

2008スプリングフェスティバル

★ 目標に向かって走れ!!

サッカー元日本代表

北澤 豪氏 特別講演会開催 ●平成20年4月3日(木)

元Jリーガー、北澤豪氏による特別講演会は、平成19年度体育会会長の松山隼也君(機械工学科4年)と平成19年度フットサル部主将の土井洋和君(環境情報学科4年)を質問者としたユニークな質疑応答スタイルで行われました。途中では、ボランティア活動の一環として、北澤氏がソパレスチナ自治区ジェリコ市にてサッカー親善試合を行ったときのドキュメントDVDも上映。ここでは、充実した講演の様様をダイジェストでご紹介します。

ボクは高校までである意味でサッカーエリートでした。試合ともなれば必ず11人のメンバーの中にも選ばれるという自信がありました。だけど社会人になったら、全然試合に出してもらえない。フィジカル面はもちろん、メンタル面がまだ成熟していなかったんですね。それに気づいたのは、父のアドバイスがきっかけ。「お前は監督によく怒られるだろう? それは監督のほうがお前のことを理解しているということじゃないのか。お前自身は自分のことを知らないんじゃないのか」と父は言うんですね。そういえば自分はまったく自分のことを振り返ってなかったと気づいたんです。練習にしても、自分の長所、短所を把握せず、ただ与えられたノルマをこなすということの繰り返し。これではダメですね。そこで一度自分のいいところと悪いところをノートに全部書き出してみた。すると書いているうちに、長所を伸ばすためにやるべきことや短所を克服するためにやるべきことが明確に見えてきた。いま自分にはどんな練習が必要なのか、論理的にわかったわけですね。おかげで以後はぐっとスキルがアップ。頭が論理的になっているために、プレイスタイルもそれまでとはガラッと変わりました。ボクはスピードがあるほうではないのですが、頭の回転が速くなると、プレイのスピードも上がるんですね。それで試合にも出してもらえるようになりました。その後、日本サッカーリーグで得点王になり、日本代表選手にも選ばれたのも、このときに自分自身を客観的に見つめ直したおかげです。

ボクのこのエピソードは、皆さんが目標を達成する上でも役立つのではないのでしょうか。まずは自分自身と真剣に向き合うこと。

そうすることで、目指すゴールに至るプロセスで自分が何をやらなければならないかが見えてくると思います。

それと目標に近づきたかったら、間近なことだけじゃなく、ちょっと先まで見渡せる視野の広さも必要でしょう。サッカーを例に出すと、一流の選手になるにはゲーム開始のホイッスルが鳴ったときに、その瞬間のことしか考えていないようではだめで、終了のホイッスルが鳴るまでゲームの流れを頭の中でなんとなくプランニングできていなければいけない。中村俊輔君などがそうですが、ゲームプランを立てられる人は、顔つきが他の選手とまったく違う。もちろん実際のゲームはプラン通りに進みませんが、そういう思考ができていれば、ゲームが終わった後の反省もとても発展的なものになり、たとえ負けたとしても次のステップアップに繋がるのです。皆さんもそんな先の方まで見渡せる視野を是非養ってください。



■北澤豪氏プロフィール

1968年、東京都生まれ。読売サッカークラブ・ジュニアユース、修徳高校、本田技研工業サッカー部を経て、読売クラブ(現東京ヴェルディ)へ。98年にはJリーグ通算200試合出場達成。日本代表として多数の国際試合で活躍。03年に現役引退。現役時代からボランティア活動にも積極的に取り組み、04年Jリーガーでは初の日本サッカー協会国際委員に就任。JICAオフィシャルサポーターとしてサッカーの発展・普及に努めている。