

## <H25年度第2回「自転車セミナー」>報告書

日 時：平成25年9月3日（火）18:00～19:30

場 所：日本自転車会館3号館11階（一財）日本自転車普及協会会議室  
（東京都港区赤坂1-9-3）

講 師：浅田 颯 氏（エキップアサダ監督兼代表）

テ ー マ：「選手強化とTOJそしてその先にあるもの」

<要旨> エキップアサダ監督兼代表であり、今年5月に開催した「第16回ツアー・オブ・ジャパン」自転車ロードレースにおいて、若手主体の日本代表チームの監督も務める浅田 颯氏に「選手強化とTOJそしてその先にあるもの」をテーマにご講演いただきました。

ツール・ド・フランスに出場の新城幸也や別府史之ら30歳前後で活躍する選手。それに次ぐ世代の選手が育っていないのではないかと懸念を抱え続ける日本自転車ロードレース界。その懸念を打開するカギは若手選手に世界の走りを肌で感じさせることができる「ツアー・オブ・ジャパン（TOJ）」にあるのかもしれない。

日本代表チームに監督としてTOJに参戦した浅田颯氏がTOJの素晴らしい点、これからの改善点等を率直に語り、これからのTOJのあり方を提言されます。

今回は自己紹介及び以下の4つのテーマについて、パワーポイントを使用してお講演いただきました。

### ■自己紹介と写真の紹介

高校から自転車競技を始めた。私は強い選手にはなりきれなかったが、走らせる方が向いていると気づき、積極的引退をした。ちょうどTOJ初回開催年の1996年に引退。辞めた時はうれしく、それからずっと選手育成、チーム運営に携わっている。その間、チームの運営に関わる仕事をしてきた。引退してすぐクラブチームとプリチストンのレーシングチームのコーチや監督を、その後は実業団チーム等の監督をした。チームを強くして下さいと言われ、「何をしていくべきか」の壁にぶつかる。自転車競技を始めきっかけは「ツール・ド・フランスに行きたい」だったのでそれに向かっていくこととした。

今は、U23の強化チームを応援している。みんなすごく強い。やれば必ずそこそこはいく。

続いて、写真の説明。

#### ○ U23チームの写真

今、U23のチームを運営していますが、南フランスのブルーと埼玉県東松山市を活動の軸にしている。2拠点での活動をしている。フランスのアマチュアの一番上の

カテゴリーで参加し、最近優勝できた。もうひとつ、日本代表でU23のネーションズカップ（ワールドカップ）の参加を開始した。（今までジュニアでの参加はあったが）ヨーロッパでは、U23だと差が大きく、子どもと大人の差ぐらいの感じがある。その差は大きい。しっかりした活動がないと難しい。そこで戦えないと上位には行けない。

○ ツール・デ・フランベルのレース写真

中継等少ないが、世界選手権と同じくらいのトップレベルなレース

○ オランダのネーションズカップ

## 日本人選手が世界で活躍するための要素

### 《1. ビジョンを持つこと》

・あるべき姿を想像する

・実現した時の影響を想像する

世界で日本の選手が活躍すると自転車のイベントがやりやすくなる。

・誰のためになるかを想像する

自分が喜ぶ姿はもちろん、自転車業界が盛んになった時のことなど。

・現状を把握する

・目標とスケジュールを立てる

10年後に何をする。そのためには5年後は？もっとさかのぼり3年後にはこうなっていないと…とスケジュールを立てる。

### 《2. 環境を整える》

・最高峰を目指せるルートマップ

自転車ロードレースはどうしたらプロになれるのか、いくらかせげるのか見えてこない。従って、この道筋を表してあげる事が大事。

・**集金力**

大きなチームであればある程解散となるリスクが大きい。

・活動に応じた基地を整える

レース後、拠点に戻って来る。ホテルとは違うリラックス。拠点があるチームは強い。チームとしてのトレーニング、一緒にトレーニングをする事も大事。

また、自転車界の特徴でヨーロッパに拠点を持つのは大前提。

・スタッフを集め育てる

メカニック、マッサージャー…などあるが、特化することなく食事の準備でもなんでもする。

### 《 3. 選手強化の要素 》

#### ・ビジョンへの共感

最初にビジョンをはっきりさせておくことが重要。また、日本代表のチームなど色々な人が集まる場合、何のために行くのかしっかり伝えていくことが大事。

#### ・目標達成に向けての計画性

各チーム出場枠の確保。目標とするレース。それを達成するためのカレンダーをつくる。年間の計画を立て実行する。

#### ・レベルと目的にあった競技活動

日本代表でトップ選手がヨーロッパへ行く。でも「みごと完走」だけでは意味がない。20位以下はポイントも評価もつかない。従って、早めにリタイアし、次のレースに備えようと選手は思う。それでは実力の向上にはつながらない。成績が残せるか残せないかで成長していく。成功をインプットしている選手は強い。

