

## 第6回日本テニス・スポーツ医学研究会

13:00～14:20 市民公開講座—東京オリンピックにむけて—

### 『プロテニスプレーヤーを目指す高校生にとって 大学体育会テニス部の意義』

パネリスト

山本 育史氏

日本プロテニス協会常務理事

グロープライド株式会社

森 徳詞氏

亜細亜大学学生センター学生生活課

亜細亜大学テニス部コーチ

三橋 大輔氏

筑波大学体育系 准教授

筑波大学テニス部監督

松本 健太郎氏

東海学園大学テニス部監督

## Post 錦織選手を 目指すなら



- 小学生時代からテニス漬けの生活
- 中学卒業と同時に(もしくは在学中)世界へ!
- そんな選手はまれ?(50年～100年にひとり)

誰でもプロ選手を目指せる環境がないと、  
100年に一人に選手も出てこない

## プロを目指すジュニア(中高校生)

- どうしたらプロテニスプレーヤーになれるか?
- インターハイ・全日本ジュニア優勝クラスなら  
高校卒業後にプロに転向でもいいが
- そうでない選手は?
- プロを引退したらどうやって生活している?
- 大学(体育会テニス部)卒業後にプロに転向...



- プロテニスプレーヤーになる方法の一つではない
- 高卒でプロになる道、大学へ行ってからプロになる道
- ジュニアたちの『道しるべ』になればと、この市民公開講座を企画させていただきました。
- テニスが好きなジュニア、プロを志すジュニアが増えてテニス界が活性化してくれることを願っています。

## 本日の進行

1. パネリストの略歴紹介
2. パネリストからのスライド
3. パネリストに質問

## 山本育史(やまもと やすふみ)氏

- 1971年生まれ
- 堀越高校卒業
- 88年高校総体 単優勝
- 89年全日本ジュニア18歳以下 単優勝
- 90, 91年全日本プロ 単優勝
- 91, 92年全日本選手権 単優勝
- 自己最高全日本ランキング:3位(92, 93, 95年)
- 自己最高世界ランキング:291位
- 元デビスカップ代表選手



全豪オープンにて

## 森 稔詞(もり としつぐ)氏

- 1969年生まれ
- 清風高校、亜細亜大学卒業
- 87年高校総体 単複団体準優勝
- 90、91年全日本学生 単優勝(アジア単複優勝)、91年複優勝
- 92年全日本選手権 複優勝
- 94年全日本室内 単優勝
- 自己最高全日本ランキング: 単5位(94年)(複4位)
- 自己最高世界ランキング: 単579位、複473位
- 91年ユニバーシアード代表
- 元ユニバーシアード男子代表監督



## 三橋大輔(みつはし だいすけ)氏

- 1969年生まれ
- 東海高校、筑波大学大学院卒業
- 90年全日本学生 単3位
- 91年ユニバーシアード強化指定選手
- 92年九州毎日オープン 単優勝、93年埼玉オープン 単優勝
- 全日本選手権 単7回出場
- ヨーロッパサテライト転戦
- 元東海学園大学硬式庭球部監督
- 筑波大学体育系准教授、硬式庭球部監督



## 松本健太郎(まつもと けんたろう)氏

- 1974年生まれ
- 兵庫県立神戸高校、筑波大学大学院卒業
- 日本国内およびメキシコサテライト転戦
- 01年全日本選手権 複ベスト32  
(全日本選手権 複5回出場)
- 02年北海道選手権 複優勝
- 03年茨城オープンつくば市長杯 複準優勝
- 元筑波大学硬式庭球部女子監督、國學院大学コーチ
- 東海学園大学硬式庭球部監督



## パネリストからのスライド

## パネリストに質問

いつ頃からプロもしくはツアー参戦を  
目指しましたか？

- プロを意識したしたのは**高校生**になってから。決断したのは**高校卒業間際**。(山本氏)
- プロを目指し始めたのは、**大学3年生**の頃。ツアー参戦は、**大学1年生**の頃。しかし、勉強不足でした。(森氏)
- **大学2年生**の時から国内ツアー(JOP)に出場し始め、プロ選手など対戦するようになった。海外に出始めたのは**大学4年生**からなので、遅かったように思う。情報も少なかった。それまではプロの世界(ツアー)を考えたことはなかった。(三橋氏)
- **大学1年**からツアー参戦(プロ登録をすればなれましたが登録はしていない)



