

OPINION

オピニオン・スライス

SLICE

カーリング選手

鈴木夕湖さん

SUZUKI Yūmi

平昌オリンピック銅メダリスト、北京オリンピック銀メダリストであり、日本女子カーリング界を代表するチームであるロコ・ソラーレに所属する鈴木夕湖選手に、これまでのキャリアを振り返っていただくとともに、カーリングの醍醐味やこれからのカーリング界の展望などについて、お話を伺いました。



オリンピック出場まで

—— 最初に、鈴木選手がカーリングをはじめられた経緯について教えてくださいいただけますでしょうか。

常呂町（現：北海道北見市）にカーリングを広められた小栗祐治さんという方が私の母の知り合いで、私は、小栗さんに誘われて7歳の頃にカーリングを始めました。この時に、今チームメイトの吉田知那美選手も一緒に始め、あと、他の友達も4～5人くらい一緒に始めました。

小栗さんが最初にカーリングを常呂町に持ってこられた1980年頃は、屋外で、やかんなどを加工したものをストーン代わりにしてやっていたそうですが、その後、常呂町でカーリングが広まり、国内初の専用リンクができ、小学校でも4年生か

ら体育でカーリングの授業が行われるようになりました。

—— 小学生のときからカーリングを楽しむ中で、いつ頃から、オリンピック選手を目指そうという意識に変わっていったのですか。

私は、オリンピック選手の中でもオリンピックを意識したのはかなり遅いと思います。高専3年のとき、2010年にバンクーバーオリンピックがあり、オリンピックが終わった後、日本代表として出場された本橋麻里選手がチームを作ると言われたときに、本橋選手から誘っていただき、そこから本格的にカーリングをやり始めました。

そのときはまだオリンピックを全然意識していなかったのですが、藤澤五月選手が入って初めて日本代表になった2016年に世界選手権で銀

メダルを取ることができたことが自信につながり、世界を意識し始めました。

—— 高専を卒業して北見工業大学へ3年次編入で進学され、大学卒業後、信用金庫に就職されたと伺っていますが、その間もカーリングを続けておられたということでしょうか。

はい、そうです。信用金庫に就職してからは、仕事をしながらカーリングを続けました。

—— その信用金庫は半年で辞めたと伺いましたが、どのような経緯だったのですか。

大学卒業の年がソチオリンピックが開催された2014年で、私たちはオリンピックに出ることもできず、カーリングで就職ができる状態でもなかったため、信用金庫に就職しました。でも、カーリング活動と仕事

の両立が難しく、なんとか有給休暇を使ったりして活動を続けていたのですが、例えば、海外遠征に行くとなると、まとまった休暇をとる必要があり、普通に働きながらちゃんとカーリングをするのは厳しいなっていうのを、働いてみて身をもって感じました。それで、信用金庫を退職して、カーリングに集中することにしました。

—— 他の選手の方々はどんなさっているんですか？

このときは、本橋選手と馬淵恵選手がいらして、本橋選手はプロ契約のような感じでしたが、馬淵選手は働きながらやっていて、今所属している吉田夕梨花選手はまだ大学生だったので、ギリギリやりくりしながら、という感じですね。ですから結構みんな厳しいスケジュールでやっていたと思います。

—— 信用金庫を辞められた後は、朝から晩までカーリングの練習をされているのですか。

信用金庫を辞めてからは、トレーニングをして、カーリングをする日々です。退職後、すぐに海外遠征

に行く予定があり、カナダに行っていて、たくさんの大会に出ました。

—— さきほど本橋麻里選手のお名前が出ましたが、鈴木選手にとって、本橋選手はどういう存在ですか。

私は、中学卒業後、高専に進学しましたが、周りの友人も、高校3年生でカーリングを辞める人が多かったこともあり、高専の3年目を最後にカーリングは辞めて、残りの2年間は勉強して就職しようと思っていました。ですが、さきほどお話しましたように、高専の3年目が終わった年に本橋選手に声をかけていただいて、カーリングを続けることにしました。

—— そして、2018年に平昌オリンピックに出場され、日本カーリング史上初のメダルとなる銅メダルを獲得、2022年には北京オリンピックに出場され、前回は上回る銀メダルを獲得されたわけですが、本橋選手に声をかけられて人生が変わったといった感じですか？

