



私の  
**なんとか  
しなきゃ!**

Vol. 25

## PROFILE

1978年宮崎県出身。2000年シドニーオリンピック男子柔道100キロ級で金メダルを獲得。08年に現役を引退するまで、世界選手権などの国際大会で数々の功績を残す。09年からイギリスに留学、コーチ指導法などについて学ぶ。現在は東海大学体育学部武道学科講師をはじめ、指導者として活躍する一方、認定NPO法人柔道教育ソリダリティーの活動にも参加。「なんとかしなきゃ!プロジェクト」著名人メンバー。

幼いころ、警察官であり柔道家でもあった父に連れられて、よく柔道場に遊びに行きました。体はそれほど大きくなかった父ですが、得意の足技で次々と大きな選手を投げている姿が本当にかっこよかった。そんな父へのあこがれが、柔道を始めたきっかけです。

しかしそこには、過酷なトレーニングが待っていました。柔道家として生きていくためには、まずは強じんな体をつくらなければなりません。そのほかにも、忍耐力、精神力、戦術を考える力…。これらの力をすべて、日々のトレーニングの中で身に付けるのです。学生時代はまさに“柔道一色”。正直苦しいことも多かったのですが、勝ち負けに限らず、必死で練習してきた技がうまくいったりと、試合で成果を出せた時のやりがいは何事にも代えがたいものでした。

柔道はオリンピック競技の中で唯一、日本発祥のスポーツです。そして今では世界中に広まり、現役時代はさまざまな国の選手と戦いました。そ



こで学んだのが、国籍を問わず“相手を敬う心”です。柔道の世界では、真正面から向き合い、全力で倒しにかかるのが礼儀。だからこそ、戦う相手への敬意として、始めと終わりの“礼”が大切なのです。この極めて日本的な慣習を世界中の柔道家が国際的な舞台で実践していることは、日本人として誇りに思います。

現役引退後は指導者としての道を選び、その準備のためイギリスに英語と指導法を学びに行きました。指導者としての知識や技術はもちろん、柔道着を脱いでもしっかりと自身の足で立って生きていける“人間力”を身に付けたかった。実際に2年間の海外生活を通じて、世界にはこれだけ多くの情報という宝が眠っていたのだと、己の無知を実感しました。

今の私に与えられた役割は、指導者として後進を育てること、そしてもう一つ、私を育ててくれた柔道というスポーツを通じて、国内外限らず社会に貢献していくことです。2010年、認定NPO法人柔道教育ソリダリテ

世界に出て己を知る

柔道家 井上 康生

INOUE Kosei

ーの活動の一環として、イスラエルとパレスチナに柔道を教えに行っただけですが、この時に感じたのが柔道の底知れぬ力。柔道着も畳も十分でない環境で、全員が楽しそうに合同で練習していて、紛争により2つに分断された彼らの“溝”が埋まりつつあるように感じました。

この地域はとて根深い問題を抱えていますが、私たちが柔道を通してできることを行動に移したことで、何かが始まっているという実感があります。始めないと始まらない。すべての物事に言えることです。私は柔道家として日本の古き良き文化を発信し、世界とのつながりを築いていけるよう、行動し続けたいと思っています。

「なんとかしなきゃ!プロジェクト」は、開発途上国の現状について知り、一人一人ができる国際協力を推進していく市民参加型プロジェクトです。ウェブサイトやFacebookの専用ページを通じて、さまざまな国際協力の情報を発信していきます。

なんとかしなきゃ で 検索