

2016.02.01

小原院長の“いま一番気になる人・仕事”スペシャル対談

みやけあすこ
三宅明寿子 × 小原忠士

平成2年の開院以来、25年間にわたり地元連島を中心に多くの住民の方から信頼を頂き、皆様の健康に貢献してきた小原整骨院。その小原院長が“いま一番気になる人・仕事”というテーマで、ゲストの方と対談をして頂きました。今回は、元プロスノーボーダーの三宅明寿子さんをゲストにお招きし、やりたいことの見つけ方、夢について語り合っていました。(2015年9月17日(木) エミリンクにて)

「次の道を選んだことについて、私の経験したきたことや思いを、スポーツ選手に、転換期や過渡期にある選手に話をしたいですね。引退したことやアスリートの第二の人生について…」

ゲスト紹介

■ 三宅明寿子 (元プロスノーボーダー)



1980年倉敷市生まれ。中学では女子ソフトボール、高校では陸上競技で活躍。高校卒業後、大阪にあるスポーツ専門学校在学中にスノーボードに転向。その3年後にプロ資格を取得。FISワールドカップや、日本OPENスーパーパイプなど、世界中で様々な大会に出場し好成績を残す。しかし大怪我に見舞われ引退を決意。現在は第二の人生を歩み始め、新たな夢を追っている。

■ 小原忠士（小原整骨院 院長）

1964年 倉敷市出身。地元である倉敷市連島で開院以来 25年にわたり地域の皆様の健康に貢献してきた小原整骨院の院長。柔道整復師としての技術力は当然、その穏やかな人柄で多くの患者に慕われ、スタッフからの信頼も厚い。2014年6月には株式会社エミリンクとして法人設立。代表取締役となる。



■ 司会進行 俣野浩志（株式会社パッション）

1970年 岡山市出身。一般社団法人ウェブ解析士協会認定 初級ウェブ解析士。経営修士（MBA：香川大学大学院地域マネジメント研究科）。大学でマーケティングを学んだ後11年間印刷・デザイン業界に勤務。2009年に岡山県産業振興財団主催のベンチャー・ビジネスプランコンテストにて奨励賞を受賞。2013年大学院にて「住民主体の体験交流型プログラムが地域社会に与える影響についての考察」というテーマで、NPOのまちづくりを研究した。

「それまでスノーボードは見たこともやったこともなかった（笑）。ウィンタースポーツをしたこともなかったんですよ。子どもの時ソリとかやったくらいで。」

司会：今回は元プロスノーボーダーの三宅明寿子さんとの対談ということでプロアスリートの世界をお伺いできると思います。まずは小原先生と三宅さんとの出会いをお聞かせください。

小原：三宅さんは小原整骨院の患者さんとして来ていただいていたんですね。

三宅：そうですね。現役時代に怪我をして…5年ほど前かな？、そのあと痛いところが続いていたので、整骨院に通い始めて2～3年通わせてもらいましたよね。エンダモロジーの機械を入れた時には、モニターもやらせていただきましたね！。

小原：そうそう、その折はありがとうございました！おかげさまで美容部門も充実して地域の方に利用してもらっていますよ。

三宅：それはなによりです！小原先生のところは、スタッフの方々も優しくて居心地がいいですし…もちろん腕も確かですし…今も帰省した時にはお伺いさせてもらってますよね。

小原：いや、本当に地域の方には可愛がってもらっているというか…遠くに住まわられていても、こうして帰ってきた時に顔を出してくれるのは本当に嬉しいですね。では三宅さんのプロスノーボーダーになるキッカケとか聞かせてもらえるかな。



三宅：はい、遡ること…うん十年前？の高校受験の時、高校は倉敷南高に行ったんですが、本当は玉野光南の体育科に行きたかったんです。両親は反対しなかったんですが、親戚のおばちゃんが倉敷四校（青陵、天城、倉敷南、古城池）に行けるのに勿体無いと止めに来て…。それじゃあ玉野光南の普通科に行って陸上をやってみようか…。そうしたら周りから…中学の先生からも無理だと大反対されて…。玉野光南の普通科は倉敷四校よりも難しいと言われて。寮生活だし…。最後まで、願書出すまで、悩んで悩んで…結局南高にしたんです。

