

六本木未来会議

デザインとアートと人をつなぐ街に

為末大 元陸上競技選手
Dai Tamesue / Former Athlete



CREATOR
INTERVIEW ^{No} 79

為末大 Dai Tamesue

1978年広島県生まれ。スプリント種目の世界大会で日本人として初のメダル獲得者。3度のオリンピックに出場。男子400メートルハードルの日本記録保持者(2017年4月現在)。現在は、スポーツに関する事業を請け負う株式会社侍を経営するほか、一般社団法人アスリートソサエティの代表理事を務める。主な著作に『走る哲学』『諦める力』など。

No
79 為末大 元陸上競技選手
DAI TAMESUE / Former Athlete

クリエイターインタビュー

『人間らしさとテクノロジーが融合した
“ほどよい未来”』

鉄棒、重いドア、骨の見える掲示板、
身体の不思議に気づける仕掛けを街に。

photo_tsukao / text_kentaro inoue

スプリント種目における日本初の世界大会メダリストで、2012年の引退後は、コメンテーターをはじめ幅広いジャンルで活躍する為末大さん。現在、21_21 DESIGN SIGHT で開催中の「アスリート展」では、展覧会ディレクターのひとりを務めています。テーマは「六本木 × 未来 × アスリート」、ふだんのクリエイターインタビューとは少し違った視点から語っていただきました。

日本の街は、多様な人間が動くことを想定していない。

「未来の六本木をアスリートの街にするには」ですか。そうですね、鉄棒とか置いたらいいんじゃないですか（笑）。そもそも「アスリート」をどんな人と定義するかで、ずいぶん話は変わってくると思うんですけど。

日本の街を見ていて思うのは、さまざまな動きをする人たちを想定してつくられていないということ。だから、少し違う動きをする人が出てきたとたんに困ってしまう。ときどき夜、西麻布や六本木を走っていると、あんまり走る人を前提にしていななと感じます。そういう人はそういう場所に行ってください、みたいな。

海外の街に行くと、歩いている人がいたり、走っている人がいたり、自転車に乗ったおじさんもいるし、当然車椅子の人もいる。多様な人間が動くことを、それなりに余白をもって受け止めている感じがして。



21_21 DESIGN SIGHT

2007年、東京ミッドタウン内「ミッドタウン・ガーデン」にオープンし、これまで34の展覧会を開催。2017年3月31日には、10周年を機に新たな活動拠点「ギャラリー3」（写真）を開設。21_21 DESIGN SIGHTの今後を考えるイベントシリーズ「オープンカンパセーション」も開催中。
Photo: Masaya Yoshimura

アスリート性を高めるのは、ランダム性や余白。

「アフォーダンス（環境が動物に働きかけ、そのフィードバックから動作などが生まれること）」という言葉がありますが、人間には反射があるので、「つい、〇〇しちゃった」というように、外の環境に合わせてしようとするんですね。

日本の都市ってあんまり考えなくても、家からオフィスまで来られるように上手につくられすぎている気がします。改札を出たら人の流れがあるので、そのままビルに入れて、エレベーターに乗るあたりで、ようやく少し意識する。一方で、アスリートが合宿をするときに、好んで行くところって、自然がある場所が多いんです。言い換えれば、不整地で直線が少ない場所。地面がポコポコだったり、道がクネクネしていたり、そういうランダム性が組み込まれているところを選びます。

全世界の人に共通する記憶なんてあるの、と疑問に思うかもしれませんが、ものの仕組みとか形って、そんなに違わないですよ。たとえばスプーンにしても、それほど変な形のスプーンはないでしょう？年代によって、もちろん国によっても差はありますが、人々の共通の記憶って必ずあるんです。

アスリートというのは、環境に合わせることと自分で表現することの、ちょうど中間にいる存在なので、完全に設計されすぎていると「遊ぶ余地」がなくなってしまう。きっと、ランダム性や余白が完全になくなってしまうと、アスリート性も失われてしまうんじゃないかな。

