

今までやってきた事は次に必ず活かせる！！

スポーツ選手のキャリア支援

坂上 沙由理さん

(さかがみ さゆり)

所属 株式会社 山愛

出身地 千葉県

趣味 サッカー観戦 サイクリング



坂上さんは引退した選手の次の進路の相談を受け、正確で新しい情報を分かりやすく提供しサポートしています。

<仕事内容>

スポーツ選手のキャリア支援を行っている。

大きく分けて2つの仕事があり、1つ目は引退したスポーツ選手が「次の仕事はどうするか」「これからどのようにして生きていくのか」という悩みの相談にのりアドバイスをするという仕事。2つ目は現役の選手の研修。引退した後の世界や社会について知ってもらう為に研修・セミナーをするという仕事内容。これはサッカー選手に行うことが多いそうだ。

まずこの会社に入社したきっかけを教えてください。

自分がつくった物で誰かの明日に影響を与えてみたかったからです。

私が勤めている(株)山愛は元々よくドラッグストアなどでみる化粧品を置く棚やスポーツ冊子などの印刷物を作っています。入社する前から印刷会社に入ろうと思っていました。なぜかという、自分が作ったものを見てその人に何か影響を与えることが魅力的に感じたからです。きっかけは高校の時の文化祭です。クラス対抗で集客率の高さを競うもので、私は集客係を担当することになりました。自分たちで考えてうちわやパンフレットを作ることがとても楽しいと感じたことがきっかけです。



印刷事業からキャリアサポート事業に異動になった際に不満などはなかったですか？

全然ないです！「誰かに影響を与える面では同じ」

というのもキャリア支援は印刷された広告と似ていると思うからです。印刷広告は自分が関わって、広告を見てもらいその人に影響を与えることができます。キャリア支援もスポーツ選手の相談に乗ることで、次の進路を考えるきっかけを伝えることができます。どちらも相手に影響を与えることができるという面では同じという事に対して自分の中ではしっかりきています。

では実際に引退した選手の今後の相談を受ける際に気を付けている事はありますか？

なるべく分かりやすく伝える事を心がけています。



まず、スポーツ選手の方々は 1 つの事を長年行ってきてプロになった方々であり、人としてとても尊敬をしています。

ただ就活についてや進路のことについては、知らないだけなので、なるべく分かりやすく伝えるためにもスポーツに例えて説明するなどの工夫をしています。

キャリア支援の仕事をしていて良かったと思える瞬間はありますか？

「ありがとう」と言われたときです。

例えば、選手から「進路が決まりました。ありがとう。」と言われたり、研修を行ったクラブチームの方からの感謝の言葉であったり、自分が関わった方々から直接お礼の言葉を言われる時がやっていて良かったと思える瞬間です。

逆に大変なことはありますか？

様々な情報を知っていなければいけないことです。

進路の相談を受けるので、世の中のことを浅くてもいいので広く知っていなければなりません。通勤時に録画しておいたニュースをスマートフォンで見て、少しでも仕事に活かせるようにしています。

スポーツ選手とそうではない人とではキャリア支援をする上での違いはありますか？

やってきたことが全てゼロになってしまうとってしまう事

スポーツ選手は幼い頃からスポーツに関わってきていて、自分の人生そのものと紐づけている場合が多いです。そのため、引退となると全てゼロになってしまうと考えてしまいがちです。そのようなことは、私たちはないと思います。他にも、引退したスポーツ選手はやりたいことをもうすでに叶えてしまっているの、それと同じ熱量をかけるものを探す傾向がありますが、それは少し難しいことでもあります。そのため、今までスポーツを通して「その先は何を目標にしていたのか」という更に先の目標と一緒に探します。また、言語化する



ことで自分の目標が目に見えて深く理解することができます。これは、私たちが就活の時に行う自己分析と似ていますね。

今までやってきたスポーツを引退することになり、そのスポーツの技術的な面を発揮する場面は少なくなってきてしまいますが、他に得た自分の強みや能力は必ず次に活かすことができます。それを伝えるようにしています。

相談を受ける際に自分の思いを正確に伝えるために気を付けている事はありますか？

伝わるまで粘る！！

まずは「このフレーズは必ず言いたい」というものがあればメモをしたりして、きちんと準備をするようにしています。

話している際も自分が言ったことが相手に伝わっていなかった場合は、伝わらないままで終わらせず諦めずに粘るようにしています。話が曖昧なままで必ず終わらせない事を心がけています。

これからはどんなことを目標にして仕事をしていきたいですか？

相談したいと思われる存在であり続けたいです。

次の進路について相談に来てくれた選手に正確で最新の情報を提供したいです。進路に関わることなので重大な選択をすることになります。いつ来てもここに相談しにきて良かったと思ってもらえるような存在であり続けたいです。



日々の仕事の疲れを癒すために休みは何をしていますか？

ダラダラする時間も大切。



基本的には土曜日と日曜日が休みで、サッカー観戦をしたり友人とサイクリングに行ったりします。前日に夜更かしをして土日のどちらかはお昼まで寝たりもします（笑）
また、体を動かした後にスーパー銭湯に行ったり、外が明るいうちにお風呂に入ったりしてリラックスをします。
ダラダラする時間も大切ですよ。

13歳の頃にやっておけば良かったと今思う事はありますか？

もっと色々な人と話していればよかったです。

いつも同じメンバーとしか話していなかったので、違うグループの人と話したり、地域の人と話したりして、視野を広げていたら将来もまた違うものになっていたのかなと感じます。

最後に中高生にメッセージをお願いします。

焦らず。諦めず。

世の中にはたくさんの仕事があります。やりたいことがもう見つかっている人もまだ何も見つからない人も、人生は長いので焦らず諦めずに突き進めばいいと思います。

編集後記

初めて社会人の方にインタビューをさせて頂き、とても緊張して上手くできない点もありましたがいい経験をすることができました。坂上さんはやさしい方で、スポーツ選手の方も自分自身の今後の進路を相談する際にはとても話しやすいのだろうと感じました。

人の今後の人生について相談にのりアドバイスをするという事は、とても重要なことであ



り、簡単なものではないと思います。坂上さんは仕事に活かせるような最新の情報を常にニュースなどでチェックをしたり、相手が分かりやすい伝え方を考えたりと様々な努力をされていて素晴らしいと感じました。人の人生に関わる仕事はとても責任のあることであり、今後の進路に関わることができる素晴らしい仕事だと思いました。

目白大学 社会学部社会情報学科

2年 遠藤 千春

(取材日 2019年 9月3日)