小原：じゃ中学生の時からスポーツでって思いはあったんだね。

三宅：はい。そうなんですが、自分の意思を貫いていないのもあって、なかなか燃えなくて…。南校も陸上は強かったんです、有名な顧問の先生もいたし…。でも玉野光南に行きたかったんで、自分の中でときめきがなかった。連島中学では成績が良かったんですが、思うように行かなくて、勉強と部活の両立が厳しくなって…ときめきがないからやる気も起こらず、悶々と過ごしました。3年間、人のせいにしていましたね。

小原：えーそうなの？今の快活な三宅さんからは想像できないけど…

三宅：ははは…これでも一応はナイーブな青春時代を送ってたんですよ。見た目よりも繊細ですよ（笑）。まあ、陸上も一応続けたんです、楽しい思い出はできなかったですけど、結局、高校時代は燃焼していないですね。

当たり前ですが普通科なので、南校は春には部活は終わるんです。そこから時間がない！という感じになって…まあほとんどの学生が大学目指しますからね。願書出せ！願書出せ！と言われるんで、一応目標の大学を書いていたんですが…行くのが当たり前って空気だし。倉敷では普通科の四校と言われている南高でも、難関大学難を目指そうとすると、なかなか目指させない。大阪教育大学にスポーツ科学科のようなことがあって、国立大学なのでセンター試験も受けたが、結果が出て…どうする？ということになって…。

実は、願書を出す直前に、スポーツ系を希望している学生にだけスポーツ系の専門学校のパンフが来て、実技が豊富にできるという内容の…サーフィン、ゴルフ、スノボ、スキーなどを体験した上で自分に向いているのを選んでプロを目指そうという学校だったんですね。

普通の専門学校とおなじような授業料だったし…それ見てから、毎日そこに行きたい！行きたい！と思うようになって。

小原：やっぱり、スポーツの道に進みたいっていうのはこだわりは強かったんだね。

三宅：ええ。自分の中にスポーツで一花咲かせたいという思いは強かったんです。自分が一番になれる競技を何か見つけたくて、それにぴったりすぎるくらいの案内だった。一週間くらいで決めました。そしたら、また親戚のおばちゃんに来て…（笑）。もう泣いて頼みましたよ「お願いじゃけん黙って、私の好きなようにさせて！」って猛烈に反抗しました。そのおばちゃん、私のためを思ってくれているのはわかるんですけど…今はそこそこの距離を置くようにしています（笑）。



今度は、南高からは「滑り止め受ける」と言われたんですが、受けなかった、学校から冷たくされた。最後は学校に来なくて良いと言われて…。そこからの行動力はすごかった。試験も自分で行って、一人暮らしのマンションも自分で決めて。3月中には学校のある大阪へ引っ越しも完了して（笑）。それでその専門学校に行ったのが、プロスノーボーダーになったきっかけなんです。

小原：ははは、自分の進みたい時には何かが立ちはだかるんだね。

三宅：逆に「やってやる！」って燃えますけど！

小原：そういうのはあるよね。ところで、中学・高校と陸上だったけど、スノーボード始めたのは専門学校からなの？

三宅：そうなんですけど…専門学校でも紆余曲折があったんです。実際に進学してみると、そんなにうまい話はなくて、まだ出来たばかりの学校で、実習など見切り発車のような感じだったんです。開校して初めての1期生だったんですよ。そこまでして行ったのに、パンフレットとはかなり違って…実習！実習！とアピールしていたのに、ビルの中で解剖学やらの座学ばかりだった。カリキュラムも整っていないくて休みも多くて、みんな学校に抗議していました。

小原：とんだ学生生活の幕開けだったんですね…。

三宅：学校がそんな調子だったこともあり、当時は若いし、初めての一人暮らしということで解放感もあって、よく遊びました（苦笑）。朝までカラオケ行ったり、みんなで家に泊まり込んだり、朝からゲームしたり。夏くらいまで遊び惚けていたんです。試験とかもあったんですが、高校が進学校だったので私からすれば簡単な内容だった。

