

## 2008年北京で見た中国陸上競技

早稲田大学本庄高等学院 教諭 田邊 潤



私は、早稲田大学からの交換研究委員として 2008年4月から1年間北京大学に派遣され、中国の陸上競技と中国人の健康法について研究調査を行った。ちょうど滞在時期が北京五輪とも重なったため、急速に変化する中国スポーツについて肌で感じる事が出来たのは幸運であった。このレポートは、北京で私が目にした中国の陸上競技事情と中国人と陸上競技について、私が肌で感じたことの報告である。



北京大学の400トラックでは太極拳の授業が行われる 後方に見えるのが北京五輪の卓球会場

### 予想を超えた中国近代化のスピード

私が北京をはじめて訪れたのは1990年、それ以後何年かごとに訪れていたもので、北京の街の様子は自分では大体わかっているつもりであったが、実際に住んでみた印象は大きく違っていた。一言で言えば「施

設が立派、物が豊富」になったということに驚きを感じた。これには北京五輪開催が決定して以来、財政面も人的支援についても文字通り国を挙げて五輪の準備をしていった中国という国のエネルギーなパワーを見せられたという印象である。私の滞在した北京大学には体育学部がなかったため、陸上競技施設自体は最新鋭のものではなかったのであるが、それでもオールウエザーの400mトラックに加え、メインスタンド下には、直線走路や走り幅跳びピットを持つ室内練習場が整備されていた。また、北京ではどこでも当たり前のことなのであるが、室内練習場は冬季になると全館暖房になり、選手にとって快適な練習空間となっていた。



北京大学陸上競技場のスタンド下にある室内走路



北京体育大学の屋外トラックは3面。スーパーXのトラックでは記録会も開催される

体育施設の面で最も驚いたのは、北京体育大学である。北京体育大学は中国のスポーツ指導者のリーダーを育てる大学であるが、世界陸上競技連盟のアジア拠点に指定されたこともあり、素晴らしい陸上

競技環境が整っていた。400mトラックはオールウェザー3面あり、サーフェースも1面はスーパーXで、ここでは記録会等も行われていた。残り2面はウレタン系のトラックで、大学の授業にも利用しやすいように、多人数に対応した多くの走り幅跳びピットや、ずらっと並んだ砲丸投げのサークル、傾斜走路等体育の授業を意識した設計で工夫されていた。



また、「陸上館」と呼ばれるオールウェザーの室内トラックもあり、授業や陸上部の練習用として活用されていた。室内トラックの中には幅三段跳び用の砂場、棒高跳びピット、高跳びピットがあり、トラックの外にはネットに投げ込む形で砲丸、円盤、槍の投擲種目が出来ようになっていた。



さらに、バウンディング用にソフトに作った走路や背面跳びのフォームを学びやすい高い位置のマット、高さの異なるデプスジャンプ台等用具の工夫も随所に見られ、陸上競技の授業やジュニア指導を念頭に入れた設計であった。

バイオメカニクス研究を行うスポーツ科学研究棟には本物の人体標本が多数あり、バレーやバスケットの姿勢で安置されていた。また、バイオメカニクス

研究用には直線約80mの端に砂場も設置された室内走路もあり、選手の疾走速度や足圧を即座に分析できる装置が埋め込まれたトラックも完成していた



バレーボールを持つ本物の人体標本



足圧や接地時間が瞬時にわかる研究棟の室内走路  
北京五輪は国家プロジェクトとして中国の威信をかけた大会であった。それだけに各競技への強化費用も莫大であったようで、北京体育大学の構内に完成した新トレーニングセンターもまた驚くほど立派なのであった。直線120mに300mのトラックを持つ室内競技場はアジア1の大きさを誇り、巨大な建物と美しい室内トラックには驚かされた。