- テニスで身を立てていこうと思ったのは**大学生**になってから。プロ選手に試合で勝てるようになったり、日本のトップ選手たちと互角以上に戦えるようになったりして、**手応えを感じたから**。(土橋氏)



プロテニスプレーヤーになるには  
どうしたらなれますか？

## 盛田テニスファンド

- 盛田正明氏が私財で設立した基金  
(中学生の米留学費用:1000万円/年を援助)
- 応募資格:全国選抜ジュニア、全日本ジュニア12歳以下14歳以下シングルスBest 4以上
- 書類審査合格者は2次選考、3次選考(2週間留学)
- 奨学金は返済不要  
世界ランク100位以内になったら後輩の奨学金として、年間獲得賞金額の10%をファンドに返還

- **なれると信じて、当たり前のことをコツコツ継続**して積み上げる。(山本氏)
- プロ転向するには、**ぶれない軸(考え)**を持つことと、**勇気と決断力**。そして、**ハングリー精神**と何よりも**決意**だと思います。(森氏)



- プロ・アマを問わずテニス選手として成長するためには、**テニスを楽しむ**、その中で目標に向かってそれに見合う練習に**根気強く取り組む姿勢**が必要。
- その練習を継続するためには健康を第一に考えなければならないので、普段の生活における食事や睡眠が大事となる。と言うように、まずは、**当たり前のことができるようにするのが大前提**である。(土橋氏)



## 大学卒業後に実業団を経てプロになるケースについて。



- 心のタフさ、体力のタフさを求められるプロの世界においてジュニアの段階でプロになるには、多くの**海外経験、試合数、計画的な体力づくり**などが必要である。
- しかし、それが実行しにくい日本の環境、教育現場では**大学、実業団**でもまれることはプロになるための**選択の一つ**だと思う。



- **中学／高校**でのプロ転向は**リスクが高くなる**と思う。(リスクが高い分可能性も高まるわけですが...)
- 中学／高校で**省**いてきてしまったことを数年後取り返すことは容易ではない。**人間関係の構築**や**一般教養**の取得、仲間がいることによって磨かれる**人としての部分**など。
- その点、**大学や実業団**を経てのプロ転向には、**省くことなく**時間をかけられる利点がある。また、現状では**プロのピークも28歳前後**なので時間という部分では遅くは無いと思う。



- 近年、プロの世界では**テニスのスピード化**などに伴い**フィジカル**が鍛えられ、その結果選手としての**ピークは遅くなり選手寿命も長**くなっている。それが良い成績を出すための大きな要素となっている。
- そのため**ジュニア期**からプロに転向しても**フィジカル面が未発達**であるため良い成績を出すのは難しく、**大学や実業団**などでフィジカルを鍛えてからプロの世界に挑戦するという考え方が増えつつあるように思う。
- ただし、大学や実業団で活動する間の試合の選び方については高卒のプロよりも時間的な制限があるため、慎重になる必要があると思う。



- **大学卒業後ぐら**いは**可能性がある**と思って活動していましたが、**実業団**を経てからは遅いと思います。(松本氏)



- 早くプロになるに越したことはないが、人それぞれ身体やテニスの成長速度が違うので、絶対に高校からプロにならないといけない事はないし、**年齢を経てもチャンスはある**と思う。
- ただ、早くからATPやWTAのポイントを獲得したり、世界をツアーで回る経験などをできない事がハンデになるのは事実。
- **大学を卒業してから12～18ヶ月**くらいを目処とした、短い時間である程度の結果を求めて行かなければいけないと思う。(土橋氏)

