



やま だ た く や
山田 琢也 さん
プロトレイルランナー

山と人生を走り続ける

長野県をアウトドア天国に育てたい

2017年1月2日、NHK・BSにて放送された「グレートレース」第3シリーズ。この番組で紹介された過酷な「トランス・アルパイン・ラン」を完走したのが、プロのトレイルランナー山田さんです。強靱な肉体と爽やかな笑顔の奥には、トレイルランニングへの愛と、地域おこしへの強い思いがみなぎっていました。

過酷しておおらかな
トレイルランニング

2016年のトランス・アルパイン・ランでは、出場約300ペア中7位という、輝かしい成績でした。

山田 今まで一番きついレースでした。ヨーロッパアルプスの総距離247キロを、ペアを組んで7日間かけて走りました。あまりの過酷さに、夜は翌日が来るのを考えると恐怖を感じるほど。5日目などは足の裏の皮が全部はがれた状態でスタート。テーピングをしても傷は悪化の一途をたどり、肉体的にも精神的にも追い詰められました。素晴らしい経験でした。

大学ご卒業まではクロスカントリースキーヤーとして活躍でした。

山田 スキーの強豪高校でインターハイ3位まで行ったので、他大学からも勧誘をいただきました。同志社大学進学を決めたのは、三つの理由があります。一つはスキー部が寮制ではなかった点、次に部の雰囲気のがびのびしていた点、最後に当時の大学スキー部リーグで唯一、内部進学が可能な学生や初心者にも門戸を広げていた点です。結果的にはスキー部以外の仲間もたくさんできましたし、自分を律し、自分で練習を組み立てるなど主体

的に動いた経験は、現在のアウトドア・プロジェクトの組み立てなど仕事にも生きていると思います。

スキーからトレイルランニングへ軸足を移していかれた経緯を教えてください。

山田 私の卒業時は就職の超氷河期と言われた時代。実業団チームが次々廃部になつていった中で、やはりスキーに未練があつたんですね。大手企業からの内定をお断りして地元の新聞社に就職し、何らかの形でスキーに携われる可能性を探ろうとしました。転職となつたのは、スキーアーチェリーという新しい種目に転向してからです。クラレから支援をいただいていたので3年間留学。トレイルランニングの一環として始めたトレイルランニングに惹かれました。ごつごつとした岩山をひたすら走って登る。走っている時は空っぽになれる。日本人が全くいない土地に来て生活環境が激変したこともあり、自分の中の常識を見直す機会にもなりました。余計なものが削げた感じがして心身が軽くなりました。スキーの力も発揮できるようになりました。世界選手権で優勝し、支援が終わって帰国した時、競技としてのスキーは、もうやり切ったかなと感じました。でもスポーツは何か続けていきたい。走るのが好きだったし、トレイル

ランニングに打ち込もうと決めました。——トレイルランニングの魅力をお聞かせください。

山田 ひと言では表現しづらいですが、ゴール時の達成感がいいですね。短いレースでも10時間かかるのはザラなので、何十分の遅れだつて簡単に取り戻せることも楽しい。おおらかなです。100キロなどの長距離レースになると、半分からはメンタル勝負になるあたり、若さだけでは越えていけない試練や壁が詰まっているのかなと思います。スキーをやっている頃、出場するからには必ずフィニッシュするのが私のポリシーでした。でもトレイルランナーに転向後は、必ず生きて帰ることの方が大事だと思ふようになりまし。山の中はとても危険です。途中でトラブルが起きて自力で下山する必要に迫られた場合、それができないと死ぬことになりま。今は、家族や仲間の元へ帰ることが私にとつてのゴールです。

同志と共に
アウトドア事業で地域振興

——プロ転向の理由は何だったのですか
山田 帰国後は会社員としてウィンタースポーツには関わっていましたが、もっ

と広くアウトドアに関わりたと思つたからです。実家のスキーペンションを継いだのも、私のやりたいことにリンクすると考えたから。プロのランナーとしてレースに出場してトレイルランニングの魅力を発信するだけでなく、他のアウトドアアクティビティの魅力も紹介したいと考えています。

——多様なアウトドアアクティビティに関わる目的は何ですか。

山田 町を離れる若者が少なくない中、観光やアウトドアの魅力を高めることによつて地域振興に力を注ぎたいのです。NPO法人を設立したのもその一環です。法人名の「インサイドアウト」は、「裏表」の「インサイドアウト」と「アウトドア」をかけた言葉です。私たちの得意なスキーやトレイルなどアウトドアスポーツを通じて、大勢の子どもたちや地域の皆さんが内から外へと飛び出す。そのお手伝いをするのがコンセプトです。

——現在、具体的にはどのような活動をしておられますか。

山田 NPOや他団体などが年6回主催しているレースの監修をはじめ、トレイルコースの選定、実家のペンションを拠点としたアウトドアツアーの催行と、四季それぞれに活動しています。最初の頃に始めた「たかやしろトレイルランニン

グレース」は、2017年で11回目を数えます。北信濃はスキーシーズン以外でも豊かな自然に恵まれた素晴らしいエリアです。私の生まれ育つたこの地でスポーツを盛り上げ、「長野」イコール「アウトドア」というブランドディングを進めていきたいと考えています。スキー仲間から始まった小さな活動でしたが少しずつ協力が現れ、行政との連携も増えて、徐々に輪が広がってきています。地域全体が動き出しているのは嬉しいことです。

