



H

ostelling

Magazine

巻頭インタビュー

前園真聖

一歩踏み出せば、自分が変わる。
自分が変われば、世界も変わる。

Hostelling Magazine × 地球の歩き方 www.arokata.co.jp

新しい魅力満載！
スイス

◎トリップアドバイザー°
四国地方の観光ランキングTOP10

Youth Hostel Pick up

地酒とともに、
土佐の文化を味わい尽くす
高知ユースホステル

この冊子は、宝くじの社会貢献広報事業として助成を受け作成されたものです。





いつだって
どこだって



ぼくらのミカタ。 **ランチパック**

Digital HI Membership

ユースホステル デジタルメンバーシップ



世界中のユースホステルで使える！

世界80の国と地域にあるおよそ3600ヶ所のユースホステルをリーズナブルなメンバー価格で利用できます！



PC または スマホ で登録！

登録は簡単3ステップ！クレジットカードまたは Paypal の決済後すぐに会員証がメールで届きます！
Apple Wallet / Android にも対応しています。



旅だけじゃない！ Digital Member だけの特典も！

世界各国のユースホステルが提携している博物館や鉄道などの会員割引提携サービスはもちろん、日本国内の一部のユースホステルでは Digital Member だけが受けられる特典をご用意しています。

スマホで旅する？
スマホと旅する？



登録はカンタン 3ステップ！

NO.1

1

QRコードまたは日本ユースホステル協会 HP から登録ページへ

STEP.2

2

必要項目を入力して規定を確認。
クレジットカードまたは Paypal でお支払い

NUMBER.3

3

世界中で使えるユースホステル会員証 (PDF) がメールで届いて登録完了！



adt/hm14d



※画面はハメ込み合成です。



HOSTELLING
INTERNATIONAL

Vision

Principle and Philosophy

Inclusivity

世界を超えて

Learning and Understanding

考えよう

Sustainability

僕らと子ども達の未来のことを

日本ユースホステル協会はユースホステルのビジョンに基づき、日本国内にユースホステルを設置・運営すると共に、国際ユースホステル連盟や各国のユースホステル協会と協調し、知見を広める「旅」を促進する活動を行っています。

Line up

インタビュー P02

元サッカー日本代表・
スポーツジャーナリスト／前園真聖
一歩踏み出せば、自分が変わる。
自分が変われば、世界も変わる。

Youth Hostel Pick up P08

地酒とともに、
土佐の文化を味わい尽くす
高知ユースホステル

トリップアドバイザー P12

耳寄り! 観光NAVI
四国地方の観光ランキング TOP10

Hostelling Magazine × 地球の歩き方... P14

新しい魅力満載!
鉄道パスで回るスイス

スイス 新しい魅力

- 美しい街を歩く
- 知られざるスイーツ大国
- 温泉でリラックス
- 空飛ぶアクティビティで絶景ウオッチ

教えて! 旅GIRL P22

松島むうの晴れときどき旅びより..... P23

※本紙の情報は2019年2月20日現在のものです。変更になる場合がありますので、お出かけの前に現地にお確かめください。
発行所 一般財団法人日本ユースホステル協会
編集・発行人 寺島 真
TEL.(03)5738-0546
〒151-0052 東京都渋谷区代々木神園町3-1
国立オリンピック記念青少年総合センター内
※本誌掲載記事の無断転載を禁じます。
制作・印刷製本/サンメッセ株式会社

巻頭インタビュー

一歩踏み出せば、自分が変わる。
自分が変われば、世界も変わる。

元サッカー日本代表・
スポーツジャーナリスト

前園真聖

Jリーグ開幕と共にプロサッカー選手のキャリアをスタートし、日本代表のキャプテンを務めたアトランタオリンピックでは優勝候補の大本命とされていたブラジルに勝利。世界中を驚かせた「マイアミの奇跡」を起こしました。

日本中が歓喜に沸く中、外国人選手との力の差を痛感していたという前園真聖さん。より高いレベルを求めて、その後は海外チームへの移籍も経験し、引退まで挑戦を続けました。現役時代の貴重なエピソードや、現在の多方面での活躍、さらには旅行経験豊富な前園さんならではの旅の楽しみ方について伺いました。

プロになるには海外へ行くしかない時代 それでも夢は「プロサッカー選手」だった 子ども時代

—前園さんはどんなきっかけでサッカーを始められたのでしょうか？

サッカーを始めたのは、たぶん幼稚園ぐらいの時ですね。兄がずっとやっていたので、一緒に遊ぶ中でサッカーを始めたような感じです。本格的に始めたのは小学校2年生ぐらいの時。今みたいに、地域にいろいろなチームがあったわけではなかったので、兄が所属していた地元の小学校のスポーツ少年団みたいなチームに入ってボールを追いかけていました。