## プロになって(もしくはツアー参戦して) 良かったことは何ですか？

- **世界から見た自分**、世界から見た**日本**を知ることができたこと。多くのことを**自分自身の考えで行動、決断、実行**できるようになったこと。(山本氏)
- **世界中に友人**が出来たこと／**自分自身を見つめる**機会が増えたこと／非常に魅力的な方々の時間が持てて、自分自身の**人間力を磨けた**こと／世界中での色々な体験(食事や沢山の文化に触れることが出来た)こと／好きなことを貫くことで見えなかったモノが見えてきたこと／**沢山の判断を体験**できたこと。(森氏)
- 選手活動をしたことで**多くの人に出会い**様々な考え方に触れることができた。また国内だけでなく海外にも行ったことで**見聞を広める**ことができ、**日本の素晴らしさ**も認識することができた。(三橋氏)
- 技術、体力や戦術面で圧倒的に自分よりレベルの高い選手に多数遭遇したこと。大会出場時の**選手仲間**が指導者になっており、大学卒業後や転職後のコーチ、監督業で役立っている。(松本氏)



- 世界中の**テニス選手**とプレーができたこと。
- テニスを通じて**様々なジャンルで活躍する人**とお会いすることができ、自分のテニスや生き方に影響を与えてくださったこと。
- **海外の文化**に触れることができたこと。(土橋氏)


思い出に残る試合を教えてください。



- 高校や大学の強豪校の選手に勝った試合。また負けたが、トッププロ(辻野隆三、石井弘樹)選手や高校総体のチャンピオン(岩淵聡、石井弥起、古川隼人、山下剛選手)との対戦は思い出に残っています。
- 87年 タイジュニアU12  
(相手は小1 パラドン・スリチャパン アジアNo1)
- 92年 関西選抜ジュニアU18(清風高校No.1)
- 95年 関東学生(大学3年夏)(3回戦 早稲田大学No.1)
- 03年 茨城オープン準優勝(インカレ単優勝者に複で勝利)

### 筑波大学(初年度リーグ戦)



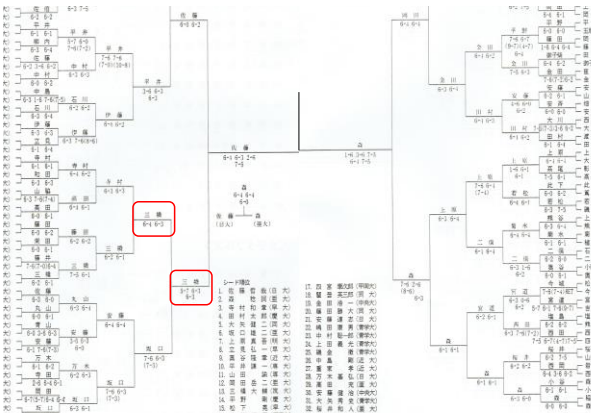
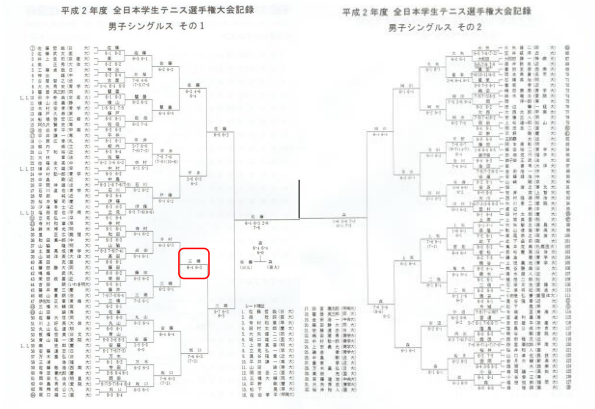




