



2020年
東京五輪・パラリンピック
佐賀国体・全国障害者スポーツ大会
2023年



特集

アスリート“金の卵”を探せ!!

2 2020年東京五輪・パラリンピック、そして2023年佐賀国体・全国障害者スポーツ大会へ。今、佐賀でアスリートを盛り上げようという機運が高まっている。県は世界を舞台に活躍するが期待される県在住のアマチュアスポーツ選手を強化費で支援する「さがんアスリート」と「さがんチャレンジアスリート」の事業を展開している。昨年から佐賀国体を見据え「佐賀県強化指定選手」の認定を開始。今年からは小学生から社会人まで計821人が認定された。五輪・パラリンピック、そして佐賀国体へ、アスリートを大切に育てようという試みだ。大型スポーツイベントに向けての対策とともに、すでに世界を舞台に活躍する“金の卵”たちを紹介する。

世界大会目指す選手支援

「さがんアスリート」事業は2006年度にスタート。佐賀県民であることの誇りと自信を醸成し、日本はもとより全世界に佐賀県の情報を発信するため、オリンピック・デフリンピックなどの世界大会での活躍が期待される佐賀県在住のアマチュアスポーツ選手を「さがんアスリート」として

認定し、その活動を支援している。奨励金の交付限度額は年度ごとに150万円。アトランタ五輪のヨット女子470級で日本選手初の銀メダルを獲得した重由美子選手を始め、ロンドン、リオ五輪に出場したテコンドー女子57kg級の濱田真由選手らを認定。今年4月には第23回デフリンピック日本代表に内定したデフバレーボールの吉田翔選手が選ばれた。これまでに計11人が認定されて

小学生をメインに強化指定

6年後には1976年以来47年ぶりとなる佐賀国体が開催される。それを目指し「佐賀県強化指定選手」の認定がスタートした。認定は各競技団体の推薦で決定。競技団体単位で強化費を助成する。助成額は実績や競技人口などを考慮して決まり、予算総額は約1億5千万円。主に練習会や強化合宿

いる。認定の条件は「居住地在佐賀にある、もしくは居住地が佐賀県外にある場合も、佐賀県の中学校・高校・大学を卒業していること等」で「直近の世界大会への出場が決定、肉付きよくは有視されている選手」。「一方、「さがんチャレンジアスリート」の要件は「日本選手権で8位以内もしくは同等以上の成績を残している、または有力視されている」こと。奨励金の交付限度額は年度ごとに50万円。今年3月に認定されたのは11人。中高生が7人(当時)と将来性を感じさせる選考となっている。

など競技力向上に使用される。

今年度は36競技団体から821人が認定された。内訳は小学生407人、中学生125人、高校生133人、大学生81人、社会人75人。約半数を小学生が占めている。さらに佐賀国体で主力の高校3年生となる小学6年生を224人認定している。中学生以上の世代は、6年後に佐賀にいない可能性がある。同制度は競技力向上とともに、早い段階から「オール佐賀」としての意識を根付かせ、佐賀で競技を続けてもらうことを目的としている。

昨年「いわて国体」の天皇杯(男女総合)で佐賀県は43位。皇后杯(女子総合)では33位。6年後には開催地として優勝を狙っている。順位にこだわる必要があるのか、という意見もあるだろう。しかし国体を選手だけでなく市民のスポーツ環境の整備に役立ってきたことも否定できない。47年に1度しかないスポーツ祭典。まずは身近なアスリートの卵たちを応援しよう!!

テコンドー 古賀道場 東京五輪 佐賀から全階級制覇!

ロンドン、リオと五輪2大会連続出場。濱田真由選手を始め、世界大会クラスの選手が日々、練習を積んでいるテコンドー古賀道場(佐賀市本庄町鹿子)。国内屈指の練習環境から、続々と有望な選手たちが輩出されている。山下結華さん(18)はJOCジュニアオリンピックカップ女子52kg以下級で優勝。妹の山下唯さん(15)は世界テコンドージュニア選手権の女子55kg以下級の日本代表に選出。江口真央さん(15)は今年5月にあった国際大会「ニュージラランドオープン」の女子49kg以下級で優勝した。「東京五輪は佐賀から全階級、金メダルを狙います」と宣言する同道場代表の古賀剛コーチと有望株3人にインタビューした。



江口真央選手(15)

山下唯選手(15)

山下結華選手(18)

バンバン蹴っていて楽しそう

——テコンドーを始めたきっかけは？
山下結華さん(以下「結華さん」) 小学4年生のとき、友人がテコンドー道場に通っていたので見学に行ってみようと思ったので始めました。
山下唯さん(以下「唯さん」) 姉が習い始めたとき、父から「一緒に取り組んだら」と勧められて、小学2年生のときから通っています。