さすがに、夏が過ぎた時にはまずいと焦り始めて…何か見つけるために来たのに、何も見つけないどころか、探してもいない！学校からは何も提供されないし。

学生の中にスノーボードができると聞いて入学している人が何人かいたんです。学校がスノーボード協会と付き合いがあって…その子達が学校に抗議して、スノーボード部門を作る先駆けとして、その年の冬、長野で3ヶ月実習したら単位をあげるという特別措置ができたんです。私も冬のリゾートホテルでバイトしながら行ったんです。それしかないと思って、私も入れてくださいという感じで。それがスノーボードを始めたキッカケです。それまでスノーボードは見たこともやったこともなかった（笑）。ウィンタースポーツをしたこともなかったんですよ。子どもの時ソリとかやったくらいで。

他にスポーツの部門はなかったというのもあるんですけど…スケートも立ち上がらないし、テニスも違うところに通わされていたし。学校として動けそうなのはスノーボードしかなかった。結局12、13人スノーボードに来たかな。5人くらいは自分と同じような境遇だった。

小原：てっきり幼少期から英才教育を受けてきたんだと思ったんだけど…でもそこからプロスノーボーダーになるからには、やっぱり運動能力とか、人より秀でた素質があったんじゃないの？

三宅：いえいえ、直接運動能力とか運動神経とかは、ちょっと違うかもしれないです。スノーボードは、スピードに対しての恐怖感がない人や、空間能力とかが高い人が向いている競技かもしれないですね。たまたま私は向いていたみたいだったんです。本当にやったことなかったのが、最初のシーズンは一番下手だったんですよ。でも1年くらい頑張ってたらみるみる伸びていって…いつのまにかみんなを抜かしていって。荒れたバーンを滑って降りてくるとか、フォームとか、競争したりとかが、どんどん早くなってきた。スノーボードの検定もあるんですが、それも早く受かった。

小原：それはやっぱり素質ですよ。

三宅：そうですね～？スノーボードという競技のどの部分に自分の適応能力があったか、よくはわかりませんが、たぶん、飛んだり、回ったりするところだと思います。小さな子ども時代に、ソリで山から下りるような遊びをしてたんですが、一人で手を広げて滑ってたので、スピードに恐怖心がなかったのかもしれないです。バンジージャンプとかも好きです。そのあたりの感覚が、恐怖心とかを感じる何かが一本たりなかったのかもしれない。だから、スノーボードをやるのは、導かれるように行ったという感じ。ちょっと向いているなと思ったから、スムーズにステップアップできたんです。それがないと楽しくなくなってくるので、やめていたかもしれないですね。

小原：確かにそうかもしれませんね。恐怖心を感じにくいのは三宅さんの強みなのでしょうね。やってみてからは、他のスポーツではなく、スノーボードにのめり込んでいったの？

三宅：そうですね。スポーツトレーナーやエアロビの学科はちゃんとしていたんですが、行きたくなかったんです。興味がなかったですね。学校は2年間だったんですが、実質1年4ヶ月しかスノーボードはやっていないんです。オフシーズンは神戸に室内練習場があって、週に2回くらいはそこに行って練習をして…。あとは学校で運動生理学など授業ですね。学校の勉強はそこそこに、練習ばかりしていました。

プロになろうと思ったのは科に入る前から思っていたんです。とにかく何かのプロになりたかった。今からプロになってオリンピックに出れる競技はなんだろう…って。色々と考えてたんですが、バレエとかは難しいので、リゾート系の競技しかなかったんです。学校行っ

てまでやるとなったら、プロとかオリンピックに行くのが前提だった。いろいろなスポーツをやってきたんですが、これで最後だったので、やるだけやろうと思ってました。このあとはスポーツできないと思っていたし。やるだけやってワールドカップやオリンピックにでるぞっ!と。

オリンピックもこのままのペースで伸びていければ、自ずと順番は回ってくると思っていた。やっぱりオリンピックにでるのは人生をかけてやることになるし、社会的な地位もあるんで、憧れは強かったです。さすがにオリンピックともなると、タイミングが違ったらトップでも出れない人がたくさんいるんです。

一時は、私、出れるんじゃないの!と思ったんですが、怪我とかあって、だんだんもしかしたら出れないかも…と思い始めて。足の膝の靭帯を切って手術して。それが原因でハーフパイプを引退することになった。その前から成績が伸び悩んでいたんです25歳くらいのときですね。そのあと、私に続く選手がいなかったので順番が来ると思っていたんですが、16歳くらいの子が出てきたんです。その子達は半年くらいでどんどん成長してくる。自分たちが3年かけてやっていることを次の年にはできるようになっている。そんな伸び悩んでだんだん落ちている時期もあって…27歳くらいの時かなあ、もうダメだと…諦めようと考え始めて。このころはちょっと辛かった。

小原: その頃は、もうプロだった?

