アスリートに学ぶ カラダづくり

Special Interview

関西大学アイススケート部 監督
織田信成さん

プロフィギュアスケーターのほか、解説者やタレントとして多岐にわたって活躍中の織田信成さん。2017年4月には母校である関西大学アイススケート部の監督にも就任されました。飛躍し続ける織田さんにフィギュアスケートの魅力からスケーターとしての体づくり、今後の夢についてお聞きしました。

Profile　織田信成(おだ・のぶなり)さん

1987年生まれ。2005年世界ジュニアフィギュアスケート選手権で優勝。2010年バンクーバーオリンピックに出場し7位入賞。現役引退後はプロスケーターとしてアイスショーに出場するほか、スケート大会の実況解説、テレビ番組やCM出演など幅広く活躍。2017年4月に母校の関西大学アイススケート部監督に就任。後進の指導に力を入れる傍ら、同年10月に開催されたジャパンオープン2017では4回転トウループを2本も決めるなど、スケーターとしても実力を発揮し続けている。

個性が出せるから面白い!

── フィギュアスケートの魅力とはどのようなものですか?

勝ち負けを競うスポーツであり、美しさを追求する芸術でもあるところが一番の魅力だと感じています。それに、多くの人が集中して1人を見るという点も他の競技にはない特徴ではないでしょうか。大きな大会では1万もの人々が見ている中、1人で自由に演技をすることもあります。現役時代はそれがプレッシャーになっていましたが、今思うととても貴重な体験でしたね。氷上では360度から見られるので、一秒たりとも気が抜けません。現役の頃はコーチの母からも「前から見ても後ろから見ても、この人きれいだなと思われるような体づくりをしなさい」と言われていました。

── 360度どこから見てもきれいな体をつくるために、どのようなことを意識されたのですか?

今教えている子たちにもよく言うのですが、正しい姿勢を常に意識しています。背筋が曲がっているとジャンプはもちろん、スケーティング自体が美しく見えないので。また、フィギュアスケートは普段の振る舞いが個性として氷上にも出るので、物を丁寧に扱う、きちんと片付けるなど、日常の生活から気を付けるようにとも教えています。

フィギュアスケートの面白さは、個性が存分に出せる点にもあると思います。選曲も衣装も見せ方も人それぞれ。だからこそ、自分が何を表現したいか、何を伝えたいか、見てくれている人にどう感じてほしいかを考えて演じないといけません。大会で勝つことは大切ですが、ただ勝つだけではだめだと、教えている子たちにはよく言います。勝つことプラス、伝えたい気持ちがなければ、僕としては最高のスケーターとは言えないからです。スポーツとしてのフィギュアと芸術としてのフィギュアを両立してこそ、本物のスケーターだと思っています。

失敗が一番の練習に

── 現役引退後も実力を発揮し続けるために取り組まれていることはありますか?

写真提供／関西大学

2006年関西大学たかつきアイスアリーナ竣工時

プロに転向してからは氷の上に立つ時間がどうしても減るので、仕事で東京に行く際もスケート靴は持って行って30分でも滑るようにしています。なるべく氷上の感覚を失わないようにするためです。解説などで海外に行く時は、現地のジムで体を動かすようにしていますね。基本的には常に体を動かしておくことが大事だと思っています。また、現役時代は毎日の練習で精一杯で、できなかったことを追究する余裕がなかったのですが、引退してからは失敗するとその理由を深く考えるようになりました。失敗から学ぶことは多く、今では失敗が一番の練習です。

重要なのは柔軟性と体幹

── フィギュアスケートはけがが避けられない競技と聞きますが、けがを防ぐためにどんなことに取り組まれていますか?

大事なのは、体の柔軟性を高めることです。僕も腰やひざがすごく痛くなった時期があり、腰やひざ周りの筋肉をしっかりほぐすようにしました。それに、体の内側にあるインナーマッスルを鍛えると体のブレも少なくなるので、けがの予防にもなります。今はお腹の真ん中にある腹直筋よりも、両脇にある腹斜筋や腹横筋を鍛えています。フィギュアスケートはものすごい速さで滑って飛び上がって回転するので、体がしっかり安定していないといけないのです。体幹で背筋を伸ばして脇を締めることが非常に大切で、体幹を鍛えるトレーニングはけがの予防にはもちろん、美しく見せるためにも重要です。

── お忙しい毎日を過ごされている中で、気分転換のためにされていることはありますか?

スイーツが大好きで、家族でスイーツを食べに行くのが楽しみの一つです。この前のジャパンオープンの試合が終わった後も、家族で有名なパンケーキを食べに行きました。甘いものは癒やされますね。それから、7歳になる息子にスケートを教えている時間も楽しくて仕方がないです。昨年4月から本格的にスケートを始めて、最近ようやく楽しくなってきたみたいで。息子が笑顔で滑ってくれているだけで泣きそうな気持ちになります。

オリンピック選手を育てたい

── 関西大学アイススケート部の監督として、今感じておられることや夢を教えてください。

アイススケート部では経験豊富な選手から大学でスケートを始めた子まで見ているのですが、監督になって自分の視野の狭さに気付かされました。いろいろな学生を指導していく中で、学生たちの気持ちがまだまだ分かっていない、考えが至っていない部分もあったので、もっと広い目でたくさんの人を見て物事を考えないと、と感じています。

僕の一番の夢は、関西大学のたかつきアイスアリーナからオリンピック選手を出すことです。もちろん金メダルも取ってほしい。一方で、たくさんの人に「あの子のスケートっていいよね」と思われる、見ていてわくわくするようなスケーターを育てていきたいという思いもあります。

── まもなく平昌オリンピックが開催されますね。期待していることなどをお聞かせください。

フィギュアスケート競技の男子に関しては、羽生結弦選手と宇野昌磨選手がいるので、シングルでメダルを2つ取れるかもしれないと期待しています。女子も今、素晴らしい選手が多く、技術の上では誰が出場してもおかしくない状況。誰が行くことになっても、初めてのオリンピックになります。オリンピックはすごく緊張する舞台ですが、その雰囲気を思いっきり楽しみ、緊張を力に変えて頑張ってほしいですね。

(取材は2017年10月に実施)

夢の実現を目指す若者へのメッセージ

Pick up!

地域の人々向けに様々なスクールを運営
関西大学カイザーズクラブ

関西大学は、同学の知財・人材・施設を活用したスポーツ・文化スクール「関西大学カイザーズクラブ」を運営しています。現在、サッカー、アイスホッケー、チアダンスのスクールを設け、地域住民や子どもたちがスポーツに挑戦できる場を提供。フィギュアスケートについても、若きスケーターたちが世界へ羽ばたけるようサポートしています。

【お問い合わせ】☎06・6368・1955
(関西大学スポーツ振興グループ)
※詳しくは下記ホームページへ。
http://www.kaisers-club.com/