- インカレ

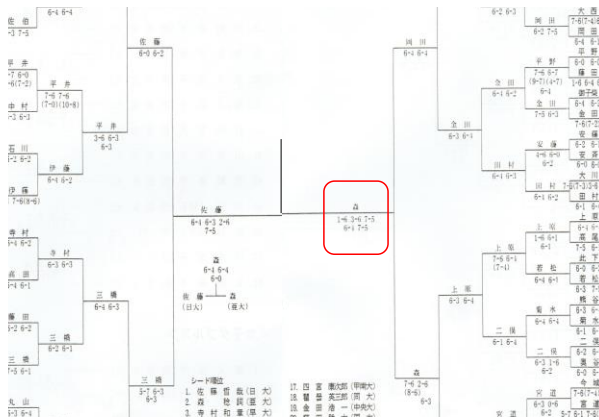
高校時代に一度も勝てなかった相手にサーフェスが人工芝であったにも関わらずネットに積極的に出て勝利

90年全国学生選手権 (インカレ) 単3位


高校時代に一度も勝てなかった相手にサーフェスが人工芝であったにも関わらずネットに積極的に出て勝利

- 大学3年次のインカレ準決勝
- ※全国大会シングルス優勝へ向けての初の決勝進出を賭けた一戦と初の5セットマッチ
- 大学4年次の1回戦




**・第1シード**



**森 悠詞 (東証選大4年)**

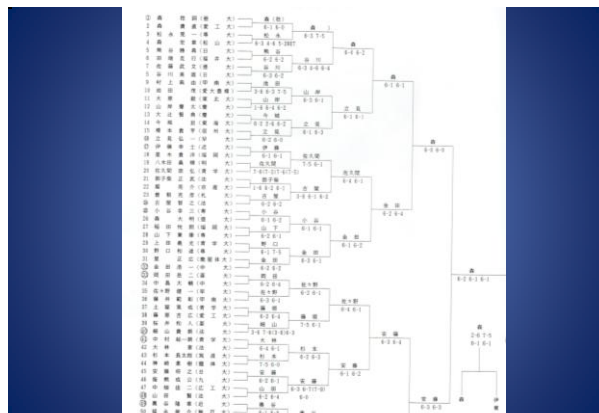
1990年度	アジア学生テニス選手権大会	優勝
1990年度	全日本学生テニス選手権大会	優勝
1990年度	全日本学生室内テニス選手権大会	ベスト4
1990年度	全日本学生テニスランキング	第1位

**・第6シード**



**三橋大輔 (筑波大4年)**

1990年度	全日本学生テニス選手権大会	ベスト4
1990年度	全日本学生室内テニス選手権大会	ベスト16
1990年度	全日本学生テニスランキング	第4位
1991年度	関東学生テニストーナメント大会	ベスト4




**・関西オープン**

デ杯選手に対し、クレーコートであったにも関わらずネットに出て勝利

**・ポーランドのサテライト**

クレーコートでネットに出てポーランドのデ杯選手に勝利




**・デ杯グループIIオセアニアゾーン vsフィリピン戦 (アウエイ)**


※国別対抗戦の雰囲気と異国で聴いた国歌。


**・vs中国戦**

※母国でのグループ1残留を賭けた戦い。勝敗のかかった最終シングルス。チームメイトの捻挫。そこから5セットでの大逆転。応援団長をかかってたデ杯。



**・92年 デビスカップ中国戦**



- 全日本テニス選手権大会ダブルス準決勝と決勝戦  
※準決勝では逆転勝ち。決勝戦は、初の全日本タイトル獲得。
- 全日本室内テニス選手権大会決勝  
※初めてのシングルス全日本タイトル。極端な戦略と今までとは違った思考で挑んだ戦い。








- 91年 土橋登志久フェド監督との決勝戦  
 (全日本選手権)  
 6-3, 6-4, 3-6, 5-7, 6-1




- 91年全日本選手権の決勝戦対山本戦

2セットダウンから挽回し2-2に。ファイナルセットのファーストゲームをブレイクし、自分に流れがきたが、突然左ももが痙攣を起こし全く動けなくなり、目標であった優勝を達成できなかった。

その他デビスカップ出場、インターハイ、インカレ等(土橋氏)



- 83年 全国小学生大会決勝戦  
 (現デビスカップ日本代表コーチ増田健太郎さん)








アジア大会・全日本メンバー(94年 広島)