縦200m近くある巨大なトレーニングセンター



世界第二の広さを持つ室内トラック



最新のトレーニング機械と足浴ベンチ

このセンターには体操場やトレーニング場、そしてマッサージや身体のケアをする場所も多くあり、アメリカやヨーロッパから集めた最新鋭のトレーニング用具と中国伝統の鍼やマッサージとの融合された環境を目のあたりにして、ここでトレーニングが出来る中国の選手達をとともうらやましく感じた。

毎年北京で開催されるスポーツ用具の国際見本市を見ても、現在アメリカで使用されている用具の多くが中国製であり、施設用具やウレタントラック素

材、人工芝等は種類も豊富で、現地では原価も安いので中国国内での普及が急激に進んでいるように思えた。



ただし、スパイクやウェア等細かな精度が問われる用品については日本と欧米の製品が中心で、中国人選手も一流選手は中国製のスパイクは使用していなかった。中国製で欧米の技術を追求しようとしている製品は少なく、品質的に日本や欧米のメーカーと競争してゆけそうなものは、中国人の元体操金メダリストの李寧氏が設立したR社の1社のみと感じた。

## 中国の陸上競技事情

中国の陸上競技は伝統的には跳躍種目に優れ、走り高跳びでは過去に男女の世界新記録も誕生させた。しかし近年では、いわゆる馬軍団で育てられた長距離、そして劉翔選手の110mハードルでの活躍の印象が強い。跳躍種目に比べると、伝統的にスプリント種目においては弱く、北京五輪においてもスプリント種目に限って言えばそれほどの強化実績はあげられなかった。

私の指導教官である北京大学の李チャオビン先生は

十種競技の元中国チャンピオンであるが、五輪の話をして「日本に比べると中国の短距離はだめだねえ。オリンピックも期待できないよ。」という感じであった。

これには様々な要因があると考えられる。練習を見学して見ると、体格的には素質のありそうな選手が多いが、日本に比べると技術的な探求が不足しているのではという印象である。滞在中に観戦した試合では北京市内の大学対抗戦である「首都大学陸上大会」の跳躍種目は、日本インカレの一部レベルを超えるほどであったが、短距離種目はそれほど高いレベルではなかった。人口の多い中国は日本人から見ると「スポーツに素質のある人も10倍いる」と思われがちであるが、実際の中国の社会事情を見ても単純には考えられない。中国では資産が沿岸部の都市に集まるといわれ、内陸部の都市や農村と上海や広州、北京のような都市部に住む人では貧富の差が大きい。



**北京の大学対抗戦・首都大学選手権のレベルは日本の大学とほぼ同じ**

また、中国では都市部に住む人の都市戸籍と農村部に住む人の農民戸籍で異なり、簡単には変更できない複雑な事情がある。学校体育は日本同様に行われているが、いわゆる放課後の部活動は盛んではなく、スポーツに才能のある子供達は、各地にあるスポーツ重点学校に集められ、特別な環境で育てるのが伝統である。幼少時からのスポーツ選手育成システムには、ソビエトや東ドイツ等の旧共産主義国と同様なものを感じた。これは国威発揚策としてスポーツが大きな役割を果たしてきた時代の流れであろう。そんな社会事情の中、農村部の子供たちでスポーツの才能を見出された子供達はスカウトされ、離れた都

市で寄宿舎のあるスポーツ学校に進む場合が多い。一方、都市部に住む子供には厳しい受験勉強が待ち受けていて、幼児期からの英才教育も盛んで、運動どころではない。都市部の子供たちの遊びはもっぱらテレビゲームで肥満の子も多い。都市部の子供達は幼い頃から、有名大学を目指しての受験勉強が始まるので、都市部で子供を持つ親は、よほどスポーツの才能に自信がなければスポーツ学校には進学させない。中国では伝統的に優秀なスポーツ選手は、子供の頃から選抜され、スポーツ重点学校に通い、勉強はしないでスポーツに集中するという流れが強い。そのため、才能が伸ばせなかったり、故障で競技を断念したりする場合を考えると、親達は子供をスポーツ学校には入れたくないという事情もある。そんな伝統を持つ中国の子供達のスポーツ事情であるが、近年ではアメリカや日本のように「文武両道」を目指すことの意義が唱えられてきている。北京大学は、中国の大学の中でも有数の入学試験の厳しい大学であるが、近年では高校在学中の競技成績も考慮して入学できる数人の枠を設け、陸上競技でも優秀な学生を受験で優遇するシステムも出来ている。