—当時から「サッカー選手になる!」という目標を持っていましたっけですか？

そうですね。小学校の6年の頃の文集の将来の夢のところに「プロのサッカー選手になりたい」って書いていました。でも、僕が小学生の頃は日本にサッカーのプロリーグはなかったんです。なのでワールドカップとかの映像を見て、「プロになるんだったら海外に行くしかないんだ」と思っていました。

僕が最初に見た海外の選手はマラドーナという選手で、当時はどちらかというと、ヨーロッパよりも、ブラジルやアルゼンチンといった南米のサッカーに憧れていましたね。

—当時通われていた中学校にはサッカー部がなかったと伺いました。

今でこそほとんどの学校にサッカー部がありますけど、当時はサッカー部のない学校も結構あったんですよ。なので、中学1年生の時は陸上部に所属して、陸上部の練習が終わってから友達と集まってサッカーをやっていたんです。そうしたら、学校関係者の方とか、父兄の方の協力もあって、部活として認めてもらえることになって、サッカー部を作ることができたんです。

—今では日本でもメジャースポーツになったサッカーですけど、そんな時代もあったんですね! Jリーグがきっかけでしょうか？

Jリーグが始まったのは大きかったと思います。Jリーグが開幕したのが1993年で、僕が高校3年になってからですね。まさか日本でサッカーがプロリーグ化すると思ってい

ませんでしたから、「サッカーでお金がもらえる」って言われても、当時はイメージが湧かなかったですね(笑)。僕が学生の頃はたまにテレビで放送されるサッカーの中継を観ても、スタンドにはほとんど観客が入っていなかったですし、日本でプロの選手になるってあまり想像できなくて、「海外に行ってサッカー選手になりたい」という子どもの頃からの夢をそのまま持ち続けている感じでした。

プロではないんですけど、実際海外でサッカーをするという機会に恵まれたのは、高校生の時でした。高校選抜に選ばれて、ドイツに遠征に行っただです。たしかデュッセルドルフだったかな?それが初めての海外で、そこでは色々な国の高校生のチームと対戦して、少しずつヨーロッパのサッカーにも憧れるようになっていきました。

—初めて、海外の同世代のプロを目指す方々と一緒に戦ってみて、どのような印象を受けましたか？

身体的な大きさとか、プレーはもちろんそうなんですけど、国は全然違うんですけど、言葉がわからなくても積極的に話しかけてくるんですよ。でもこっちは何を言ってるのかわからなくて萎縮してしまったんですけど(笑)。当時まだ17歳とか18歳ですから、彼らがすごく大人に見えました。レフェリーとかにも積極的にコミュニケーションをとっていたり、コミュニケーションをとるのって、すごく「羨ましいな」って感じたことを覚えています。

辞書を片手に練習場へ ブラジルで一步踏み出して見えた世界

—前園さんはアトランタオリンピックでの活躍など、日本代表として海外で試合をすることも多かったと思うのですが、そういった時にそれまでの海外経験が活かされましたか？

オリンピックに出る前は、先ほど話した高校選抜のドイツ遠征と、あとはプロ2年目のアルゼンチンに4ヶ月間留学した経験くらいでしたから、その経験がオリンピックに直接役立ったかは分かりませんが、でも簡単なスペイン語を理解したり話せるようになっていたので、相手がブラジル人でも、意思の疎通ができるというか、相手と少ししゃべったりとか、文句を言われていることが分かったりだとか、そういう免疫みたいなものが多少はあったのは間違いのないと思います。大きな舞台ではありましたが、「海外に行っていた」という経験が少しは自信になっていたのだと思います。

—後に「マイアミの奇跡」と呼ばれるブラジル戦はどのような心境で臨んだのですか？

相手選手はテレビで観ていた人たちばかりだったので、「同じピッチで対戦できる」というワクワク感がまずありましたね。あと、自分たちが世界とどれくらいやれるのか。今、どれくらいの位置にいるのかを知りたいっていう、楽しみがありましたね。もちろん試合なので勝ちにいくつもりではありましたが。