本橋選手に声をかけられていなかったら、辞めていたと思うので、今カーリングをやっているのは本橋

選手が声をかけてくれたおかげですね。

北京オリンピック

—— 北京オリンピックで、勝てば準決勝に進出できるという一次リーグの最終戦でスイスに敗れ、悲痛な雰囲気の中でインタビューを受けられている最中に情報が入って、みなさん一瞬きょとんとされたあと、喜びではじけられた様子をテレビで拝見したのですが、あのときはどんな心境だったんですか？

あのときは、スイスに勝ったら準決勝に上がれる、負けたらおそらくLSD^{※1}というドロウの結果で決まるということは分かっていました。しっかり確認したわけではないんですけど、完全にドロウショットが悪かったので、負けたらたぶん終わるなっていうことは、みんななんとなく分かっていました。なので、負けた時点で、これでオリンピックが終わってしまったのかと思っていたら、インタビューを受けている最中に「上がることが決定しました！」って言われて…最初は本当に信じられなくて、「ドロウのこと知らないんだよ」ってみんなで思っていたら、ジェームス・ダグラス・リンドコーチに「本当に上がったんだよ」って言われて。で、すごくびっくりしたんですけど、すぐに気持ちを切り替えられました。

—— LSDの結果、敗退したカナ

※1 LSD (=ラストストーンドロウ) とは、各試合前に先攻か後攻かを定めるために投げられるストーンのこと。一次リーグで3チームの勝敗が並んだときは、LSDから算出された数値 (DSC) で一次リーグの成績が決まる。



©Loco Solare

ダのジェニファー・ジョーンズ選手がインタビュー中のみなさんのところに来て、後ろから抱きかかえるようにして、耳元でなにか言っていたシーンが印象に残っているのですが、あのときは何を言われていたんですか？

あれは、吉田知那美選手と藤澤五月選手がインタビューを受けていたときに来てくださっていたんです。もう終わったと思い込んで号泣していたところに来てくれて、「大丈夫だよ」、「あなたたちならできるから」というふうに声をかけていただいたそうです。

—— 決勝にいけなかったカナダの選手からそんなふうに言ってもらえたというのはとても素敵なお話ですね。

ジェニファー・ジョーンズ選手はレジェンドといえるくらい、カナダで一番有名と言ってもいいくらい、素晴らしい選手です。チーム・ジェニファー・ジョーンズは私も大好きなチームで、みんな人としても尊敬しています。自分たちが敗退した状況で、なかなかそういう言葉はかけられないと思うんですけど、その言葉を聞いて、改めて彼女を、人としてもカーリング選手としても尊敬しました。

—— 平昌オリンピックでは銅メダル、北京オリンピックでは銀メダルを取られましたが、平昌のときと北京のときで、受け止め方に違いはありましたか？

平昌のときは、最後は勝って銅メダルを獲得できたので、悔しい気持ちもありつつ、うれしい気持ちもすごく強かったです。

北京では決勝まで上がって、負けて銀メダルになってしまったので、逆に最初は悔しい気持ちのほうがすごく大きかったです。ただ、銀メダルは、なかなか決勝まではいけないっていうことが多かった中で、一歩上がったという気持ちもありましたし、同時に、世界一になるためには、まだ足りないものがあるんだなと改めて気付かされたきっかけでもありましたね。

勝ち負けはパフォーマンスについてくる

—— カーリングは、コンシード^{※2}という試合の終え方もあるように、グッド・ルーザーとして、勝った相手をたたえて終わるスポーツという印象が強いのですが、そういったことは他のスポーツではあまり見られないことではないかと思います。この点、何かお感じになるところはありますか。

他のスポーツはそれぞれの伝統もあると思いますが、カーリングは、相手に勝つというより、お互いに自分たちのベストなプレーを見せ合って表現をするスポーツで、相手はどうこうに関わらず、自分たちのパフォーマンスに集中するという意識の方が強いと思います。

—— 勝ち負けと、自分のパフォーマンスを発揮するというのは、比重でいうとどれくらいでしょうか？

パフォーマンスの方がかなり比重が大きいですね。私たちは、結果よ

※2 CONCEDE。終盤で点差が開いて逆転が困難と判断される場合に、相手に握手を求め形負けを認めて、試合を終わらせること。

りも過程にすごくこだわっているチームなので、パフォーマンス9、結果1くらいです。自分たちのイメージ通りにうまくいったときには勝っていることも多いので、私たちは、自分たちのやりたいことができたかどうかというのをすごく大切にしています。なので、勝っていても自分たちの思っていた試合ができなかったら、ちゃんと反省するようにしています。

