



## 『全国のフェンシング部・フェンシングクラブの紹介』

### 「聖霊女子短期大学付属高等学校」

皆様、フェンシングの練習はいつもどこでやっていますか？高校や大学の部活、地域のクラブ、時にはフェンシング仲間場所で借りて練習したり。色々な環境で練習をしていると思いますが、フェンシングを「もっと強くなりたい」「もっと楽しみたい」って想いは、皆同じだと思います。

<フェンシングレター>はその数あるクラブの中で、盛り上がっているフェンシング部やクラブチームを紹介します。第2回目は、秋田県の「聖霊女子短期大学付属高等学校フェンシング部」。女子全国優勝常連校として有名ですが、実は、同校監督の伊藤聡先生はフェンシング競技未経験者なのです。小中高時代、野球に明け暮れながらも、甲子園出場の夢は届かず。しかし、教師となり、舞台をフェンシングに変えてから競技者としてではなく指導者として全国制覇を成し遂げました。経験の無い手探りの中でトップチームをまとめる伊藤先生に、チームの強さの秘密をお伺いしました。

#### 主な戦績

- |                    |           |                 |
|--------------------|-----------|-----------------|
| 第 55 回全国高等学校総合体育大会 | 女子フルーレ団体戦 | 優勝              |
| 第 56 回全国高等学校総合体育大会 | 女子フルーレ団体戦 | 優勝／女子フルーレ個人戦 優勝 |
| 第 34 回全国高等学校選抜大会   | 女子フルーレ団体戦 | 優勝              |
| 第 63 回全国高等学校総合体育大会 | 女子フルーレ団体戦 | 優勝／女子エペ個人戦 優勝   |



(聖霊女子短期大学付属高等学校インターハイ優勝メンバー)

—創立年を教えてください。

1958年です。

—部員の人数を教えてください。

10名です。

—コーチの人数は？

コーチは1名です。

—活動頻度は？

週6日やっています。

—どのような練習をしていますか？

ウォーミングアップ、フットワーク、レッスン、ファイティング、クールダウンをしています。

—選手強化に力を入れていることは何ですか？

「練習は試合のように、試合は練習のように」を心がけるよう指導しています。  
また、選手同士がお互いに教え教わりあう機会を大切にしています。

**一注目選手はいますか？**

特定の選手に注目は出来ません。全ての選手から目をはなせませんね。

**一今後の目標を教えてください。**

常に『めざせ！全国制覇！』です。

**一全国制覇に向けて、他校とは違う何か特別にやっている！ということがあれば教えてください。**

授業や食事など、フェンシング以外の日常生活を大切に過ごすようにしています。

**一全国制覇を目指すために、指導者としてどの様に選手のモチベーションを上げているか教えてください。**

命はいつか終わりが来る。知識のレベルで分かっているけど、生きる力のみなびている選手たちにはその実感がありません。今、この瞬間は二度と戻ってこない。今、自分にある力を精一杯出し切ることを伝えるようにしています。

**一伊藤先生はフェンシング未経験とお聞きしました。フェンシングの経験がない中で、なぜ、このような素晴らしい結果を残すことができたのでしょうか。**

選手たちは小学生の頃からジュニアクラブでフェンシングを学んでおり、そのクラブの先生方の指導が一流だからだと思います。私はいつも選手のそばにいます。

**一アピールしたいことはありますか？**

選手達には、全国制覇を目指す過程の中で“人の痛みがわかる優しい女性”になって貰いたいです。

伊藤先生の独特な指導哲学に興味を持った編集部はさらに質問しましたが、更なる伊藤ワールドへ踏み入れる事に……

**一選手強化について、「練習は試合のように、試合は練習のように」を心がけるように指導されているとのことですが。**

私自身、大学3年生の時に頭のネジが取れてしまって、見つけるのに6ヶ月かかりました。なんとか復学できたのですが、その時、命に限りがあることを実感しました。つまり、フェンシングをプレーできる命（時間）にも限りがあるのです。この瞬間の時間を選手達には大切にしたい。

アーチェリーの山本博先生がこんなことを書いていました。「1日に何百本も矢を放つ練習では悔しい思いをするのは最初のうち本数を重ねていくうちに悔しいという気持ちが麻痺し慣れてしまう。繰り返す練習は大切だが、試合ではミスが許されない場面が必ずある・・・」と。

**一全国制覇に向けて、「(選手達は) 授業や食事などフェンシング以外の日常生活も大切にしている」とのことですが、具体的に教えていただけますでしょうか。**

「あの人とは相性が悪い」「ピーマンは嫌い」・・・こういった感性は「あの選手とは相性が悪い」「あいつと試合するのは嫌だ」に繋がっていると思います(たぶん)。ですので、普段の生活(日常にある)「苦手」「嫌い」とどう向き合っていくか、選手と一緒に考えます。相手に「ピーマンアタック」で攻められても、お手上げにならないように・・・。

トップアスリートの栄養摂取方法の観点でいうと、タンパク質はこのくらい、糖質はこの程度に・・・という知識は大切です。でも、この食事を準備して下さった方の心を頂くこと。感謝して頂くこと。「ご馳走様でした。とても美味しく頂きました。」と食事係の方へ伝えること。これらのことはもっと大切なことだと感じています。こうした行為は、知識を超えた栄養になると本気で思っています。科学的ではありませんが・・・。

**一伊藤先生は全国制覇した指導者として「選手のそばにだけ」とご回答してくれましたが、どういった意味でしょうか。**

ここで、内田樹さんの言葉をお借りします。『生徒を理解するための資料は数多くある。しかし、資料を増やせば増やすほど、生徒との間が遠くなってしまう場合が多い。生徒を理解するためにではなく、管理するために資料を集めているとしか思えない。数字や文章に現せるデータだけで人間を理解することは困難です。・・・生徒達はこれに苦しんでいます・・・毎日毎日成長し変化する生徒の姿は、教師の温かいまなざしによってしか理解されないであろう。『優しさ』と『きまり』との間に必要なもの、それは『生身の人間』まさに「教師の温かいまなざし」による。』この金言の『生徒』を『選手』に置き換えても十分に意味が通ると思います。そして、これまでの質問でお答えした大部分は、生徒から気付かされたこと、頂いたことです。選手のそばにいと実にかくさんのことを教えて貰えるのですね。

編集部の雑感ですが、伊藤先生はその独自の指導哲学を通し、生徒達に「命(時間)には限りがある」「物事を決め付けない柔らかい心を持つこと」「周りに生かされている感謝の気持ち」「常にそばにいて守ってくれる人がいること」などの『人生の智慧』を気付かせると同時に、「集中力」「柔軟性」「俯瞰力」「平穏な心」などの『トップアスリートが持つ高次元の素養』を身に付けさせていると感じました。なにより、この指導方法を「(生徒と)共に学んでいる」とする先生の姿勢は生徒の可能性を100%にも120%にも引き上げるのではと、感銘を受けました。これからも、聖霊女子高校フェンシング部の選手と伊藤監督の活躍に目が離せません!