国内および海外ツアーで出場試合はどのように選択しますか

- かなりの部分を**ランキング**が影響する。ほとんど選手が、経験者、仲間からの**情報**で本人が決定をする (山本氏)
- まずは知ること。ポイントシステム、大会数、場所など。そして、初めてのポイント獲得(IOPポイントやATP/WTAポイントなど)へ向けてのスケジュール作成。最後に自身の目標とする大会(全日本選手権や4大大会など)へのロードマップの作成。大会数は、年間52週間として**3週試合1週間休み**or**トレーニング期間**と考える。目標とする大きな大会へ向けてのスケジュールとポイント(ランキング)を考慮して作成すること。(森氏)
- 大学および大学院に所属していたので**授業と資金**とのバランス、**他からの情報**(どこがポイントを得やすいかなど)を基に選択していた (三橋氏)
- 大学学事**のカレンダーとITAやITFのトーナメントカレンダーを見て選んだ。また、**予選のドロースイズ**など参加できる可能性の有無で選択した。(松本氏)



- ポイントを取りに行ける大会と挑戦する大会**を上手く調整し、ポイントを取りながら次のステップに行くためのスケジュールの計画を立て、遠征していた。
- できれば、**コーチやトレーナーを帯同**させ、環境を整えて回ることがベストである。できれば、複数の選手でシェアしてコーチやトレーナーをつけるというアイデアもある。(土橋氏)



プロ選手の給料は？  
(賞金だけですか?)

■軒並みに10%以上アップした今年の4大大会の賞金額と

大会名	全豪オープン	全仏オープン
賞金額	3,300万ドル (約31億3,400万円)	2,500万ドル (約24億2,400万円)
優勝賞金	265万ドル (約2億5,200万円)	165万ドル (約1億5,800万円)

■各プロツアーにおけるランキングと獲得賞金(2014年10月8日現在)

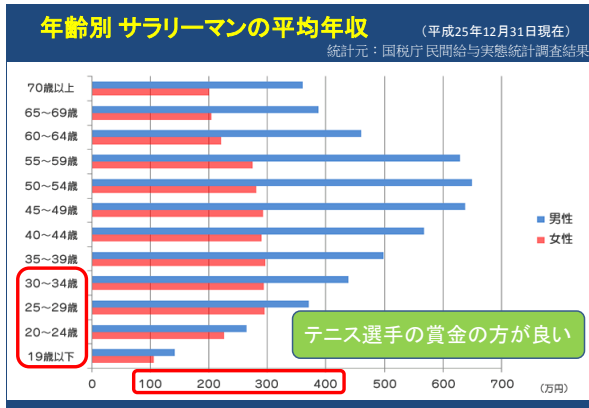
ATPツアー	100位	200位	300位	700位	800位	合計
1位	約860万ドル					2014年 1261万ドル
32位	約79万ドル					ダニエル太郎 86位
100位	約15万ドル					杉田祐一 99位
						伊藤竜馬 120位
						西岡良仁 124位
						添田 豪 127位





■本職を1回戦で敗退した場合の賞金額(4大大会および)

4大大会	全豪オープン	全仏オープン	全英オープン	全日
賞金額	3万ドル (約285万円)	2万4,000ユーロ (約329万円)	2万7,000ポンド (約464万円)	3万1,000ドル (約290万円)





■PGAツアー


1位	約828万ドル
32位	約256万ドル
100位	約95万ドル



- 選手によって様々で多くの選手が所属先や用具メーカーとの**契約金+賞金**で生活をしている。選手によっては、プライベートレッスンなどをしながら (山本氏)
  - 単刀直入に**賞金**です。ちなみに**契約金は遠征費**(自身の移動費・食費・宿泊費/帯同コーチの契約金・移動費・食費・宿泊費/帯同トレーナーの契約金・移動費・宿泊費・食費など)に使います。(森氏)
  - アマチュアだったこともあり、**賞金**だけではあまりにも少ない。**スポンサー**に多少の援助を頂いていた。バイトも少ししていた (三橋氏)
  - あまり賞金は稼いでいない。(松本氏)
- 
- 
- 
- 