江口真央さん(以下「真央さん」) 父と先生が友人で、見学に行ったら、ミットをバンバン蹴っていて、楽しそうだな、と思い道場に通い始めました。
古賀剛コーチ(以下「古賀コーチ」) 小さいときから英才教育を、刷り込むことが大事です。自分は32歳まで競技者でしたが、30歳から学んだことが大きい。体がポロポロになってから伸びたという印象が強いです。若い頃に知っていたらと思った技術を今、小学生から教えることができるのは大きい。自分は遠回りましたが、それは指導者としては財産だと思います。

——お互い感じているそれぞれの特徴を教えてください。まずは山下結華さんから。

真央さん 右足のオルグル(上段)頭部への蹴りが伸びてきます。こちらが下がっても当たるので守りづらい印象です。
唯さん 蹴りが痛い。一発一発がどっしり重いです。

——次に山下唯さんの特徴を

結華さん 前足の蹴りが重いです。モントン(中段)胸)からオルグルに持って行くのがうまい。蹴りに重さがあるって、ドスドスきます。
真央さん 蹴りのコントロールが上手。

相手のディフェンスの薄いところを的確に狙ってきます。

——最後に江口さんの特徴は？

結華さん 無駄がなくて、一発蹴られたら倍蹴り返してくる。精神力も強く、負けていても、残り5秒でオルグルで逆転したりします。

唯さん 自分のペースで試合をコントロールするのが上手です。相手にポイントを与えないのに、自分はきっちり取るイメージです。

電子防具反応せずウワツと

——テコンドーの面白いところは？

結華さん ボクシングの足パージョンというイメージです。蹴りが入ってポイントできたときに嬉しい。練習はきついですが、試合で勝つと嬉しくて苦勞は吹き飛びます。
唯さん 試合ではいろんな人と対戦できるので楽しいです。知らない人が、これまで経験しなかったような戦い方で向かってくるので面白いですね。道場では通用しなかった蹴りが当たったり。

真央さん 蹴りを少し工夫するだけで、相手に分かりづらくなつてポイントが稼げたり、入らなかつた蹴りもタイミングをずらすだけで有効になったり。ちょっとした工夫が結果につながるの面白いです。

——逆に練習していてキツイのはどういう時？

結華さん 思い通りの動きができないとき。コーチから言われたことができないときもキツイです。そういうときは先輩からアドバイスをもらったりして乗り越えます。

唯さん 試合で思い通りにいかないとき。ポイントがとれたらと思ったのに、電子防具が反応しないときはウワツとなります！

真央さん ポイントが認められないのは辛いです。練習がきついのは当たり前で、みんなで盛り上げて楽しくできるようにしています。

——国際大会を経験してみて、国内大会との違いは？

唯さん 蹴りの威力が違います。一発一発が重いですし、蹴りを払われただけで体ごと持っていられるので、肉体的にも精神的にもダメージが大きいです。

真央さん 勢いがすごいと感じました。最後のラウンドになって追い上げてきます。精神力が強いですね。

日々、世界を身近に

——古賀道場で練習することのメリットは？

結華さん 五輪選手や世界大会で活躍する先輩たちの姿を見ながら練習できるのが一番のメリットです。世界を身近に感じながら、最高の練習ができます。

唯さん 試合経験豊富な先輩たちからアドバイスをもらえること。試合でいろいろな人と対戦するときに、具体的なポイントで助言してもらえるので助かります。

真央さん 道場での日常的な練習でも、公式戦に使用する電子防具を使えます。他の道場で、ここまで設備が充実しているところはないので、大きなアドバンテージになっていると思います。

——今後の課題と目標は？

結華さん もっとコンビネーションを増やしたいです。前足だけではなく、連続的な攻撃を意識していきたい。自分の動画を確認したり、先輩たちの練習を見たりしながら、国際大会で活躍できるように頑張りたいと思っています。

佐賀だからやれる

——最後に古賀コーチから見た3人の印象と東京五輪への意気込みを!!!

古賀コーチ 山下結華選手はナイーブですが、常に打破しようという姿勢が強いので着実に力をつけている。国際経験がないのは、参加できる大会が少なかったから。今年からシニアに挑戦するので楽しみます。山下唯選手は不思議な子。着実に稽古できています。得点能力が高く、負けん気が強いので、江口真央選手は濱田真由選手と同じステップを踏む可能性を感じています。高3で五輪予選を突破し、3年後には東京五輪に出場してくれると期待しています。

こんなに広い道場を構えることができるのが田舎のメリット。昨年はジュニアとシニア合わせて全国大会で12個の金メダルを取りました。そんなところは他にない。佐賀だからやれる。今では東京から出稽古に來ています。東京五輪では全階級、佐賀から金メダルを獲得することを目標にやっています。大きな目標ですが、願えば叶う。世代切れ目なく育成できていて、今のところ順調に進んでいます。