観戦のポイント

—— プロリーグの選手がやりたいパフォーマンスは、初心者や、まだ見慣れていない人には、戦術的な面も含めて分からない部分があると思います。まずはどこを見たら、より分かりやすくなって、面白くなるのでしょうか。

選手の声をまず聞くことでしょうか。試合の解説の方も、私たちの声を解説してくださっていますので。解説の方はとても説明が上手なので、最初はまず解説をよく聞いて試合を見るというのがいいかなと思います。

—— 鈴木選手にとって、カーリングの魅力はどんなところにありますか？

私はもう20年以上カーリングをやっていますが、年々カーリングも進化していて、更にチャレンジして、成長できていると実感できるところが、プレーヤーとして一番魅力を感じますね。観戦する側としては、「置きたい場所に置けない囲碁」みたいに言う人もいるように、作戦はしっかりありながらも、何が起こ



©Loco Solare

るか分からないスポーツであるところもすごく楽しいところなのかなと思います。

大きな負けの後に成長

—— とはいえ、やはり、勝負事ですから苦しいこともあると思います。カーリングをやっている、苦しいなと思っていた時期もありながら、それを乗り越えて楽しいと思えるようになったとか、そんな心境の変化はあったんでしょうか。

確かに、ずっとカーリングをやっていると、大変なことのほうが正直多いんです。私たちは、去年頃から、練習試合でなかなか勝てないと

いうことが多く、勝ち負けが全てではないですが、やはり負けが続くと精神的にかなり落ち込むので、結構辛いです。でも、今までの5、6年間くらいの経験から考えると、すごく大切な試合での大きい負けの後にすごく成長できているので、「今は、頂上に向かって辛い山登りをしているんだ」、「この負けの後には自分たちは絶対に成長できている」と思って、頑張るようにしています。他方で、最近、年々カーリングがうまくなってきて、やっぱりうまくなればなるほど楽しめるなということも、同時にすごく実感しています。

試合で使うストーン

—— 試合では、使うストーンが予め決まっているんですか。

規格で、重さや大きさは決まっています。ただ、ストーンの裏の氷が接している部分を「エッジ」というんですけど、エッジのところの差で少し曲がりやすいストーンだったり、止まりやすいストーンだったり、滑りやすいストーンになります。オリンピックでも、「ナイトプラクティス」といって、試合が終わった後、夜中11時、12時くらいに、リザーブの石崎琴美選手とコーチが10分くらい投げて、このストーンはどんなストーンなのかということを確認してくれています。このストーンのチェックはすごく大切な作業になります。

—— 試合中も、リリースの前に選手の方々はストーンをよく拭いていますよね。あれは、滑り具合を調整するために、水か何かを拭いているのですか？

ストーン自体が、すごくゴミを噛みやすくて、ゴミが噛んでしまうと急に変な曲がりをしてしまったり、急に止まってしまったりするんです。ゴミがあまり付いてなさそうな石も、軽く拭いています。軌道は変えないくらいの強さで、ゴミだけよけるくらいの軽さで拭いています。

チームで過ごすコツ

—— 話は変わりますが、鈴木選手は、ご自身のキャラクターをどのように捉えられていますか？

自分は結構、物事を深刻に考えら

れないというか、楽天的なところがあるんですけど、そんなところが今のチームにすごく合っているのかなと思っています。吉田夕梨花選手とかはよく考えられる選手なので、吉田選手にはよく考えてもらって、私はとにかくよく考えず明るいみたいなどころでバランスが取れているのかなと思っています（笑）。

—— 多様性ですね。

はい。多様性です、本橋選手が個性を生かしてここまで育ててくれました（笑）。

—— 鈴木選手から見て、今のチームメイトというのはどんな存在ですか？

みんなそれぞれとても尊敬できますし、何かあったときは支えてくれますし、ずっと一緒にも暮らしていますし、本当に家族みたいな存在ですね。

—— 一緒に住んでいるというのは、遠征しているときにずっと同じ所に住んでいるということでしょうか？それとも、日本にいるときも一緒に合宿しているんですか？

日本にいて、常呂や北見で練習するときは、みんな家から通っています。

カナダとかに遠征に行くと、大きい一軒家を借りて、みんなで過ごしているんで、2～3カ月ずっと同じお家で過ごしています。なので、この人はこういう生活サイクルなんだなというのが分かってきて、みんななんとなく空気を察して、暗黙のうち、この時はちょっと静かにしておこう、となったりしていますね。