## コーチはどのように探しましたか？

- 恩師、知人の**紹介**、ナショナルメンバー時代は**ナショナルコーチ**が指導 (山本氏)
  - プロになりたいとは、亜細亜大学監督(堀内昌一さん)からの**紹介**でプロコーチ(西脇さん)と契約。全日本選手権ダブルス優勝に大きく貢献して頂きました。この契約は、当時所属先だったプリンスホテルに経費を支払ってもらっていました。その後は、ナショナルチームとして活動させて頂きましたので、**ナショナルコーチ**にみてもらうことが多くありました。しかし、**帯同コーチを自身の収入で雇い賞金を稼ぐようなスタンスを取るべきだった**と思います。それが、自身の大きな失敗でした。(森氏)
  - 大学の監督**に指導を受けていた (三橋氏)
  - テニスショップなどで**紹介**して頂き、連絡をとった。(松本氏)
- 
- 
- 
- 

- 
- 自分のテニスを理解してくれて、一緒に勝負をしてくれる方に巡り会えたらベスト。
  - 自分に合ったコーチが、戦術的に長けたコーチなのか、フィジカルを鍛え上げてくれるコーチなのか、選手によって様々なので自分の考えやスタイルによって組むべきコーチのタイプも変わってくるだろう。(土橋氏)

## 遠征費やコーチを雇う費用はどうされていましたか？

(あるプロは出身テニスクラブにチラシを置いて個人サポーターを募っていました。)

- 契約先に支払って頂いていました。また、ナショナルチームに選抜されたので、ナショナルコーチにみて頂くというラッキーがありました。しかし、今考えるともっと違った形を作れたなと思います。非常に優遇された契約でしたので、**給料をそっくりそのままコーチの契約や帯同費用に充てていればもっとハングリーになり賞金を稼ぐという気持ちにもなれたでしょうし、日々の遠征でしっかりとしたトレーニングを積めていただろうと思います。大きな失敗です。(森氏)**
- 当時の**スポンサー**に多少の援助をしてもらっていた (三橋氏)
- 雇っていない。学生の間はほぼ**親の援助**に頼っていた。(松本氏)



外国人選手とも仲良くなれますか？

- 語学力**は必要になりますが、**積極的なアプローチ**が求められます。強い選手、魅力のある選手なら相手から近づいてきてくれます。(山本)
- 勿論なれます。コツは、とにかく**自身をしっかりとアピール**できるようになること。そして、**YESとNOをはっきり**すること。英語は、分からなければ分からないとはっきり言うことで、簡単に会話をしてくれます(一番いけないのが分かったふり...)。これは、信用を無くすので友達は出来づらいと思います。(森氏)
- なれる**と思う (三橋氏)
- なれる**。大会でのルームシェアや、カリフォルニアに滞在中は学生、コーチ、プロを問わず多数の選手と練習した。(松本氏)



プロ選手を引退した後の就職活動はどのようにされましたか？

- 使用していた用具メーカー**との社員契約、ジュニア育成プログラムのあるスクールとのコーチ契約
- 自ら足を運んでの就職活動** (山本氏)
- 丁度、**契約先**での仕事場に移行できたので、就職活動はしていない。ただし、世の中を知るという意味では、まだまだ未熟で、それから先に勉強するといった形になった。社会人になってもアドバイスを貰える人をそばに置くことはとても大切。(森氏)
- 選手活動(プロではない)と同時に、大学で働くことを目指して**大学院**に所属していた (三橋氏)
- 企業(実業団)を退社後に母校筑波大学の**修士課程(社会人枠)**に入学し、その後学校関係の職に就きました。



