

プロサッカー監督

# 高倉麻子

Asako Takakura

サッカーをする女子がまだ少ない時代から男子と一緒にボールを蹴り、  
中学二年生で日本代表に選出。  
国内外のクラブでプレーし、アトランタオリンピックにも出場するなど、  
日本女子サッカーの礎を築いた高倉麻子さん。  
女子サッカーの先駆者として歩んできた道のりと、  
女性監督として指導する方法論など、体験談を交えて伺った。

# 日本人らしさと自己主張を 大切ににするサッカーを

## 女子サッカー黎明期に切り開いた プロへの道

——高倉さんは、女子のサッ

カー選手が少ない時代から活躍  
されてきましたが、何がきっか  
けでサッカーを始めたのですか。

高倉 私は幼稚園の頃から活発  
な子どもで、男の子とばかり遊  
んでいました。当時、みんなが  
好きなスポーツは野球。放課後  
は野球をして遊び、水島新司先  
生の「野球狂の詩」というテレ  
ビアニメにも触発されて、「将来  
はプロ野球選手になりたい」と  
思っていました。

ところが、小学四年生のとき、  
通っていた小学校にサッカー少  
年団ができて、そこに男の子の  
友達がみんな入る、と言い出し

たんです。私は野球に夢中にな

り始めていたので、サッカーを  
やるのは気が進みませんでした。

でもサッカー少年団に入らなけ  
れば、放課後に遊ぶ友達がいな  
くなり、暇になる。父に相談し  
たら「サッカーをやったら足腰  
が強くなるから、野球よりもい  
いぞ」と……。

翌日、サッカー少年団の顧問  
の先生に入部届けを持っていつ  
たら、「女の子なのにサッカーや  
るの？」と、笑いながら聞かれ  
ました。私は「やります！」と。  
先生はまた笑顔で「いいよ」と  
言ってくれたんです。

サッカーをしている女の子は

周りに誰もおらず、もしそのと  
き先生が「女の子はだめ！」と  
入部を認めてくれなかったら、  
私のサッカー人生はなかった。  
先生の「いいよ」という言葉が、  
全ての始まりだったと思います。

——中学でも男子のサッカー  
部に入ったのですか。

高倉 女子のサッカー部はなく、  
一方男子の部活に入るのも難し  
い雰囲気だったので、ソフトボー  
ル部に入りましたが、毎日、球  
拾いばかりで……。サッカーで  
はずつと動き回っていられるし、  
ボールを足で扱う感じがすごく  
面白い。「どうしてもボールを蹴  
りたい！」と家で騒いでいたら、

母がサッカー雑誌で「東京のF  
C ジンナン 部員募集中」という  
小さな記事を見つけたのです。  
ジンナンは一九七二年、東京に

日本で初めてできた女子サッ  
カーのクラブチームでした。

後先を考えず、電話で連絡し  
たら「どうぞ」と。それから高  
校卒業までの六年間、一人で福  
島から東京まで、月に一〜二回、  
春・夏・冬休み中は友達や祖母  
の家を泊まり歩いて、練習に通  
い続けました。まだ東北新幹線  
が走っておらず、特急でも福島  
〜上野間が約三時間一五分。大  
きな荷物を抱え、駅員さんに乗  
り換えを尋ねると、いつも家出  
少年に間違われました。

——女子サッカーの環境が変

たかくら・あさこ●1968年、福島県生まれ。小学4年生から  
サッカーを始める。85年、高校2年生で読売サッカークラブ女  
子・ベレーザに入団。26歳の時にプロ契約を結ぶ。その後、松  
下パナソニックバンビーナ、シリコンバレー・レッドデビルズ(米  
国)等でプレー。83年、15歳で日本女子代表選手に入り、91  
年FIFA女子第1回ワールドカップ中国大会、95年第2回同ス  
ウェーデン大会、96年アトランタオリンピックに出場。代表キ  
ャップ数は79試合・30得点。引退後、指導者となり、U-13日  
本女子選抜監督、U-16/U-17、U-18/U-19日本女子代表監  
督などを歴任。2012年から4年連続でAFC(アジアサッカー  
連盟)年間最優秀コーチ賞(女子)を受賞。16年からU-20日  
本女子代表監督と日本女子代表(なでしこジャパン)監督を兼務。

わり始めたのは、いつ頃ですか。

高倉 高校二年生でジンナンから読売サッカークラブ女子・ベレーザ（現・日テレ・ベレーザ）に移籍すると、「女の子がサッカーなんて」という雰囲気はありませんでした。読売サッカークラブ（現・東京ヴェルディ）は、日本におけるサッカークラブの先駆けでもあったと思います。ユースからサテライト、トップへとつなぐ育成のシステムが整えられ、新しい考え方で女子も育てられました。

日本女子サッカーリーグ（現・なでしこリーグ）ができたのが八九年。私は大学生になり、ベレーザの一員としても日本代表としても脂が乗り始めていました。九三年に始まったJリーグは、女子サッカーの環境を大きく変えるきっかけになったと思います。