—— そこでぶつかったりとか、もう顔を見るのが嫌になったりとか、

そんなことはないですか？

ぶつかるほどのことはないですね。ただ、ジェームス・ダグラス・リンドコーチがカナダ人ということもあって、言いたいことはしっかり言おうというのはチーム内でも共通認識です。私たちはミーティングも結構開いていて、言い方だけは強い言い方にならないように、言いたいことはしっかり言い合うっていう時間を定期的に設けています。

その人の意見が絶対に間違っているとか、絶対に合っているということではなくて、「その人の意見はこうだけど、それに対して私はこう思うよ」という会話をするようにしています。

オフの過ごし方

—— オフのときは、ご自宅に帰ってゆっくりなさるんですか？

そうですね。今の時期は、アイスには乗らないのでトレーニングだけして、普段ちょっとできなかった、好きなこと、やりたかったことをしたりしていますね。ご飯も行きますし、最近、吉田夕梨花選手と石崎琴美選手と、「ちょっとマラソンしてみたくない？」っていう話になって、勝手に8月4日に自分たちだけで30kmくらい走ろうっていう企画をしているので、今は結構マラソンの練習を頑張っています（笑）。あとは、私は「JO1」というアイドルグループがすごく大好きなので、その動画だったりPVとかを見て気分転換しています。

小学校の体育でも、カーリング

—— 常呂町では小学校の体育でカーリングをしているというお話でしたが、常呂町の方は、みんなカーリングができるということでしょうか。

はい。みんなある程度は、普通の人よりはできますが、もっとやりたいという子は、小学校のうち、少年団に通って、中学生になったら自主的に活動します。常呂町の中学校にはカーリング部がなくて、中学校に入ったら別の部活動をやりながら、夜に自主的に練習したり、夜のリーグ戦に出て、常呂のおじさんたちに鍛えてもらっていました（笑）。

—— ちなみに、体育でカーリングをやるというのは、どこでどのようにするんですか？

みんな歩いてカーリングホールに行きます。ちょっと長めの体育の時間を取って、そこでカーリングをします。

—— そのカーリングホールには、いくつくらいシートがあるんですか？

常呂町は国内最大で、A、B、C、D、E、Fの6シートあります。6年前くらいに新しくカーリングホールが建ったので、それまでだと冬しか練習できなかったんですが、夏も練習できるようになりました。

—— 常呂町では、大人になって、あるいはおじいさん、おばあさんになってもまだカーリングを楽しんでおられるというような、カーリングが根付いた雰囲気なんですか？

私たちが今は忙しくて、常呂町のリーグ戦は出られていませんが、リーグ戦に出ている人は、10代の

中学生から60代の方まで、本当に幅広い年齢の方がいます。

2、3年前にコロナ禍で大会がすぐ減ってしまって、試合もできないから徐々に常呂町のリーグ戦に出ようとなり、ロコ・ソラーレで常呂町のリーグ戦に出ました。そのリーグ戦でずっと試合をしている知り合いのおじさんたちのチームは、とても上手で、私たちが危うく負けかけるみたいなことが結構あって(笑)。「ああ、このおじさんたちに私たちは育ててもらったんだね」って、改めてみんなで話していました。それくらい常呂町のおじさんたちはすごく上手です。しかも、おじさんたちもカーリングを楽しんでやっているの、「楽しむ」ということもそこで学ばせてもらったなと改めて思います。

子どもを産んでも、年をとっても

—— 全国どんな町を見ても、常呂町みたいにカーリングを老若男女問わずみんなで楽しんでいるような町って他にないと思います。

カーリングのいいなと思うところは、結構年を取ってもできるスポーツになっているところです。生涯スポーツじゃないですが、小さい子からおじいちゃんになってもずっと楽しめるところが本当にいいなと思っています。

—— 確かに生涯スポーツで、女の人も結婚したり子どもを産んでも続けられますよね。

そうですね。でも、日本でも子どもを産んですぐ続けるという選択をし

たのは、本橋選手が初めてくらいなので、これからどんどんそういう選手が続いてきたらいいなと思います。

—— 鈴木選手も含めて、みんなそうやってずっと活躍していただくと、女性は元気をもらえますよね。

そうですね！ 結婚したり子どもを産んだりしても活躍しているというのは、いろんな方面にも元気や希望を与えることができそうです。でも本当に本橋選手はすごいです。

カーリング体験

—— このインタビューをさせていただく前にカーリングを体験してみたのですが、すごく楽しかったです。テレビで拝見していると一番しんどいのがスweepなのかなと思っていましたが、初体験だったからか、一番しんどかったのが、ショットの前の姿勢でした。足をかがめて膝で立つような感じの、あの姿勢がかなりしんどかったのです。

