

「水泳班OB対談」

飯田から
全国大学トップスイマーに
先輩が創設した
スイミングクラブで育つ

株式会社アイスク代表取締役会長

矢澤 章弘さん（高18回）



2023年インカレ水泳で優勝

今牧 まりあさん（高72回）

2023年9月の日本学生選手権（インカレ）水泳競技大会で、早稲田大学4年の今牧まりあさん（高72回）が50m自由形で優勝する快挙を遂げた。今牧さんは矢澤章弘さん（高18回）が創設したISC飯田スイミングクラブで育った。2人とも飯田高校水泳班のOBだ。今牧さんが卒業を控えた24年3月、飯田スイミングクラブを運営する株式会社アイスクの会長室で練習の思い出や今後の抱負などを語り合ってもらった。

後にも絶対自己ベストをとという気持ちで試合に臨みました。

——その結果、見事目標を達成しました。自己ベストを

更新し続けているのに競

技活動を引退したそうで

すね。

今牧 そうです。昨年9月の鹿児島国体を最後に引退しました。理由は2つあります。1つはやってみたい仕事が見つかったこと。もう1つは競技



インカレ 50m 自由形で優勝し表彰台では笑む今牧まりあさん④（2023年9月、東京アクアティクスセンター）＝早稲田スポーツ新聞会提供

今牧まりあ選手の歩み

2002年	0歳でISC飯田スイミングクラブ入会
2014年	緑ヶ丘中学校入学
2015年	全国JOCジュニアオリンピックカップ水泳競技大会（ジュニアオリンピック）に初出場
2016年	全国中学校水泳競技大会と国体に初出場
2017年	飯田高校入学。ジュニア日本代表としてシンガポールに遠征、国体50m自由形で3位 日本高等学校選手権（インターハイ）に初出場
2018年	日本選手権、FINAワールドカップ東京、ジャパンオープンに初出場
2019年	北信越大会（インターハイ予選）で飯田高校史上初の女子総合優勝、インターハイ50m自由形で2位、ジュニアオリンピック50m自由形で3位
2020年	早稲田大学入学。日本学生選手権（インカレ）に初出場
2022年	インカレ50m自由形で2位
2023年	インカレ50m自由形で1位、国体50m自由形で3位

ゼロ歳から飯田スイミングクラブへ

——今牧さんは大学生生活最後となる4年生でついに大学の全国トップに立ったわけですが、どんな心境でレースを闘ったのですか？

今牧 自分の密かな目標として、大学4年間に出場する4回のインカレで4回とも自己ベストを出すことを目指しました。3年生まで3回とも達成できていたので、最

を続けるには、大学在学中に日本代表になるくらいの実力をつけておかなくという気持ちがあったのですが、それが叶わなかったことです。

矢澤 私は関係者から、まりあは卒業後も2年くらいは続けてくれそうだと聞いていたんだけどね。自分を振り返ると私は24歳まで記録が伸びたね。25歳になったら記録が停滞したのでやめたけれど、こればかりは、本人に相当の気持ちがないと続けられないから周りがとやかくいうものでもありません。今までよく頑張ってくれたと思います。

——今牧さんは日本選手権やジャパンオープンには早大とISC飯田スイミングクラブの両方に所属する選手として出場されていますね。飯田スイミングにはいつから通い始めたのですか。

今牧 ゼロ歳のベビースイミングから始めました。親に丈夫な子に育てたいという考えがあったようで、兄も赤ちゃんの頃からスイミングを習っていました。

矢澤 水泳に対する欲が出てきたのはいつ頃からかな？

今牧 全国大会に始まった中学3年生頃ですね。

矢澤 泳力テスト（主に小学生が受ける年齢別の泳力検定試験）の時は？

今牧 飯田下伊那地区で2位とかのレベルで、私より上



●やざわ・あきひろ
伊賀良中出身。㈱平和時計製作所勤務の傍ら1970年岩手国体に出場し、75年飯田スイミングクラブを発足。77年平和時計を退職し、(有)飯田スイミングクラブ（現㈱アイスク）を設立、代表取締役に。日本スイミングクラブ協会会長など公職を多数歴任。社会体育功労賞受賞。



●いままき・まりあ
緑ヶ丘中出身。早稲田大学スポーツ科学部卒業。2024年東京のIT企業に入社し、カスタマーサクセス業務に従事している。趣味は読書、散歩、映画鑑賞、ライブ参戦、スポーツ観戦など。最近の花（ルドベキア）を育てることにハマっている。