——新しい卒業生にメッセージをお願いします。

山田 私は大学卒業以来、一貫して「山」をキーワードとして生きてきました。ドアイツでは山で戦うことによつて自分自身が元気になつたし、帰国後はウィンタースポーツに打ち込む後輩たちに関わってきた。山を通じて自分も周囲の人たちも幸せになつてほしいという生き方は、常にぶれなかつたと思います。コツコツとやつてきたことは必ず将来、何らかの点につながります。新卒の皆さんは、社会に出て1、2年は苦しいかもしれませ。でも目の前の仕事や問題にしつかり取り組んでいけば、いずれ成果が出るものと信じています。(2016年11月30日)



福岡良子さん
気象予報士

NHKニュース7のお天気キャスター

テレビは行動を変える、行動は明日を変える

平日夜7時のNHKニュースで天気予報を伝えて約1年。生放送の緊張の中、視聴者の明日に役立つ2分間と向き合い続ける、努力の人をご紹介します。

天気予報の研究だけでなく伝え方が重要な仕事

「この道に入られた動機をお聞かせください。」

福岡 卒論はテレビの影響力について書いたほど、子どもの頃からテレビが大好きでした。バラエティに元気をもらったり、ドラマやドキュメンタリーから勇気をもらったり…心を動かし行動に移すきっかけをテレビが与えてくれました。だから今度は発信する側になりたいくて、就職活動ではテレビ局を受けました。そんな時に母が「こんな道もあるよ」と教えてくれたのが気象予報士でした。資格を武器にテレビ局に再挑戦してみたら、とアドバイスをくれたのです。文系だったので理系の勉強は苦勞しましたが、やればやるだけ結果が出るところが面白かったです。

「気象予報士というお仕事の概要を教えてください。」

福岡 テレビだけでなくラジオに出演する人もいますし、アナウンサーやタレントの方が読む原稿を書く人もいます。その他にも本やコラムの執筆、取材、講演会などの仕事もあります。私の初仕事はテレビで天気予報を伝えること。衛星放

送「スカパー」のお天気専門チャンネルからのスタートでした。

「天気予報の難しさをお聞かせください。」

福岡 試験に出るような顕著な現象ばかり毎日起きるわけではありません。実はどつちつかずな天気の方が予報は難しく、曇りの日ほど人によって予報に差が出たります。何度も経験して身につける勘が重要な仕事だと思います。

「ニュースでの天気予報は、何にポイントを置いておられるのですか。」

福岡 天気マークを見ただけではわからない情報を伝えることを意識しています。天気予報はマークしかご覧にならない方が多いと思いますが、一つのマークの向こうにはたくさん情報がありません。雨マークだけを見ても、雨の強さは分かりません。予想気温の数字だけを見ていても本当の寒さは分からない。風向きや風の強さによって体感温度は変わるからです。それを知ってこそ、上着はどうするかコートは必要なのかが分かってくる。明日の天気をより具体的にイメージしてもらえよう、日々、画面作りや言い回しを工夫しています。

「ニュースという枠の中では、時間と戦いという側面もあると思います。」

予報はもちろん、ドラマや情報番組などジャンルを問わず見えています。また、見せ方だけではなく、表現の幅を広げる勉強もしています。二十四節気に加えて、雨を表す言葉や野菜と天気の関係など、挙げ出すときりがありません。大先輩の気象キャスター森田正光さんは常に新しい言葉の必要性を説いています。私も勉強したことを活かし、今の時代に合った表現を創造していきたいと考えています。

「今後はどのようなお仕事をしたいですか。」

福岡 私の天気予報だから見る、と言ってももらえるような気象予報士になりたいですね。そのためには私独自の目線で解説ができるよう、気象解析の技術はもちろん、表現の技術も日々磨いていくことで、視聴者の方と信頼関係を築いていきたいです。そして将来的には、もっと大きなスケールで、環境問題に取り組み活動に携われたらいいなと思っています。

今は天気予報を通じて「日々の行動を変える」「きっかけ作りをしています。今後はさらに一歩踏み込んで「考え方を伝える」「きっかけ作りができれば」と。私自身、テレビを通じて、心を動かし、行動に移してきましたし、そういつたきっかけ作

視聴者の行動を変える
伝え方をしたい

「分りやすい天気予報にするために日々研鑽に努めておられることは何ですか。」

福岡 今、ニュース7では「テレビでしかなできないことをやろう」とパーソナルセットを使って気象解説を行っています。大気の動きを立体的に見せられるよう、見せ方を研究する毎日ですが、私にとってはテレビが教科書。演出の方法や文字の配置、カメラワークに出演者の言葉の選び方など、何か天気予報に活かせるものはないか、という視点で、他局の天気

りをできるのがテレビの最大の魅力だと思います。

「卒業生へのメッセージをお願いします。」

福岡 私がずっと意識してきたのは、他人と違う事をしようということです。例えば合格率5%という気象予報士の試験に受かるには、人と同じ勉強方法では受からない。だから受験生の誰よりも多く過去問を解こうという気持ちで解答を覚えるくらい過去問を解いたり、分からないところも差をつけたいために納得がいくまで何回も先生に質問したりしました。そういう視点で勉強するとグッと理解も深まったのです。今までの道のりは、そういう工夫の連続だったのかなと思います。以前、番組オーディションで「明日はふたご座流星群が見られるでしょう」と、天気以外のひと言を入れてみたことがありました。限られた時間の中でもつと伝えるべき情報があると判断され、もしかしたらこのひと言がマイナスに働くかもしれない。でも記憶に残らないよりいいと、覚悟の上での発言でした。結果、そのオーディションに合格し、今の仕事ができています。ぜひ皆さんも人と違うことを恐れず、どんどん挑戦してみてください。きつと今までは違う世界が広がっていますよ。(2016年12月9日)