選手の方々が一番試合で疲れるなと感じるのは、体力的なものなのか、それとも頭が疲れるのか、どちらなのでしょう。

カーリングが楽しいと思ってもらえてよかったです！

私は、投げてスweepをたくさんするセカンドのポジションなので、結構体力的に疲れるのですが、スキップの選手は、作戦だったり、次に起こること、アイスの状態などをずっと考えないといけないので、本当に頭がすごく疲れます。

私はスキップをやることはないんですけど、ミックスダブルスということで、男女ペアで2人でやる種目に出

ることがあります。そのときは自分で作戦も考えて全部やらなきゃいけないんですが、徐々に私が作戦とかを考えたときに、本当にすごく頭が疲れて何も考えられなくなってしまって……なので、本当に「スキップってこういう頭の疲れ方をするんだな」っていうのをミックスダブルスで学ばせてもらいましたね。

—— 体験して始めて分かったのですが、ストーンを投げる以前の問題として、まっすぐ滑れなかったです(笑)。初心者の方にアドバイスというか、こうやったらちょっとうまくなるっていうのがあれば、ぜひ教えていただきたいです。

カーリングの姿勢って、基本的にはすごく柔軟性が必要です。ちょっと体が硬いと、硬いほどどんどんそれに付随して、ちょっとずつフォームがずれていってしまうので、とりあえず、まずはストレッチをやるといいのかなと思います(笑)。

カーリングの浸透

—— 常呂町のカーリングホールにはカーリングシートが6面あるとのことで、すごいと思うのですが、関西でカーリングをしようとする、先日、体験に行った時も、京都の宇治の『木下アイスアリーナ』という、ちょっと家からは遠い所がなんとか予約できたのですが、まだ場所がほとんどない状態です。カーリングは楽しいので、もっとカーリングが普及して、全国にカーリング場ができればいいなと思っています。

鈴木選手は、これからカーリングがどんどん浸透していくために、ど



ういうことが必要とお考えですか。

カナダとかは、広いアイスアリーナで何千人もお客さんが入るような所でよく大会をやったりするので、日本でも、もし可能ならそういう大会を開いて、たくさんの方にきていただいて、もっとカーリングの魅力を広めたいなというふうに思っています。ただ、何より、今、私たちにできる一番大切なことは、私たちが世界で活躍し続けて、強く楽しくて面白い試合を見せ続けるということだと思っています。

—— テレビで見るのと、実際に会場で見るとだと、やはり違うものでしょうか？

そうですね。音や迫力は、実際に見て感じ取れますし、寒さも感じる事ができます。あと、声そのまま、「あ、こんな感じでしゃべっているんだ」とかも分かります。テレビでは、スキップとサードの声が切り取られることが多いのですが、意外

と他の2人もしゃべっているんだとか、そういう発見もあると思います。そして、やはり私たち自身も現地で応援していただくとすごく力になるので、それはすごくうれしいです。

—— 今のお話に関連することですが、大阪にもフィギュアスケートをするようなスケートリンクはありますか。カーリングには、そのようなリンクも使えるのでしょうか？それとも、専用のリンクがあるのですか？

私も、1度愛媛で、そういうスケートリンクみたいな所でやったことがあります。ただ、カーリングではアイスが真っ直ぐであることがすごく重要で、やはりスケートリンクみたいな所は、若干アイスに傾きがあったりしてすごく難しくて(笑)。私でも結構うまく投げられないくらい難しかったです。なので、専用リンクでやったほうが、まっすぐ投げやすく、初心者の方でも「思ったよりもできる！」ってなるんだろう

なって、専用リンクじゃない所でやって、私も初めて思いました。専用リンクとそうでない所では、全然違いますね。

—— ちなみに、ロコ・ソラーレの練習は、一般公開で誰でも見られるのですか？

はい。今の常呂町のリンクだと、1階はアイスの上で練習する人しか入れないようになっていますが、2階は見学だけの方でも入れるようになっているので、2階に上がっていただければ見学可能です。

——本日はお忙しい中、たくさんお話をおきかせいただき、ありがとうございました。今後もますますのご活躍を期待しています。

2022年(令和4年)7月8日(金)

インタビューー： 尾崎雅俊
飯島奈絵
豊島健司