中卒、高卒、大卒で引退後の就職は違ってきますか？

- テニスに限定するならば、**人間性、テニスの実力、魅力**があれば大きな差は無いと思っている（山本氏）
- 違ってくると思う。大学を出ていても勉強をしっかりとしないければ、就職後に問題が出てくる。しかし、人間関係を築く上に置いては、大きなアドバンテージになる。5年10年15年経ったときに、その**交友関係**が仕事にも役立つことは間違いない。プロという仕事は、特別な体験とかけがえのない時間と友人関係を築くことが出来ると思う。（森氏）
- 選択の幅が異なるように思う（**大卒の方が幅が広い**）（三橋氏）
- 大卒の方が**業種、職種や選択肢は広がる**と思う。（松木氏）



将来（引退後）もテニス関係の仕事に携わりたいですが、どうしたらいいですか？

その場合プロ時代の戦績や知名度やプロ活動中の人脈も大切なのでしょうか？

- 知名度や戦績は多少有利なのかもしれませんが、関わりたい仕事の**知識や情熱**が誰よりも強ければかなうと思う。それに**人間性、魅力**があれば完璧です。（山本氏）
- **人脈**は大切だと思う。特にプロ活動中というのは、色々な方々と知り合うきっかけが沢山ある。戦績や知名度があるに越したことはないが、それほど関係ない。**テニスに関しては、引退してからもしっかりと勉強**していけば問題はない。名選手が名コーチや素晴らしい経営者や仕事をするとは限りません。（森氏）
- 戦績や知名度、人脈も重要。それに加え、**携わりたい仕事に向けて勉強**をすることが重要だと思う。大学に入る、大学院に進む、など。今は社会人でも大学院に入りやすい。（三橋氏）
- **戦績、知名度、人脈**などすべて大切だろうと思います。



- 全ては**本人次第**だと思う。例えば、現役時代に成績を残せていなくても、指導者として世界トップレベルになる方はたくさんいる。
- 引退後に、改めて目標を実現するために自分がどのように活動していくかを考え、取り組んでいけば、それからでも十分に様々な選択が可能。（土橋氏）

プロを目指しているジュニア選手に  
アドバイスやエールをお願いします

- 錦織選手が大活躍する今日、我々の世代に比べてより高いレベルを目指すことができる環境になっていると思います。加えて東京オリンピックを控えて今の中高校生、学生には**大きな夢を持って挑戦**してほしいと思います。
- ただし、プロ選手にはなれなかった一選手として、プロ選手で活躍できるのは才能があり努力のできる一握りの選手であり、精神的にも肉体的にも容易なことではないと思います。





- 大好きなテニスを頑張るのはもちろんですが、
- (1) たくさん海外に出て**海外のプレイに慣れる**こと
- (2) 遠征先などでは**その土地の文化に触れ見聞を広めてほしい** (と同時に**日本の文化も学んでほしい**)。
- (3) **栄養と休息(睡眠)**をたくさんとって、可能な範囲内で**学校の勉強**も疎かにしないように頑張ってください。



- 以前雑誌のインタビューにこんなことを言ったことがあります。「**夢や目標を変えずに自分を変えよう!!**」と。しかし、つい先日、こんな記事を読みました。夢や目標などではなく、「**今を精一杯生きろ**」と...。まさにそう思いました。夢や目標を持つことは「悪い」とは思いません。しかし「今を精一杯生きる」ことは、素晴らしいことだと思いました。3食食べられて、着るものもあり、何不自由なく生きていることが出来る今、テニスというスポーツまで出来ている喜びを知ること。そして、「**今に感謝して「今」を精一杯頑張**って下さい。そうすれば**必ず道は開けてくる**と思います。」



- より多くのことを、始めは一つでも**こつこつ積み上げる努力を習慣付ける**(目標設定、修正をしながら)
- より多くのことを、始めは一つでも**自分自身で考えて決断、行動と実行ができる**よう身に付ける
- **語学力**(英語など)、**コミュニケーション能力**
- **意志あるところに道は拓ける**



- **一日一日一球一球を大事に**長期、中期、短期の目標を立てて、確実にステップアップしていくこと。
- そのためには**健康を第一**にすることが重要。
- また、プロになる時に起きうることを想定しておく。例えば、**語学や栄養学、睡眠などの生活習慣の確立**といったテニス以外の事も準備しておく必要がある。(土橋氏)