の成績の人がたくさんいましたので、小学生の時は全国大会の存在すら知らなかったくらいです。

——矢澤さんはいつ頃から今牧さんに注目されたのですか？



今牧まりあさん

矢澤 中学の終わりの頃かな。一番良いなと思ったのは泳ぎにクセがないこと。ものすごくきれいに泳ぐ。それに体格も良い。この体格ならオリンピックがぶら下がったと思えましたよ。

——今後、水泳とはどう関わっていくのですか？

今牧 水泳を引退して寂しい気持ちもあるんですけど、水泳界で頑張っている早稲田の仲間とか同期、後輩、先輩がまだまだいるので、一人のファンとして応援していく、そういう立場かなって今は思っています。

——飯田スイミングとの関係は？

矢澤 飯田へ帰ってきた時に泳ぐ場所ですよ。

今牧 そう言っていたかどうかという感じです。このプール自体も私にとっては「第二の家」じゃないですけど、もしかしたら家よりも長い時間を過ごした場所かもしれないです。

ないですからね。

矢澤 厳しい練習をしてきたからね。

今牧 練習はすごくきつかった思い出があります。

——高校生の頃はどんな練習をしていたのですか？

今牧 1日の練習は筋トレ中心の陸上トレーニングと水中トレーニングの2つをやっていました。1日にトータルで6キロぐらい泳いでいました。毎週土、日曜日は一日中練習で、午前練習と午後練習があったので、土日はずっとこの飯田スイミングで泳いでいました。

——やめたいと思ったことは？

今牧 なかったです。記録が伸びていくことももちろん楽しかったですし、やっぱり一緒に練習する仲間がたくさんいたので励みになりました。

——飯田高校水泳班の選手としての練習は？

今牧 インターハイなど高体連（全国高等学校体育連盟）の試合は水泳班として出場するのですが、練習はそれぞれの所属するスイミングクラブで行うので、水泳班全員と一緒に練習することはなかったです。学校のプールは体育の水泳の授業で泳ぐだけでしたね。

水泳で揺るぎない自信を得て社会人に

——やってみたい仕事が見つかったということですが、

具体的には？

今牧 業種としてはIT業界になるんですけど、スタートアップの企業で4月から働きます。事業内容としては顧客企業の経営をサポートしたり改善したりする事業を展開している会社で、例えば、経理のアウトソーシングを受託しています。内定が決まってから一応、簿記3級の資格を取りましたが、別に簿記をやりたいとか、経営系の仕事に進みたいからその会社を選んだわけではなくて、事業の立て方とかお客さんとの向き合い方に共感したので、入社を決めました。

——就職にあたっては、水泳を続けてきたことや、早大水泳部で女子の主将を務めたことは、何か役立っていますか？

今牧 水泳を通して私自身揺るがない自信がついたというか、厳しい練習とか人とのつながりとかそういうものもすべて水泳のおかげで自分の財産になったかなと思っています。こうした経験があるから、社会人になって挫折を味わったり、壁にぶつかったりすることがあっても、ちょっとしたことで揺るがないだろうなと思っています。主将としての責任感という意味では、ありきたりな言葉にはなってしまうんですけど、チームとか組織を引っ張っていくことや、自分の成績がチームの成績を左

右するという面では、社会人としての仕事にもつながっていくのかなと思います。

矢澤 水泳で得た人とのつながりは絶対にこれからの大きな財産になるよ。

——そう言う矢澤さんが水泳班に入っただけは？

矢澤 中学までは野球をやっていたんだけど、伊賀良中学から一緒に高校に行った友達に誘われたんです。まだ3月なのにプールで泳いでいる連中がいる、面白いから入部しよう。入った時には25m泳げなかった。それが、プールの両端に先輩がデッキブラシを持って待ち構えていて、泳ぐのを休むとボカリとやられるので、すぐに泳げるようになり、7月の南信大会では400mと1500m自由形で優勝した。当時は川から水を引くプールで3mの飛び込み台がありましたね。

今牧 父も飯田高校出身で、水泳班ではないのですが、体育の水泳の時間にその飛び込み台から飛び込んだという話を聞いたことがあります。



矢澤章弘さん

30歳で起業、資金調達に苦勞

——矢澤さんがスイミングクラブを創設したきっかけは？

矢澤 社会人になってからですが、夏になると飯田下伊那の小学校を水泳の指導ですつと回っていたんです。「すごい先生がいるから教えてくれ」と評判になり、各小学校から（勤務先の）会社に要請が来るようになった。こうした背景があったので、飯田市営市民プールを使ってスイミングクラブを始めた時は学校の先生たちが応援してくれました。