—結果ブラジルに勝利して、後に「マイアミの奇跡」と呼ばれる伝説を残されます。

今でも「内容では負けていた」と感じていますけどね。勝った喜びよりも、トップレベルの世界の選手たちのスピードとか、迫力とか、向かい合った時のプレッシャーだとか、そういったものを肌で感じた衝撃が大きかったです。「ああ、世界トップの人たちは、こういうところで常日頃戦っているんだな」と。当時、Jリーグも少しずつレベルが上がってきてはいたけど、「全然違うんだな!」って感じました。実際に体感した衝撃があって、「この人たちと一緒に練習したい」という気持ちが、オリンピックの後、改めて湧いてきたんです。

—その後、Jリーグで活躍されながら、海外移籍のチャンスを狙われていると報道されていました。

そうですね。オリンピックが終わってからは、明確に「世界に行きたい」と関係者には言っていました。当時、海外へ行っていたのはカズさん(三浦和良選手 現横浜FC所属)くらいで、それがなかなか叶わない時代でしたけど、オリンピックを経験して、明らかに自分の中で何かが変わったし、「日本だけでやっていてはダメなんだ」という思いが強くなっていくのを感じていましたね。



maezono_masakiyo

高野山に到着
#高野山#世界遺産#自転車へんろ旅#和歌山#四国#自転車
#ピアンキ#前園真聖

(前園真聖さんインスタグラムより)

—実際に海外への移籍を経験されてみて、やはり日本とは違いましたか?

海外で活躍するために必要なものって、ピッチ上での技術だけじゃなくて、自分の感情を表現したりだとか、意志を言葉に出したりすることも重要なんですよね。僕はブラジルに移籍したのですが、最初の一週間は“お客さん状態”だったんです。ピッチでも、僕が一番良いポジションにいるのに、ボールが僕の頭の上を越えていってましたからね(笑)。悔しかったなあ……。でも、悔しいのに、言葉にできないという……。もう、帰りたくなってしまっていたんですよね。誰もしゃべりかけてこないし、練習もつまらなかったし。

でもせっかく来ていたのに、何をしに来たんだってことも自分で考えて。別に俺のことを誰も知らないので恥ずかしいこともないし、「いいや!」ってそこで吹っ切れて、それで日本から持ってきていた辞書を持ってピッチに行ったんですよね。そしたら、やっぱり、そういった姿勢を周りの人はちゃんと見てくれていたんでしょうね。明らかに周りの反応が変わってきたんです。「こいつ、ちょっと輪に入ろうとか、コミュニケーションをとろうとしているんだろうな」ってことを分かってもらえたんだ!って感じました。

その一歩を踏み出すまでって、結構勇気が必要。でも、そこからはすごく楽しかったです。ボールも回ってくるようになりましたし、プライベートでもご飯に誘ってもらったり。行っても何をしゃべっているのか8割くらい分からないんですけど(笑)。でも、そういう場に行くことによって、信頼関係を築けるといえる。そういうピッチ外でのコミュニケーションの重要性は海外での経験で学びましたね。

「なんとかする意志があればなんとかなる」 Jリーグ復帰までの空白期間の経験

—ブラジル移籍を経て、Jリーグへ復帰されるまではどのような経緯だったのでしょうか?

ブラジルの後に、日本でなかなかチームが決まらなくて、僕もそのまま海外でプレーしたいと思っていたので、半年ほどヨーロッパをあちこち回っていた時期がありました。最初は1ヶ月くらいポルトガルに行ったんですけど契約に至らずに、ギリシャへ行って。でもそこでもチームが決まらず…日本にも帰れないし、どうしようかと。当時、後輩がスイスのチューリッヒのチームに所属していたので、そこで練習をさせてもらおうと、1ヶ月ほどチューリッヒに滞在していました。そうそう、その時財布を落としたんです(笑)。綺麗な景色のカフェにその後輩と行ったんですけど、ホテルに帰ってから財布がないことに気づいて、「やばい!」ってなって。慌ててカフェに連絡したら、そ

このカフェの人が持っていてくれたんです。海外ではなかなか
そういうことってないじゃないですか？なので、それ以来
チューリッヒはすごく好きな街になりましたね(笑)。

—半年間にわたってヨーロッパを旅されるなんて、貴重な経
験ですね!

