

スペシャルインタビュー

柔道家

# 野村

# 忠宏

何か一つ。

さん

自分の思いを

本気で賭せるものが

あればいい

かがやき  
Old and New  
Story



Nomura Tadahiro

## 「僕は天才ですから」なんて言ってましたけど

シドニーオリンピックで2連覇した頃は、よくバラエティ番組で「僕は天才ですから」なんて言っていましたが、実際に勝てるようになるまで、僕は相当長い時間がかかったほうで、正直天才かどうかわかりません(笑)。才能はあったかもしれませんが、それまで散々笑われもしたし、悔しい、悲しい思いも数えきれないほどしてきました。

特に子どもの頃はコンプレックスの塊でした。まず柔道をするには体が小さい。中学1年でも身長は140cm。体重も32kg

しかなく、当然試合には勝てないわけです。中学1年の最初の市民大会では、女の子に負かされるほど弱かった。体が大きくて強い兄との比較もあったし、柔道一家に生まれたのに「なんで自分は……」という悔しさもありました。それでも、未来の自分を信じて、柔道を選び、やり続けてきた。僕は「執念」ってよく言うんですけど、執着に近いぐらいの思いです。それがオリンピック3連覇という実を結んだのだと思っています。

## 自分から柔道をとったら何もない。それだけは嫌だった

柔道を始めたのは3歳の頃。始めたと言っても英才教育というわけではなく、家の隣にあった祖父が始めた町道場で、揉みくちやになって遊んでいる感覚でした。「子どものうちは、厳しい稽古は必要ない。柔道の基本と礼儀礼節を学びながら楽しめばいい」というのが祖父の方針で、僕もひたすら畳の上で柔道を楽しんでいました。なんでも

そうだと思いますが、楽しいと好きになる、好きになれば続け、子どもなりに目標や夢を持って努力するようになる。僕にとっては、それが柔道だったわけです。

僕は、祖父にも父にも母にも「柔道をやれ」と言われたことは一度もありません。小学校の頃は野球やサッカー、水泳もやらせてもらいました。でも中学に入って、これから本気で自分が取り組みたいものは何かと考えた時に、これしかないと思えたのは、やっぱり柔道だった。自分に自信も持てない、だけど、自分から柔道を取ったら何も残らないと思ったし、いつか強くなれるかもしれないという期待もありました。その時はオリンピックなんて頭に



祖父の道場での一枚。生粋の柔道一家で、叔父は1972年の金メダリストでした

あるはずもなく、ただ諦めずに頑張り続ければ、何か一つ自分の自信につながるんじゃないかと思ったんですね。

そして、必死に練習を重ねる中で辿り着いたのが「背負い投げ」という技でした。今は勝てなくても、この技を磨き続ければ、体の小さい僕でも勝てる。きっと誰にも負けない必殺技になる。そんな手応えを感じる瞬間があったんです。そこからは、ただただ執念でしたね。

幸いなことに僕は素晴らしい先生方との出会いにも恵まれていました。アスリートには必ず引退がある。結果が出せないまま、自分は柔道選手としてやっていけるのか……将来に不安やジレンマを感じていた大学時代に出会った細川先生は、中でも大きな転機となるきっかけを与えてくれた先生です。信頼でき、そばにいて安心感がある。常に厳しくも愛情に満ちた緊張感を与えてくれ、当時の感情は自分の中で幾度となくリマインドされ、今も僕の大きな支えとなっています。

自分の可能性を信じる、諦めない。

あとはひたすら「執念」ですよ



やるには金。その責任とプレッシャーは恐怖でした

## 何か一つ極めれば、そこから広がる世界もある

オリンピック3連覇を果たしてからは、全身に抱えるケガの治療と痛みで、思うように柔道ができない苦しさで闘う日々でした。かつては「ボロボロの自分を見せたくない」という僕なりの美学もあったのですが、それを曲げてでも喰らいつきたい、チャレンジし続けたい。その一心でした。そこまで自分の思いを賭せる柔道に出会えたことは、本当に幸運だったなと思います。

残念ながらオリンピック4連覇の夢は叶わず、柔道家としてはかなり遅い40歳での現役引退を決意したわけですが、長く一つのことを続けていけば、そこから枝葉を広げる世界があることも知りました。怪我や加齢など、人より長く自分のコンディションと向き合ってきたことで、スポーツ医学を新たに学び、弘前大学で医学博士号を取得しました。

そして、これからは多くの子どもたちに柔道の楽しさや素晴らしさを、もっと伝えていけたらとも思っています。柔道イベント「野村道場」を通じて、スポーツとしての柔道だけでなく、「精力善用(柔道で鍛えた心身を世のために使う)」「自他共栄(相手を敬い感謝し、ともに栄える世をめざす)」という柔道の理念まで学んでもらえたら最高です。柔道に導かれてきた僕が、そのバトンをもた次の世代へと繋いでいく。これはスリータイムズ・ゴールドメダリストとしての使命かもしれません。



2019年より「野村道場」を始めました。子どもたちに向き合う思いは祖父譲り。勝ち負けよりも柔道の本質に触れ、心から好きになってほしいんです

### Present

お江戸 de クイズ(P37) 正解者の中から抽選で1名様に野村忠宏さんの直筆サイン入りオリジナルTシャツをプレゼント! どしどしご応募ください!



### Profile

1974年奈良県生まれ。1996年アトランタオリンピック、2000年シドニーオリンピックで2連覇を達成。2年のブランクを経てアテネオリンピック代表権を獲得し、2004年アテネオリンピックで柔道史上初、また全競技を通じてアジア人初となるオリンピック3連覇を達成する。2015年8月29日、全日本実業柔道個人選手権大会を最後に、40歳で現役を引退。国内外にて、柔道の普及活動を展開。また、テレビでのキャスターやコメンテーターとしても活躍。自身の柔道経験を元に講演活動も全国で多数行っている。

柔道家 野村 忠宏 さん

## 子どもたちへのメッセージ

どんな人でも、一生勝ち続けることはできません。どんなに頑張っても報われないことだってあります。負けるのは悔しいですが、負けたからこそ見えてくる自分の弱さや、新しい課題が必ずあるはずです。その負けを次に生かした時、人は本当に強く成長します。負けて悔しい—その悔しさをしっかり経験してください。悔しいのは、それだけ自分が本気で取り組んできたということ。誇りに思ってください。どんなに素晴らしい仲間や師に支えられても、自分の人生を切り開くのは自分です。行き詰まった時には、経験した悔しさが大きな原動力になってくれることを忘れてほしいと思います。

Old and New Story  
Nomura Tadahiro