日本の競技場は世界で一番使いにくい。

僕が好きな街は、合宿をしたことのあるオランダのデン・ハーグ。そこの競技場は、陸上のトラックを囲むようにして、学校や高齢者向けの施設が建っているんです。午前中は、まずおじいちゃんが出てきてペタンクをして、子どもの体育の授業があって、昼にはお母さんがランチを食べにきて。夜になると、お父さんたちのサッカークラブがはじまったり、ビールを飲んでいる人がいたり。

朝から晩まで練習しながらそんな風景を見ていると、ああスポーツが自然に生活に溶け込んでいるなって感じられて、僕はすごく好きだったんです。

日本って立派な競技場はたくさんありますが、手続きもめっちゃ多いし、僕個人の感覚からすると世界で一番使いにくい。デン・ハーグの場合は、管理人のおじいちゃんに会いにいって「今度この日本人が来るから」と言う、ただそれだけ。鍵も空けばなしで、いつ使ってもいいよみたいな感じで、使用料を払うときも「何日いたの？」「3週間くらい」とって自己申告（笑）。

競技場というより公園の感覚だと思うんですね。日本だと、代々木公園にある「織田フィールド」が少し似ているかな。でも、もし東京ミッドタウンの裏側に陸上のトラックがあって、柵がなかったら、比較的近い風景になる気がします。



為末大 元陸上競技選手
DAI TAMESUE / Former Athlete

photo_tsukao / text_kentaro inoue

アスリート=身体を使って卓越したパフォーマンスをしている人。

今回、「アスリート展」のディレクターをやってみて、あらためて人によってアスリートの定義が違うなと感じました。いわゆる世の中一般で「あの人アスリートだね」って言われるのは、「オリンピックに出ている人」っていうイメージが強いんですよね。でも僕は、身体を使って、何らかの卓越したパフォーマンスをしている人をアスリートって呼ぶべきじゃないかと考えています。

だとすると、けん玉のチャンピオンだってアスリートだろうし、もしかしたら料理人だって、頭を使うゲームのプレイヤーだってそうかもしれない。実際、ヨーロッパではチェスはスポーツとして認識されているし、囲碁はかつてアジア大会で公開競技に入ったこともあるんですよ。

スポーツ哲学でよく議論されるひとつに、ドーピング問題があります。これって健康の問題を抜きにすると、あとは公平性の話になるんですよね。でも、もし全員がドーピングしてよくて健康にもいいってなったら、どうでしょう？ それでも抵抗がある "何か" ってなんだろう。健康な人が義足を付けて、めちゃくちゃ速く走って何が悪いんだろう



アスリート展

躍動するアスリートの身体を映像や写真で紹介するほか、体験型の展示など通して、デザインの視点からアスリートを紐解いた展覧会。

2017年6月4日(日)まで、
21_21 DESIGN SIGHTで開催中。

「アスリート性」は、工夫のプロセスの中にある

つまり、自分の意志と力で習得していくことが重要で、簡単にワープしちゃまずいよね、と。そう考えると、アスリート性っていうのは自分の身体を高めていくプロセスの中にこそあるんじゃないかって。

たとえば、僕は身長 170cmで体重が 66~67kg くらい、小さめの体型で筋力的には瞬発力の方向に寄っている。また、ハードルという競技は、400m を四十何秒間で走って、かつ 10 台のハードルを越えていく、若干の持久性とテクニックが必要とされます。この 2 つの間に努力できる領域がある。

バスケットボールの世界なんかは、20 歳から 40 歳までの、身長が 213cm 以上のアメリカ人男性のうち 17% が NBA 選手というデータもあるので、どうにもならない部分も大きいんですが……。

身体のサイズも競技のルールも変えられないけれど、自分の身体をどう活かせば条件に当てはまりやすくなるのか、その余白は残されている。その工夫のプロセスの中から生まれてきた卓越した身体性みたいなものが「アスリート性」なのかなと。