好きでやっていたわけではないですけどね(笑)。今考えると、
その間ずっと一人だったんですけど、僕は英語がしゃべれたわ
けじゃないので、移動するのもチケットとかどうやってとったん
だろう……。ギリシャでは運転もしていましたし。高速にも乗っ
たりして。もちろん国際免許は持っていましたが、ぞっとしま
すよね……。笑)。でも、当時はなんとかするしかなかった。僕に
はサッカーがあったので、なんとか頑張ろうと思ってしがみつ
いていた部分がありました。それで、一步を踏み出せたのだと
思います。今やれって言われたら多分できないだろうなあ(笑)。
やっぱり若い時だからこそその経験だったと思います。

—引退後、全国各地で子ども向けのサッカー教室をされてい
ますが、やはり世界を意識した指導をされているのですか？

世界っていうのは、僕は子どもたちに言ったことはないかも
しれません。単純にサッカーを楽しんでもらいたいと思って
います。サッカーでもなんでも自分が好きなことをやるって
ことが、子どもの頃に大切なことだと思うので。サッカーには
勝ち負けがあるので、その時の喜びとか、悔しい想いを胸に
みんなで頑張っていくことが大事だと思います。そこで一步
踏み出すことの大切さを伝えたいですね。

サッカー、そしてタレントとして 必要とされていることの喜びを感じながら

—現在は、前園さんはサッカー関連のお仕事以外にも活躍
の場を広げられています。サッカー以外で活動されるイ
メージはありましたか？

大した活躍はしてないと思いますけど……。笑)。バラエ
ティ番組とか、サッカー以外の自分があまり知らなかったと
ころで、様々な方と接点を持たせていただいて、お仕事を
させていただいているっていうのは、引退した当時はイ
メージしていなかったですね。

—元々、性格的に様々な人と関わることはお好きだったん
ですか？

サッカーをやっていた時は、毎日練習して、週末は試合をし



Profile

前園真聖

1973年10月29日生まれ、鹿児島県出身。

1992年鹿児島実業高校から高校2年時に、Jリーグ・横浜フリューゲルスに入団。94年にはアトランタオリンピックを目指すU-21日本代表に選出され、主将として28年ぶりとなるオリンピック出場に貢献した。96年の本大会で日本代表はブラジルを破り注目を集めた。その後、国内移籍を経て海外へ挑戦。その後、国内外のチームで活躍し、2005年現役を引退。引退後はZONOサッカースクール少年サッカーを主催し、全国各地でサッカーを通じた教育活動に力を入れる一方で、サッカー解説者として世界各国で取材活動を行った。近年では、活躍の場を広げ、自転車でお遍路巡りをしながら地域を体験する『前園真聖 自転車へんろ旅』が話題となった。



て、という生活でしたから、サッカー関係者以外の人との接点って少なかったと思います。だから、本当に気心が知れた人といるのがラクだと感じていました。だけど、ここ数年は、バラエティ番組だけでなく、すでにライフワークみたいになっているんですけど、NHKで四国のお遍路巡り旅などにも行かせていただいて、子どもから年輩の方まで触れ合う機会が多くなりました。

お遍路ってゴールはお寺なんですけど、その道中がすごく楽しくて。これまで、四国には接点がなかったんですけど、いろいろな方に声をかけていただいたり、助けていただいたり……それがすごいパワーになるんです。

これは現役の時と一緒に、サポーターとか応援してくれる人たちがいるからこそ頑張れる。それは本当にありがたいことだと思っています。サッカーでも、番組の制作もチームプレーなんだなって。いろいろな人がいて一つの形ができ上がっていることを改めて感じるんです。僕はあくまでもその一部みたいなもので、「みんなで作り上げている」という喜びを感じますね。

旅に出る時の必須アイテムは ジョギングシューズとウェア

—ブラジル、ヨーロッパ、四国とお話を伺っているだけでも前園さんは国内外のいろいろな所に行かれています、「次に行くならここに行きたい!」と考えている場所はありますか?

やっぱり行ってないところに行きたいですね。スペインとかイタリアとか、ドイツとかね、それはサッカーの取材とかいろんな形で行っていますけど、ヨーロッパの東欧とか中欧とか、あの辺りはあまり行ったことがないので、行ってみたいですね!オーストリアには行ったことがあるんですけど、チェコとか、街並みが綺麗じゃないですか?

あと、セルビアモンテネグロ! 僕の後輩がサッカーを通じて仕事で行っているんですけど、あの辺りもすごく行ってみたいです!

