

巻頭インタビュー

元気

の源

を聞いてみました

プロフリークライマー

野口 啓代

さん



Yuki no Kikyo



実は子供のころは、スポーツも勉強もこれが得意だと胸を張れるものがなかったんです。小学5年生のときに家族旅行で訪れたグアムで初めてクライミングをしたとき、「なんて楽しいだろう!」と興奮したのをよく覚えています。実家は茨城県で牧場を経営していて、木登りをしたり屋根を登ったり、やんちゃな遊びが好きだったんですよ。子供だから身軽だというのがありますが、最初から普段遊んでいるような感覚で思い通りに登れて夢中になりました。私にとってクライミングは、初めて自分が楽しいな、頑張りたいなと思えることだったんです。

その後、本格的にジムに通ってクライミングを始めました。小学6年生のとき、全日本のユース大会で優勝することができて、中学生からは大人の大会に出場するようになっていきました。他に得意なものもなかった私にとって、競技ができるのがと

にかく楽しくて、当時は大会で優勝することを目標に、とんどんめり込んでいきました。父も自宅にクライミングの壁を手造りしてくれて、いつも応援してくれましたね。

今でこそクライミングはオリンピックの種目になって、ジムも競技人口も増えてきましたが、私がプロになるうと決意した10年前はプロとしての職業が成り立つ時代ではありませんでした。ですからこの道一本に決めるまで、本当に悩んで悩んで、時間がかかりましたね。

高校1年生からワールドカップに参戦できて年間ランキングも2位になったのですが、大学進学と迷いに迷って、結局中途半端な状態で進学してしまっただんです。大きな転機となったのは大学1年生のとき。ワールドカップで優勝することができて、大学をすっぱり辞めて、クライミング一本でやっていこうとやっとな決心がつかしました。

競技を始めてから、今年で15年目になります。これだけ一つのことを続けていると、いい成績を出せないとか、うまく登れないかと思うようにいかないことは、もちろん何度もあります。なかでも大きなスランプは、2年前に初めて足をケガして

勝つことだけが目標じゃない。 自分を極めて、いかに個性を表現できるかが大事

しまったときでした。治つてからも全然納得のいくパフォーマンスが大会で出せなくて苦しかったです。そんなときに心の支えとなったのは、やっぱり身近な人の存在ですね。家族やコーチ、スポンサーやファンの方々の声援を受けて、皆さんの期待に応えたいという思いで、なんとか乗り越えることができました。

そして、クライミングは独りでやる競技ではありますが、モチベーションを維持するのは、独りではなかなか難しい。やはり一緒にトレーニングしてくれるコーチや上を目指す選手がいることが刺激にも励みにもなります。

ここまで長く深く、クライミング中心の生活を続けていると、たとえどれだけ辛くても、辞めてしまったら何のために毎日生きていけばいいのか分からない。もともと登ることがとにかく好きで、一日のなかで一番楽しい時間なんです。心が折れてしまいうようなときは、その原点に戻るようにしています。

思うように結果が出せないときは、気分を変えて外の岩場へ登りに行きます。岩場では、大会での結果やトレーニングのことを忘れて、登るのを心から楽しむことがで

野口啓代さん プロフリークライマー

1989年生まれ、茨城県出身。小学5年生の時、家族旅行で訪れたグアム島でフリークライミングを初体験し、翌年には本格的に大会に出場。02年、全日本ユース選手権大会で優勝。08年、ボルダリング・ワールドカップで日本人として初優勝。09年、日本人女性として初めてワールドカップ年間総合優勝を果たす。翌年2連覇を達成。14年、15年と年間総合優勝を獲得し、トップクライマーとしてその名を世界に轟かせる。近年は外岩での活動も積極的に行い、13年、スペインのMind Control (マインドコントロール/5.14c) を、日本人女性として最高のレッドポイントグレードで更新。15年、アメリカのThe Mandala (マンダラ/V12) を完登。今もっとも注目される日本人女性クライマー。

INFORMATION

『ボルダリング 基本ムーブと攻略法』

野口啓代 監修(実業之日本社)

近年、若者を中心に人気が高まるボルダリング。ボルダリング・ワールドカップにおいて、4度の女子年間総合チャンピオンに輝いた世界女王・野口啓代がボルダリングの上達を徹底サポート! ホールドの握み方から、基本的な身体の使い方、その応用編などなど、壁を楽しく登るために必要なさまざまなテクニックを紹介する。