランスよく獲得する必要がある。

- ・“気”は伝染する？ ⇒ 集団化した時の相性及び人間の性質（グループ心理）の研究。

選手の性格、相性を注意深く見る。選手の行動、発言、チーム内の状況をリサーチし、組み合わせを考える。ポジティブ、ネガティブな思考や発言は、集団内ではウィルスのように感染する。選手がネガティブなことを口に始めた時に、それを排除するのではなく、それを超越するポジティブなものをチーム内に伝染させ中和させる作業を行う。コミュニケーションは大切であり、人間関係を注視しながらチームを設計する。

◆設計したチームのチューニング（モチベーションの最大化）

- ・なぜ活動するのか？ ⇒ 目標や価値の明確化、チーム内だけではなく外部に対しても積極的な配信作業を。

現在のチームの力量から大きく逸脱していない目標をたてる。誰が聞いてもある程度簡単に理解できて納得できる目標を設定する。高い目標の設定は、現実性がなく、進化を止めてしまう可能性がある。

- ・仲良しとはちがう？ ⇒ お互いの長所を尊敬しあえる環境づくり、信頼関係の構築。

気の合う人間、合わない人間がいる。ブリッツェンにスカウトした選手は長所があり、チーム構成も各自が各スペシャリストであり重複していることが少ない。各選手のプラスの部分を尊敬し合えるように、普段から言葉をかけるようにしている。プロ精神をチーム内で築き上げる。

- ・全ては個人の利益？ ⇒ チームとしての成功は最終的に個人の利益へ、For The Teamの意味。

自分勝手な行動はできない。仕事ができる選手はチーム内だけでなくチーム外でも評価される。チームの成功は選手に返ってくることを繰り返し言っている。

- ・言葉の威力と脅威？ ⇒ 人によって違う言葉の使い方や受け取り方に細心の注意を払う。

人によって言葉の使い方、受け取り方が違う。すべての選手に同じ言葉を使わず、選手により褒め方、指摘の仕方を変えている。

- ・人は褒めなければ伸びない？ ⇒ ポジティブな結果に対する評価は叱ることよりも重要。

ブリッツェンの特徴は、褒めることが多いチーム。自身も叱ることはなくそこだけを見て甘いと言われることもあるが、最大の厳しさはシーズン終了後の契約がされないことだと選手も認識している。

- ・漢方がお勧め？ ⇒ 各自が持つ心の自然治癒力をサポート。

できなかったことに対し、本人が一番傷つき、反省する。各自がもつ失敗からくる反省の気持ちを利用し、次に向かってもらう方法をとる。チーム全体にそういったものが生まれるよう心がける。非難を浴びせるのではなく、次につながるような選手同士の対話が生まれる環境作りを心掛ける。

◆全てのフェーズに価値を見出す

- ・最も価値があるのはプロセス？ ⇒ 階段を全て上り終えた先は終点であり成功とは階段一段一段に存在する。

今できることの最大限を階段一段一段にしたい。一步一步進む姿に価値を見出せば応援して下さる方々の喜びとなり、メディアにとっても一つのコンテンツとなる。プロセスに価値を見出す作業をチーム全体で設定していかなければならない。

- ・継続こそ力なり？ ⇒ 目標設定→行動→反省というプロセスを様々な時間軸で繰り返す。大きなところに上りつめるすべての原点。そこに成功と評価があり、自信を身につけていく。

◆最終的には世のため人のために

- ・キレイ事ではないキレイ事？ ⇒ 発する言葉、想う心が潜在意識を構築する。

自分の利益のために物事をすすめても上手くいかないことが多い。自分のためだけでなく世のため人のために行うことが個に返ってくるということ。

- ・他人は自分の鏡 ⇒ ロードレースとは一人では勝てないスポーツ、感謝しながらペダルを踏む。

利己的な状況が蔓延してしまうとチームもバラバラになり、パフォーマンスも下がる。支えてくれる方の力があってのチーム、活動である。他のチームに比べ大変な環境であるが、選手たちは最大限のモチベーションを使って日々活動している。感謝を忘れず、世のため人のために活動を行っている。

<質疑応答>

Q 気は伝染する…、ネガティブな発信とは？

A 日常ある愚痴、チーム運営に対する不満など。チームを良くしていくための要望と建設

的でない愚痴に対しては、区別し話すようにする。放置せず、会話を持って中和する。

Q 日本のロードレース界の発展のために必要なことは？

A チームは劇団、選手は劇団員。劇場がなければ興業は成り立たない。レース界全体の構造改革が必要。指導者の価値観が多様化し、各チームが様々な活動場所を選択できてしまう環境があり、弊害にもなっている。明確な日本のロードレース界全体のピラミッドを構築し、Jプロツアーやアジアツアーの立ち位置、ヨーロッパに向かう道筋をきちんと整理する作業を行っていく必要がある。一元化への取り組みが重要だと考える。

Q 食事と選手の体調管理について。(トレーニングメニュー、食事制限、オーバートレーニング)

A トレーニングメニューは、コーチが作成しているが、実際には選手自身が時期により内容を変えている。消費カロリーに対する摂取カロリーは気をつけている。オーバートレーニングは、最新の注意を払っているが、気にすると壁を乗り越えられず、次のステップが見えてこない。専属トレーナーがいたとしてもコントロールしきれない課題である。

Q 地域密着型チームの理想は？

A Jリーグが参考。各地域に地域主体のチームができ、地域チーム同士でのリーグ戦が開催される。各チームの理念、活動場所がバラバラに設定してしまっているのが、共通の価値と共通の目標を持ったリーグ戦、共通の形態のチームで戦う。

<セミナーの様子>



「この事業は、競輪の補助を受けて実施しました。」

「RING!RING!プロジェクト」 リンク先:<<http://ringring-keirin.jp>>