僕は海外に行く時には、必ずジョギングシューズと動きやすいウェアを持って行くんですよ。サッカーの取材などで海外へ行っても、滞在先からスタジアムや練習場までロケバスで移動するのが普通なんですけど、せっかくそこまで行っているのに、滞在先と現場の往復だけになってしまうのがもったいなくて。だからオフの時間は必ず近くの街を自分で散策するようにしているんです。滞在先に着いたら、大体10キロ圏内を走るんです。走るとなんとなく土地勘がつくというか、どこに何があるかって覚えられる。自分の頭の中にどんどん地図ができていくんです。単純ですけど、

「ここのお店おしゃれだな」とか、「このカフェの店員さんがかわいいな」とか(笑)。せっかく行ったことのない土地に行くんだから、自分の目で見るとか、ちょっと足をのびして歩いて回るとか、そういう“自分で体験する”ことを意識することが、旅を楽しくするコツだと思うんです。

— 道に迷ったりしないのですか？

大抵の宿には周辺の地図が用意されていますよね。その地図を見ながら、「ここに泊まって、こっちが街なんだな」というのがなんとなく分かるので。それで実際に走ってみて確認していくんです。迷ったら、聞けば良いですからね。宿の名前だけ覚えておけばなんとかなります! ジョギングじゃなくて、散歩でも良いと思うんです。そうするとネットにはない情報が見つかるかもしれない。目的地だけ調べて、そこにだけ行くんじゃないで、その土地で生活している人の暮らしとか、日常の風景だとか、ちょっとした発見があると旅は楽しくなると思います。そこでちょっとでも話す機会があったりなんかすると、もっと楽しくなるんじゃないかと思えますね。

— 前園さんは甘党としても有名ですよ(笑)。旅先でもチェックされますか？

甘いものはもちろん、その土地の美味しいものをいただくっていうのはいつも楽しみにしています(笑)。自分で事前に調べることもあるんですけど、現地で知り合った人に聞くことが多いですね。地元の人しか知らないような、ネットに載っていないところに行くことが多いです。

— なるほど! それは旅慣れされている前園さんならではの楽しみ方ですね。

口コミサイトはもちろん素晴らしいサービスですけどね! ただまずは地元の人に聞くようにしています。それであまり情報が出てこなかったら、口コミサイトで調べて……っていうこともしますけど(笑)。できれば観光客があまり来てい

ないところに行きたいんですよ。地元の人しか来ていないお店の方が、その土地らしさが分かると思うんです! でもね、なかなか出てこないんですよ、意外と(笑)。きっと地元の人にとっては日常的すぎるからかもしれないですけど、「観光に来たのなら」って気を使っているのかもしれないですね。だからこそ、自分から積極的にコミュニケーションをとって教えてもらう。それだけでも旅がグッと楽しくなると思いますよ!

まずは一步踏み出してみることを。
失敗だと思っていることも、
すべては自分の経験になっていく。

— 自分からコミュニケーションをとっていくというのは知らない土地や特に海外では難しいと思いますが、その不安を克服できるようなアドバイスをお願いします!

僕の場合は、サッカーを通じて迫られて、という感じですけどね。ブラジルでは吹っ切れるまでに1週間かかりました(笑)。日本にいとそんなに不自由することがないので、自分からコミュニケーションをとろうとか、そんなこと考えなかったでしょうね。でも、海外での経験があつて、海外でも国内でも、いろいろな人と話して、いろんな情報をもらうと、人生ってもっと楽しくなるって気付かされたんです。どうせなら楽しみたいですね(笑)!

もちろん、上手くいくことばかりじゃないと思います。でも、苦しい状況で、「嫌だな」「恥ずかしいな」ってその時は思っても、いずれ自分の経験になると思うんです。すぐに結果が出なくても、「いつか何かの役に立つだろう!」って思いながら、今までやってきました。僕にはサッカーがあつたので、“しがみついていた”っていう部分はありましたけど。

ちょっと上手くいかないことがあつても、それは「失敗」じゃなくて「経験」なんだと! やらないことの方が失敗だと思います。それは自分の経験にもならないので。だから思い切って一歩踏み出す。自分が変われば、周りの人も変わっていくし、そうすれば、どんどんその状況が楽しくなって、もっといろいろな経験ができるようになると思います。



つづきをダウンロード(無料)



Hostelling Magazine vol.16
まとめてダウンロード



Hostelling Magazine × 地球の歩き方... P14
新しい魅力満載! 鉄道パスで回るスイス
スイス 新しい魅力
■ 美しい街を歩く ■ 知られざるスイツス大国
■ 温泉でリラックス
■ 空飛ぶアクティビティで絶景ウオッチ



インタビュー P02
元サッカー日本代表・
スポーツジャーナリスト/前園真聖
一歩踏み出せば、自分が変わる。
自分が変われば、世界も変わる。



教えて! 旅GIRL P22



Youth Hostel Pick up P08
地酒とともに、
土佐の文化を味わい尽くす
高知ユースホステル



松島むうの晴れときどき旅びより P23



トリップアドバイザー P12
耳寄り! 観光NAVI
四国地方の観光ランキング TOP10