#### ・計画、実施、評価、分析のサイクル

選手は評価が欲しい。時間が経つと鮮度が落ちるので、レース後すぐにミーティングをする。「すぐに」が重要。アイデアなど消えてしまうものがあるので即がよい。また、自分がどうだったのか選手は知りたい。そして、悪かった点はどうしていけばよいのか提案をする。

#### ・競争

大事！他のチームの選手を混ぜると刺激になり競争心が高まる。レースに出での競争だけでなく、同じチーム内でする事も重要。(足の引っ張り合いでなく)

#### ・成功と報酬

がんばって成功しない時…暗いトンネルが続く。スランプ。そのような時はゆるいレベルにし自信をつける事も良い。少し変化を持たせてみる。プロ選手は、給料が上がる→報われる→強くなるのサイクルでもっと強くなる

### 《 4. ツアー・オブ・ジャパンで日本人が勝つ！ 》

#### 勝つための要素

#### ・富士山ステージで勝てる選手をつくる

富士山ステージで勝てば優勝できるわけではないが、富士山で勝つ→プロになる！

#### ・勝つためのパフォーマンスを想定した長期トレーニング

#### ・勝ったらプロチームと契約できる流れをつくる

勝ったら選手に注目してください！

TOJはトッププロへの登竜門へ！

以上をもってご講演を終了し、質疑応答を行った。

Q：良いお話しをありがとうございました。資金面でもそうですが、浅田さんのような会社をもっとあればいいのにと思いました。レースオーガナイズの会社も含め、どうしたら日本チームが国内で強くなって、海外と契約していけるのか聞かせて欲しい。

A→チームに対してレースが確実に足りない。コンチネンタルチームは国外で出場枠を確保できない。海外遠征してもほとんど出られない。本当に大変な状況。その様な面では、主催をするレース運営の会社が増えれば良い。選手の強化を考えた本質的なレースが増えれば良い。ワンデーレースでもいいのでUCIのポイントがつくレースであれば、選手のポイントもつく、海外選手も出場し盛り上がる。資金確保は大変だと思うが、町おこし、青少年育成などにもつながる。

ヨーロッパではアマチュアレースは多いがプロは少なくなっている。ボランティアによるレースが減っている関係。資金を注入できる会社があるといい。そうすると、ヨーロッパも箔が増えて日本人も行きやすくなり活躍の場が増えるかもしれない。

Q：サッカーは日本代表が稼いで育成費をつくり何とかして行こうという流れを作っています。JCFでは現実的にどれくらいあるのでしょうか？

A→わかりません。いろいろ提案はさせていただきます。

しかし、自力でもTOP10の選手を出せるようにしたり、いろいろ動き出していかないといけない。

Q：今年の世界選手権はU23と共にエリート(クラス)の出場枠ないと聞いていますが、選手個人は魅力だが日本のチームにとって自分のチームに所属する選手が世界戦に出ることについては、魅力的ではないという判断が今あるからこういう結果になったということか？そうでなければ、どういう理由ですか？

A→日本のチームにとって所属選手を世界戦に出すということは半分以上の役割を担っている。目標でもある。そして10位以内にはいるというのが大きな目標。参加枠を得るには、エリートは大陸ツアーの国別ランキングで4位までに入らないとダメ。U23は7位まで。枠どりがなぜとれなかったか。今年は8月15日付のUCIランキングに基づいて判断されるがU23が9位、エリートが5位という結果でポイントが足りず枠が1つももらえなかった。

日本のU23は、今は強くない。今、世界戦に出てもいい結果は得られない。国内選手権でU23は完走できずポイントが取れなかった。ポイントをとれる実力をつけていかないと枠が取れない。

次回のセミナーは、10月24日（木）18時から 自転車ティーチングプロであります 堂城 賢 氏による「自転車の乗り方を創る」を開催いたします。

<セミナーの様子>