—— 大学卒業後にベレーザでプロになったのですか。

高倉 いえ、卒業後はスポーツクラブでバイトをしながらサッカーを続けていました。プロになったのは、卒業してから四年

後ぐらいです。日本女子サッカーリーグはプロリーグではないので、私はプロというより「ノンアマチュア」になったと言えますが、

## グラウンドで喧嘩するほど自己主張してほしい

—— 九六年には、女子サッカーが正式種目に採用されたアトランタオリンピックに出場されました。

高倉 一五歳から日本代表選手で戦ってきた私は、二八歳で出場したアトランタではベテランでした。女子サッカーが正式種目に決まったのはアトランタの数年前です。オリンピックを目指して長い間練習してきたわけでは無いけれども、ここを集大成と思つて出場した選手も少なくありませんでした。

結果は、予選リーグで三試合を戦つて全敗でした。とても世界と互角に戦つたという実感は持てなかつたですね。

—— アトランタを最後に日本代表から遠ざかりましたが、そこからサッカーが少しわかつて

サッカーを仕事にして生活できるくらいのお金をいただけるようになった。それまでの苦勞と努力が報われた思いでした。

成長したと以前にお話をされています。

高倉 少しわかつたというのは、日本のサッカーに足りないものと、世界で通じるものが、ほんやりと見えてきたのです。女子サッカーはオリンピックやワールドカップに出場できたものの、予選の壁すら破ることができなかった。私たちはフィジカル（体力等）の要素がすごく足りない、世界のレベルは全然違うな、という実感はありました。ただ、もつときちんと戦うことができれば、勝てるのではないかと感じました。

—— どういうところでそう感じたのですか。

高倉 アメリカと戦つても、対峙する選手との駆け引きは決して負けておらず、試合展開を

む力では私たちのほうが上だと感じていました。テクニクや状況判断力をもっと上げて、戦術的に統一して戦えれば、フィジカルだけではないゲームに持ち込める。私は「日本女子はもっとできる、いつかは世界で勝てる」という確信がありました。

その時点では世界一位になれる選手はそろつていません。しかし、澤（はまれ穂希）選手などはもう出てきていたし、後の若い選手も国内リーグや海外でのチャレンジで経験を積んで日本の強みを研ぎ澄ましていきました。日本のサッカー熱が高まり、Jリーグに海外から選手や指導者が来るようになると、「サッカーとは」ということを日本全体で考える雰囲気も出てきました。トレーニングの内容などに求めるものが変わり、日本のサッカーは成長していったと思います。

—— 二〇一一年、女子サッカーは世界を制しました。

高倉 当時、私は三六歳で引退し、FIFA（国際サッカー連盟）のテクニカル・スタディー・グループ（注）で仕事をしていま

（注）FIFAで1965年に設立。サッカーの技術を研究し、トレーニングから判定まで、サッカーの技術向上をサポートするグループの名称。



た。世界各国の指導者らと交流  
する中で気づいたのは、日本は  
私たちが考えている以上に評価  
されているということです。「日  
本人はすごい。誰もがクレバー  
で献身的にプレーし、最後まで  
諦めない」と、各国からリスベ  
クトされていたんです。  
今、選手たちを指導していて  
も、戦術の理解度は高いです。「こ  
んな場面ではこういう展開をし  
たい」と具体的に伝えれば、理  
解し、表現しようとしています。あ  
うんの呼吸というか、それほど  
多くの言葉を交わさなくても相

手を察し、意思疎通ができる日  
本人の特徴なのかもしれません。  
誰かと何かを達成するためなら  
自分は裏方に徹してもいい、と  
いう日本人らしい美德もあるの  
でしょう。選手は「チームのた  
めに」ということを嫌がりませ  
ん。

——今年四月に「日本のスタイ  
ルを崩さず、組織や個の力も上  
げなければならぬ」といった  
話もされてきました。

高倉 日本人の特徴を大切にし  
たうえで、いま選手に求めるの  
は個の強さと、自己主張するこ  
とです。グラウンドで喧嘩が起  
こるぐらい、「私はこうしたい」  
という選手の熱がぶつかり合う  
べきだと。「私やコーチにガミガ  
ミ怒られてばかりで面白いの？  
自分たちでうまくなるように練  
習して」と選手には言っていま  
す。グラウンドで戦うのは私で  
はなく選手ですから、「どうい  
うチームにしたいか自分たちで  
もつと考えて」と口うるさく言っ  
ています。

——選手に対して、グラウンド  
で自己主張し合うことを求める

だけでなく、考えを文章で書か  
せて発表もさせるそうですね。

高倉 あうんの呼吸で察して動  
いたり、裏方の仕事もいとわな  
かったり、これは日本人の良さ。  
その反面、「多くを語らず、人の  
ためにやっつることだから」と  
逃げて、自分の責任にきちんと  
向き合えない要因になっている  
かもしれません。周囲に言わな  
いから自分の責任をはっきり意  
識しないんですね。自分はどう  
考えているのか、そのためには  
何をするかを言語化し、周りに  
伝えていくことが大事だと思っ  
ています。自分の頭で考え、そ  
れを皆に伝えるように言っ  
て、本当にやらなければいけませ  
ん。つまり、自分を知って自分  
をわかってもらおう努力をする、  
更に他の人の話を聞くというこ  
とも大切です。そのためには、  
解決方法を含めて、自ら考える