三宅: はい。でもそこから1、2年ぐずつくしていた時期があったんです。目標も見失いがちで、でも続けていて…1番になれなくても5番くらいには入っていて、一応日本の上位にはいますよ!という顔もスポンサーにはできるので。

でも怪我をしてからは、もう諦めようと。スポンサーには道具関係はまかしてもらっていたんですが、それでも足りない分は夏にアルバイトもしていました。ナショナルチームに入っている時は活動費は見てもらっていたんです。プロを破棄したら試合に出れなくなるんですよ。スポンサーは続けてもらえますけど。

今度は、競技をハーフパイプから、別の、ビデオに出演するなどの活動に変えたんです。山滑りとかをビデオ撮影したりとか…。その時、見栄えのいい技を練習していて、転んで、脾臓の怪我をしてしまって…30歳くらいの時です。まあ歳だったんだと思います。体の衰ええとかきてたと思います。若いときは全く怪我しなかったんですが、29歳、30歳と怪我が続いたんで、もう歳だなと感じた(苦笑)。

小原: 結構な大怪我だったんですね。しかし、やはりプロの世界は厳しんですね。30歳前ですでに一線を退くことを考えないといけないとは…スノーボードのプロって平均年齢は20歳そこそこくらいなんでしょうね。プロ生活に悔いはない?

三宅: 細く言えば、悔いはいっぱいあります。コーチをつけてでももっとすればよかったとか、練習方法とか、スポンサーとして選んだところがあまり協力的ではなかったし…でもやってきたことには悔いありませんし、今は幸せですよ。



小原：もうスノーボードからは完全に離れたの？

三宅：いえ、やっぱり好きなんで、休みの日に教えたり、たまにやっています。生徒をとってとかではなくて、一緒に滑りましょうという感じのもんですけど。スポンサーと言うほどではないのですが、応援してくれるメーカーもまだあるので、フリーイベントもしています。ですから、スノーボードは趣味ですね。それでも冬は毎週行っているんですけど（笑）。主人もスノーボードの元選手なんですよ。今はサラリーマン（笑）。

やってみなくてはわからないというのはある。やってみてダメそうだったら、ちょっとごめんなさい！もありだと思ふ。方向転換も良いと思ひます。

小原：今後の抱負、やりたいこととかは。

三宅：小原整骨院に治療に来ていた時は、まだ夏にアルバイトして、お金を貯めて冬に滑りに行くという生活をしていたんですが、それをやめようと思って、動物関係の仕事をいろいろ探していたんです。30歳過ぎまでスノーボードをやったので、仕事がなかなか見つからなかった。（動物関係の）学校も見学したんですけど33歳から学校に2年行って、また就職となったら時間がないと思って、現場で雇ってくれるところを探したんです。それで、今は動物病院で看護師をしているんですよ。

いままで一人で個人事業主のようなかんじでやっていたので、人に雇われてやっているのに物足りなさを感じている。ゆくゆくはペットホテルやペットシッターをしたいという夢があって、開業したいと考えています。叶うかどうかかわからないですけど…出産なども、女性なのであるの。

小原：じゃあ全く新しい道に踏み出したわけですね。自分でやりたい、独立心が強いというのもやっぱりプロのアスリートという感じがしますね。三宅さんなら絶対実現すると思ひますよ。今までの自分の人生を振り返ったとき、どんな思ひがありますか。

三宅：充実していると思ひています。普通の人ではなかなか体験できないことばかりでしたから。思ひたことはそっちの方に進んで行っている！って思ひます。



小原：三宅さんは、揺るぎない信念で突き進んできたというよりも、人生の岐路で自分なりの選択をしてきた感じですが、そうして得られた教訓とか考え方や価値観のようなものはありますか？