剣道などを例に、相手をどのように見ているかを視覚化した「アスリートの眼」。



力やタイミング、空間と距離を、アスリートがどのようにコントロールしているかを体験できる「身体 コントロール」。

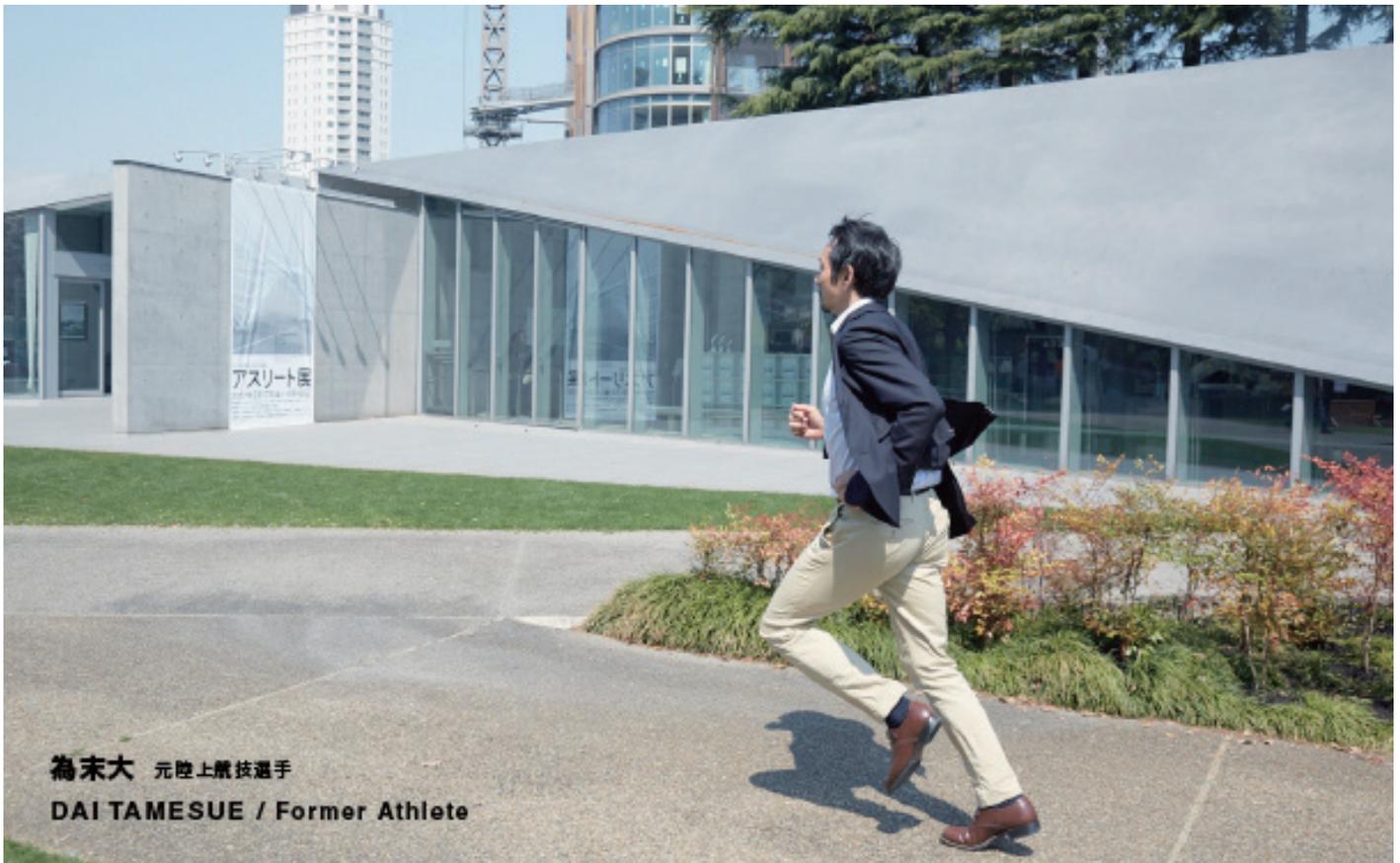
photo: 木奥恵三

意識するのは難しい「身体知」を感じてほしい。

アスリート展では、すべての人の中のアスリート性にフォーカスしています。そもそも人間は、考えごとをしながら、アシモですらできない階段をひよひよい上がることができますよね。紙のコップを持つ動作ひとつにしても、いまだにロボットは困っちゃうのに、人間はさわった瞬間に硬さを認知して、つぶさないように持ち上げることができる。

「アマゾン・ピッキング・チャレンジ」という、ピッキングロボットの大会では、掃除機のようにモノを吸って移動させるタイプのロボットが主流になっています。なぜならモノをつかむのが難しすぎるから。こういう僕らが無意識でやっていることの延長線上に、反応できないような速さのシャトルを打ち返すバドミントン選手みたいな存在がいると思っています。

コップを持つこととバドミントン選手の差は大きいけれど、ロボットと人間の差よりはよっぽど小さいよねっていうのが、僕の考える「すべての人の中のアスリート性」なんです。日頃意識するのは難しい「身体知」みたいなものを、じわっとでも感じてもらえないかっていうのが、この展覧会のテーマでした。



為末大 元陸上競技選手
DAI TAMESUE / Former Athlete

photo_tsukao / text_kentaro inoue

少しだけ細かなことに気がつく、それがアスリート。

アスリート展のディレクターズメッセージに、僕は「アスリートがいる世界は全く違う世界ではありませんが、少しだけ細かなことに気がつく世界です」と書きました。