## 中国人の素顔

中国という国を考える上で頭に入れておかねばならないことは、人口が日本の約10倍の13億人であるということである。人種を見てみるとその95%が漢民族。残り5%がその他の55の民族である。私たちが会おう多くの中国人は漢民族であり、日本人よりも背が高くすらっとした印象の人が多く、特にスタイルのいい女性も多く、若い女性のダイエット熱、特に美しい足への願望は強い。これには子供の頃から正座をさせる習慣もなく、おんぶではなく、足をだらっと伸ばして抱く育て方も影響しているかもしれない。また、脚の裏側を伸ばすストレッチも大好きで、街角にある公園のあちこちでは老若男女が足を台に載せて伸ばすハムストリングのストレッチをよく見かける。

中国では街角の公園のあちこちに、筋力トレーニング用具が設置され、中高年の人々がこの用具を使ってトレーニングする風景がよく見かけられる。これはスポーツくじの収益金等を元に政府が中心となり進めているものである。



### 中国人はこのストレッチが大好き

日本でもお年寄りの転倒予防等で筋力アップの重要性が叫ばれているが、誰もが無料で使えるマシンを公園に設置するまでには至っていない。中国のこの屋外筋力マシンへの取り組みは年を経て進化し、どのマシンも新しい運動動作を積極的に取り入れながら、自体重を利用した負荷の工夫がされていることには感心した。



### スクワットマシンとムーンウォーカー（奥）

私の出会った中国人の印象は「明るい人が多い」というもので、街で出会った一般市民は誰もが話好きで人懐っこく、いつも笑顔で話が聞けた。北京の公園では毎日、多くの人々が外でエアロビクスや社交ダンスに興じているが、日本人なら恥ずかしいと感じるダンスでも中国の人々は外で楽しそうに踊っているのを見て、中国人の性格は日本人よりも欧米人に近く、ラテン系の人々のように明るい人が多いと感じた。また、五輪等で人々が集団で応援する風景を見ると、集団の団結力が強いのかと思っていたが、実際の様子を見てみると、とにかく他の人よりも目立ちたいと考える人が多く、チームプレーよりも個人プレーの方が得意だという印象を持った。これは

北京五輪での成績にも反映されていて、体操や重量挙げ、飛込み等の個人種目では活躍したが、サッカーをはじめとする団体種目ではそれほどいい成績が残せなかったことでもわかり、北京市民の間でも話題になっていた。中国滞在時に感じたことは、日本人のような「職人気質」は中国人には薄いということで、中国の人々は大雑把に物事をとらえ、細かなところは気にしない感じがした。

## まとめ

私は一年間ほとんど北京に滞在していたため、中国全土を広く範囲に調査したわけではない。そのため、このレポートは、中国の陸上競技と言ってもあくまで北京市内に限った中国レポートといえる。北京市は五輪のために莫大な資金を投入されてきたので、鳥の巣競技場のように世界有数の競技場も建設され、特に恵まれた環境が整備されてきたといえよう。中国でも田舎の町を見れば、このレポートとは全く違った、泥のトラック、古い施設用具という環境でいまだに競技が行なわれている場合もある。

とはいえ、ここで紹介したような最新の施設を利用しながら、今後は科学的な研究アプローチが増えてゆくことで、中国の陸上競技界も更なる発展を見せて行くであろう。中国人にとって、どちらかという苦手な「細部へのこだわり」が、中国人自身の科学的な研究により解明され、その価値が見出されたとき、中国のスプリント界も一段と飛躍したものになるのではと思っている。