——1977年、30歳の時に会社を設立されていますね。ベンチャー企業ですから苦勞されたのでは。

矢澤 一番苦勞したのは、認識違いということかな。都会では民営のスイミングクラブがぼつぼつでき始めていたのに、この辺りでは「なんで冬に泳がにゃなんの」とつていう考え方がまだまだ残っていたのです。だから地元の信用金庫に資金調達を相談しても、スイミングクラブ経営に関する資料が一切なくて融資判断ができないと断られた。たまたま、地方銀行の偉い人に水泳班の先輩がいたので、その人に相談するとその地銀には資料があり、「融資しましょう」となったので、ホッとした。それも

——その後は順調でしたか。

矢澤 いやいや、大変だったね。募集を始めて間もなく会員が約200人集まったのだが、そこから伸びなかった。このままでは借りた金を返せない、いつ夜逃げしようかと悩みました。会員がものすごい勢いで増え始めたのは3年目辺りからだった。冬でも泳ぐものなんだという感覚が世間に広がってきたんだね。鼎の第1号プールは6コースしかないのに会員が約2500人にもなった。それで1985年に高森町にもスイミングクラブをオープンしました。

飯田で出会った人との縁を大切に

——健康増進施設などに進出して多角化を進める一方、スイミングクラブだけでも今や新潟も含めて5か所になります。今牧さんのような選手が輩出されると後に続く

ジュニアの選手らの励みになるのでは。

矢澤 なりますね。全国大会に出場する選手も毎年増えており、昨年はISC県内4クラブから高校生1人、中



⑤ 矢澤さんと今牧さん
握手を終え対談

株式会社アイスクが運営するスイミングクラブと健康関連事業

- ・ISC 飯田スイミングクラブ及びスポーツクラブ「FLEX」（飯田市内）
- ・ISC 高森スイミングクラブ及びフィットネスクラブ「FLAT」（高森町）
- ・ISC 駒ヶ根スイミングクラブ及び健康増進施設「Flat-K」（駒ヶ根市）
- ・温泉利用型健康増進施設「テルメリゾートINA」（伊那市）
- ・ISC 飯田南スイミングクラブ（飯田市中村）
- ・ゴルフ練習場「シティヒルズゴルフクラブ」（飯田市丸山町）
- ・ISC ウェルスイミングクラブ及び水中運動施設「アクアフィットネスクラブウェル」（新潟市）



ISC 飯田スイミングクラブなどが入るアイスク本社ビル（飯田市内）

つかの間、その地銀に不祥事が発生、その偉い人が監督責任を取らされて辞めてしまい、融資話が吹っ飛んでしまった。最後は地元の政治家の伝手を頼って、政府系金融機関から借りることができました。すると当時の相互銀行も融資してくれました。

——いよいよ伊那谷初の屋内プールの誕生ですね。

矢澤 建設は大阪の業者に頼みました。その建設会社のオーナーもスイミングクラブを展開し始めている、いわゆる水泳人だったので、「手形を切って支払いを延ばしましょう」と言って、好条件で請け負ってくれたのです。今でもお付き合いをしています。

学生2人、小学生5人が出場しました。コーチ陣も力が入っているのが、選手本人の意欲を尊重しながら良い選手をどんどん育てていきたいと思っています。

——野球やサッカーなどと同様に、高校も中学も今は学校の部活よりもクラブチームを中心に活動する時代なんですね。

矢澤 スポーツ庁の方針なんです。教員の負担を減らす狙いからです。水泳の場合、小中学校のプールを維持するには水質管理や安全対策がものすごい負担になります。だから、老朽化したプールを建て替えるよりも、地元のスィミングクラブに水泳教室を委託しよう、となるわけです。全国的にそういう傾向にあります。

——スイミングクラブは学校と同じで、卒業した後も時々訪れたい場所になりますね。

今牧 私は飯田にはよく帰ってきているので、家や学校以外にも立ち寄る場所があつてものすごくうれしいです。今、都会で暮らしているので余計に飯田の自然豊かなところとか人の温かさとかを魅力的に感じています。これからも定期的に帰り、飯田で出会った人たちとの縁を大切にしていきたいと思っています。

（聞き手・栗下 修一（高21回）＝水泳班OB、構成・原 誠（高23回）＝水泳班OB）