体操の2回ひねりも3回ひねりも、ほぼ一緒に見えるけれど全然違うじゃないですか。細部の違いがわかることでクオリティが全然変わってくるというのは、スポーツ以外の世界にもたくさんあるでしょう。端っこが尖っていようが丸くなっていようが、普通の人には関係ないけど、デザイナーからすると、その違いが大きいように。

ドーピングとAIは似ている!?

アスリート性を身につけるメリットとしてわかりやすいのはヘルスケアの領域、身体を動かすのは健康にいいということ。それから、運動すると脳の神経細胞が増えるという研究もあって、僕はこれをけっこう信じています。

もうひとつは今後、身体性の領域以外は人間の仕事ではなくなるんじゃないか、ということ。ドーピングとAIの議論ってすごく似ていて、両者の中核には「人間にしかできないことは何か」という問いがある気がします。

マツダのあるデザイナーさんが、デザインはすべてソフトを使ってするけれど、最後に必ず粘土でつくって、さわって確認するという話をしていました。AIの最大の弱点は身体がないことで、今のところ触覚を認知に上げて学習することはできません。いろんなデータから、これが美しいと判断されているというのはわかってても、説明できない心地よさとか美しさを直感的

に感じることはできない。だからこそ、身体をともなった高い感性が、人間のすごい武器になるんじゃないかな、と。

アスリート性は訓練すれば身につけられる。

大事なのは、身体に関する自分なりのチェックリストを持つこと。朝起きたときにけだるい感じがするとか、歩いていて腰が落ちている感じがするとか、アスリートはそういう項目を頭の中にバーっと出して、総合的に調子を判断しています。きっとみなさんも、風邪の引きはじめに似たようなことをしているでしょう。

もし 5 分に 1 回、自分を横から撮った写真がスマホで見られたら、猫背は直ると思うんですね。自分がハッとする瞬間を何回つくれるか。回数を重ねていけば、無意識で保てるようになるはずですよ。