三宅：そうですね。実は、何がやりたいか未だにわからないんです。中学生の時って何がやりたいか決めて高校選べと言われますけど、私、今でもそれが何かわからないんです。なんとなく

株式会社エミリンク（小原整骨院）

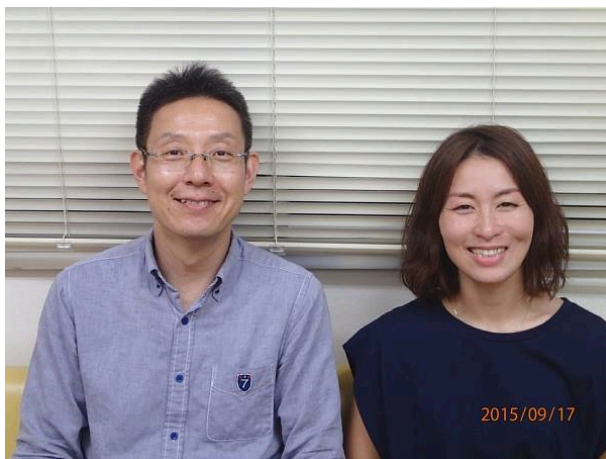
やりたい、それしかないからそれをしようとか、ここしかないからこれをするという感じなんです。

大人は子どもに、自分がやりたいことをしっかり考えろ、と言いますが…わからない。35歳でもまだわからない。ただ、色んなことをやって、向いているものを探す、そしてそれを続ける、それに打ち込む方が良いと思います。若い人には、好きなことを探すより、向いていることを探す方が良いと言いたいです。その方が壁が少ないし、好きになっていくと楽しいから。私の場合はそれがスノーボードだった。やってみなくてはわからないというのはある。やってみてダメそうだったら、ちょっとごめんなさい！もありだと思ふ。方向転換も良いと思います。

小原：柔軟に考えることも大切なんですね。確かに、中学生とか、まだ自分自身の特性や、思いがわからない時に道を決めてしまうと、可能性を狭めてしまうことにもなるかもしれないですね。それに、こだわることも大切だけれど、出会いや環境など、周りの状況に“乗ってみる”こと、“流されてみる”ことも大切かもしれない。

三宅：そうですね、どう捉えるかはその人次第ですけど。逆に、そうなってしまったら…というのもあるんです。オリンピックは人生が変わる。生半可な気持ちでは…というのは良くわかったんです。人が人生かけて追いかけるものなので。でも、もし出ていたら、プライドができて今の仕事はできないと思います。

スノーボードだったら…というのはあったんですが、今はプライドは全然ないんです。スノーボードにこだわるなら、それはそれで、道はいろいろあったんです。スポンサー（メーカー）に就職とか、指導者など。でも、そうせずに次の道を選んだことについて、私の経験したきたことや思いを、スポーツ選手に、転換期や過渡期にある選手に話をしたいですね。引退したことやアスリートの第二の人生について…。



小原：その話は私も聴きたいです。物事の捉え方ですね。挫折、諦め、一見ネガティブだと思われる事柄を、変にポジティブに変えて捉えるんじゃないかと、自然に受け入れる中でその事柄に自分の思いを沿わせていくような…。

三宅：ですね…。なんだか、私、語っちゃいましたか？

小原：いえいえ、とても良い話を聴かせてもらいました。またFMくらしきの「気まぐれ！メンズトーク」でも楽しいお話を放送できればと思っていますので！

三宅：そうでした。FMでなくちゃならないんですよ…緊張してしゃべれなくなりそうです。

小原：たぶん、大丈夫ですよ。語ってくださいね（笑）。長時間にわたり、ありがとうございました！

三宅：こちらこそ、ありがとうございました！

.....

■ 小原整骨院（本院）

〒712-8014 倉敷市連島中央 2-3-22 TEL&FAX : 086-444-9595

受付時間

受付時間	月	火	水	木	金	土	日
8:00～13:00	○	○	○	○	○	○	×
15:00～19:15	○	○	○	×	○	×	×

こはら鍼灸整骨院（倉敷分院）

〒710-0003 倉敷市平田 615-1 TEL : 086-486-3363