ことを習慣化することが、重要  
だと思われれます。

自分の考えを文章に書いてと  
言っても、みんな最初は書けな  
いのです。私が育成から携わっ  
てきた若い選手たちは書くこと  
が具体的になってきて、チーム  
や自分の良くなかったところな  
ど、だいたい当たっています。  
しかし、上の世代の選手たちは  
そのような経験がなかったので  
でしょう。何を書いていいかわか  
らないという人もいました。

——選手に対して、自分の考え  
たサッカーを求める指導者もい  
ます。

高倉 私は、やはり選手が自分  
で解決方法を考えてプレーする  
ことが一番大事だと思います。  
他人から「こうしろ」と言われ  
て勝っても、つまらないですよ  
ね。私も選手時代、人から言わ  
れるのが嫌いだっただんです。

## 指導者は、選手を良い場所に導く 「馬車」の役割

——男性が女性のチームを率い  
る場合と何か違いはありますか

ますか。

高倉 男性に比べて女性のほう



が、甘えを許さない指導になる  
 かもしれない。女子選手は男  
 性の指導者に甘えてしまうこと  
 があるからです。苦しい時、最  
 後は「できな〜い」と言えば許  
 してもらえると。私もそういう  
 ところがあるから、よくわかり  
 ます（笑）。男性の指導者は女  
 子選手に厳しいことを言ってい  
 ても、最後のところでは優しい。  
 女子選手は「できな〜い」が通  
 じないと、「男にはわからないの  
 よ」とか、逃げ道をつくりませ  
 う。私は、そうした女子選手のこ

とがわかるので、「それはいいよ」  
 という部分と「絶対許さない」  
 という部分が、男性の指導者と  
 は少し違うかもしれません。「で  
 きないみたいな顔をして、私  
 には通用しないからね」という  
 場面はあります。

女性の指導者と男性の指導者、  
 それぞれの強みがあるとは思  
 います。しかし基本的には指導者  
 の人間性ではないでしょうか。  
 サッカーは、監督・コーチ・選  
 手が一つの目標に向かい、人と  
 人が一緒になってチームをつく  
 るものだからです。

——そして選手が試合という場  
 所で自分たちのサッカーを表現  
 することになります。

高倉 そうです。「コーチ」には  
 「馬車」という意味がありますが、  
 選手をいかに良い場所に運んで  
 あげるか、そこまで行くために  
 どういうやり方をするか、どう  
 言葉をかけるかなど、すごく考  
 えます。「私の言うことをやれ」  
 という指導者もいていいと思  
 いますが、私の性分ではありませ  
 ん。自分が監督に向いているか  
 どうかはわかりません。だけど、

引き受けた以上、やるしかない。  
 私は、選手たちを良い場所まで  
 引き上げてあげなくてははいけま  
 せん。

——世界の女子サッカーの動き  
 はどうなっていますか。

高倉 サッカー人口をみると、  
 男子はこれ以上拡大するのは難  
 しいことから、FIFAは、フッ  
 トサルと女子サッカーをター  
 ゲットにしています。サッカー  
 人口を増やしていこう、サッカー  
 を通じて豊かな人生や社会に貢  
 献していこうと考えた時、FI  
 FAもサッカー界への女性進出  
 を不可欠と考えています。各国  
 も力を入れ出しており、プレー  
 のレベルもすごく上がりました。  
 昔は女子の試合をテレビで見  
 らしさが感じられましたが、今  
 では「あれ、女子だったの？」  
 と見間違えるレベルまで上がっ  
 てきていると思います。各国が  
 育成や強化に力を入れて、アメ  
 リカとかドイツなど上位チーム  
 だけが勝ち続ける状況でもなく  
 なっています。

——ワールドカップを制した日

本女子チームの運動性など、各  
 国が戦術に採り入れていきますか。  
 高倉 そのスタイルで勝った日  
 本の女子サッカーは衝撃的だっ  
 たと思います。その後、アメリ  
 カやドイツもボールを大事につ  
 ないだり、組織的に守る戦術に  
 変わってきました。日本のよう  
 なスタイルを大事にしなければ  
 いけないと各国が改めて感じ、  
 実際にやるようになっていきます。

日本は、日本らしい強みをこ  
 こからもっと上げていかないと  
 いけません。運動性や組織力や  
 テクニクの部分で、もっと細  
 かいところまで追求してやれる  
 と思っています。同時に、選手  
 の個性も生かして戦いたい。チ  
 ームのためにも必要ですが、一  
 方で皆の個性が埋没してほしく  
 ないんです。そのためにも、自  
 分で考え、自分を知り、そして自  
 分をわかってもらえるように、  
 チームの中でお互いに主張した  
 り耳を傾けたりしてほしいです。  
 ——本日は、貴重なお話をどう  
 もありがとうございました。