また、スポーツ心理学の原則は、コントロールできないものはあきらめて、コントロールできるものにフォーカスするということ。たとえば、緊張している自分の心にアプローチしても、実体がないのでほとんどワークしません。そこで、手が震えているなら、手が震えないようにするにはどうすればいいのか、心拍数が上がっているなら、心拍数を下げるにはどうすればいいのかを考える。

具体的に身体に現れている現象をコントロールすると、結果的に心にアプローチできるというわけ。実際、僕も競技の経験から、緊張しないように " 見せる " 方法がわかりました。不思議なもので、それを繰り返していると本当に緊張しなくなるんです。

無理をしなくても、街の " 空気 " は自然と変わる

さっきも自転車に乗っている人やランニングしている人を見ましたが、日本の街の " 空気 " もだいぶ変わってきましたよね。皇居のまわりだって、昔は走っている人なんてほとんどいなかったし。きっと無理をしなくても、自然とアスリート性を重視する方向に変わっていく気はするんですけど ……。

スポーツの語源は「デポルターレ」というラテン語で、気晴らしをするとか、楽しむとか遊ぶという意味。当時のデポルターレは、人間を開発するという意味合いが強くて、かつ遊びの領域、たとえばアートのなものも含まれていました。

そう考えると、六本木にはいろんな要素がすでにありますから、あとは鉄棒さえあれば …… (笑)。他にも、歩いている自分の姿が電光掲示板に写って骨だけ透けて見るとか、急にドアがすごく重くなるとか、身体の不思議さにハッと気づける仕掛けがあったら面白い。

テクノロジーの進化が、天才アスリートを生む？

未来のアスリートの世界を考えたとき、一番嫌なのは、遺伝子をいじくるドーピングが進むことです。30 年後の 100m の決勝を見たら、みんなボルトに顔が似ているみたいな。やっぱり偶然と個人の努力が感動とすごく関係している気がするので、それを奪わないでほしい。

あとは、素人だけどすごい競技者が増えるでしょう。天才アスリートって、違いに気づいて、どうすれば問題が解決できるかが導き出せる人。普通の人には、それがわからないから苦勞するんですが、テクノロジーが進化すると、ここがポイントですよと教えてくれる。追いつきはし

ないけれど、かなりレベルは上がるんじゃないかと思います。

「新しきこと」「珍しきこと」「面白きこと」。

『マインド・タイム』という本によれば、人間が意思決定をするのは動作をはじめる0.2秒前、でも脳内では、その0.35秒前に準備電位という信号が出ているそうです。つまり、自分が手を曲げようと思う前に曲がるのが決定している。やっぱり、人間の本当のすごさは、論理的な判断よりも無意識の世界にある。ある意味、近代的な知性とは違う世界のほうに、人間らしさが宿っていると感じます。

だからこそ、僕は人間を理解したいんです。具体的には、デポルターレの領域とテクノロジーの領域が合わさったことをしたいというのが、僕の今のモチベーション。世阿弥が『風姿花伝』の中で、人を感動させる3つの要素は「新しきこと」「珍しきこと」「面白きこと」だと言っていますが、そういう活動がテーマ。今回のアスリート展は、すごくそれにはまっています。

人間らしさとテクノロジーって、全然違う未来として語られることが多いじゃないですか。かたや畑でオーガニックな野菜をつかって、かたや全部機械的になって、みたいな。でも、本当はもっとそれらが融合した「ほどよい未来」があるんじゃないかなあって思うんです。



マインド・タイム 脳と意識の時間(岩波書店)

アメリカの生理学者、ベンジャミン・リベットの著作。40年におよぶ研究をもとに、自由意志、心脳問題、無意識と意識など、人間の脳や意識をめぐるあらゆる仮説を論評している。

取材を終えて……

「遠くからぼんやり見たり、力を調整したり。デザインの世界の人たちもきっと、似たようなことをやっているんじゃないかな」。アスリート展の展示を見ながら、そう話してくれた為末さん。みなさんもぜひ、自分の中にある「アスリート性」を感じてみてください。(editor_kentaro inoue)