スポーツクライミング 多久高校登山部 五輪新種目 佐賀から有望選手育成

2020年の東京五輪に正式種目として新たに採用される「スポーツクライミング」。全国的にも人気が高まっている比較的新しい競技だが、実は佐賀にも将来有望な選手がいる。多久高校登山部2年生の**霧本直生選手(16)**と1年生の**樋口結花選手(15)**だ。霧本選手は昨年、クライミング・アジアユース選手権ユースB男子の「ボルダリング」で優勝。同「リード」で2位に輝き、世界ユース大会に出場。樋口選手は2015年の世界ユース選手権ユースB女子代表に選ばれるなど活躍している。2人と同部顧問の樋口義朗さんにインタビューした。

小学生時代から練習

——最初に競技の説明を。
樋口義朗先生(以下「樋口先生」) スポーツクライミングには「リード」と「ボルダリング」「スピード」の3種目があります。「リード」はロープを確保支点に掛けながら上に登っていく種目です。制限時間中どこまで高く登れたかを競います。トライできるのは1回だけ。「ボルダリング」は安全器具を使用せずに壁を登る競技です。5m以下程度の壁を定められたスタート位置から始めて、ゴールホールドを両手で触り安定した姿勢を取ると「完登」とみなされます。制限時間内であれば何度でもトライできます。基本的には「完登コース数」を競います。「スピード」は高さ10メートルもしくは15メートルの壁で、予めホールドの配置が周知されているコースをどれだけ早く登るかを競う種目。国内には国際規格を満たすスピード競技用の壁がないなど、取り組みが遅れています。東京五輪に向けて課題です。

多久高校にスポーツクライミング施設ができたのが15年前。高さ12m、幅8mで最大6mせり出しています。8年前から社会体育クラブを開催しています。現在、小学1年生から高校3年生まで約20人が週平均3日ほど、ここで練習しています。社会人で通っている方もいらっしやいました。霧本選手と結花選手は同クラブの1期生です。

——競技を始めたいきっかけは？
霧本直生選手(以下「霧本選手」) 父が樋口先生の同僚だった縁で小学3年生のときから始めました。小学2年生までは柔道をしていて、練習の一環でやっていた綱登

りが得意でした。それで向いているんじゃないかと思って。実際にここで体験してみたら面白かった。初日からこの壁の一番上から吊るされたロープを伝って完登しました。ほとんど傾斜のないルートなんですけど、周りの人たちがびっくりしていたのを感じています。

樋口結花選手(以下「結花選手」) 小学2年生のときに、お父さん(樋口先生)と兄がやっていたので、一緒に体験したら面白かったので練習するようになりました。

ルートの発想力重要

——競技に必要な能力は？
樋口先生 競技では出場順の有利不利をなくするため、他の人のトライを見ることはできません。そこで短時間で適切なルートを導き出す能力が重要になります。自分の能力をきちんと理解した上で戦略を立てていくために、場数をこなした経験値と問題を自分で解決する力が大事です。ボルダリングの場合は数課題をこなす必要があるのですが、難しい課題の場合は体力温存のために、あえて「完登」をあきらめることもあります。トータルでポイントと稼ぐ冷静な判断力も必要です。もちろん基本的に腕力と体全体の筋力とバランス感覚が必要です。

それぞれの長所は？

霧本選手 課題を下から見たときに、自分がどのように登るかを考えるのが得意です。ルートだけではなく、あのホールドはどう保持しようか、とか具体的に攻略するビジョンをイメージします。実際にチャレンジしても誤差が少ないですし、想定と違っても修正することもできます。

結花選手 ちっちゃいホールドを持つのが得意です。指の第1関節がかからないようなものでも保持することができます。下から見てルートが分からないときは、登りながら考えたりします。運動は得意な方だと思います。体力テストはAでした。

霧本選手 ホールド間を飛びつくようなダイナミックな動きが苦手です。腕力や脚力、瞬発力が足りないのです。その部分をトレーニングしています。実はあまり運動神経が良くないというか、特に球技は苦手なんです。スポーツクライミングはスキップができないトップ選手がいたり、そのあたりが面白いです。

次の次の五輪を目標に

——課題と今後の目標は？

霧本選手 ホールド間を飛びつくようなダイナミックな動きが苦手です。腕力や脚力、瞬発力が足りないのです。その部分をトレーニングしています。実はあまり運動神経が良くないというか、特に球技は苦手なんです。スポーツクライミングはスキップができないトップ選手がいたり、そのあたりが面白いです。

結花選手 ダイナミックなムーブが苦手です。だって失敗して落ちるの怖くないですか？

——一般人からすると10m以上の壁にロープで吊るされるだけで怖いので、選手はそういう感情はないと思ってました！
結花選手 ボルダリングは怪我をするような高さではないですし、下にマットも敷

樋口結花選手(15)

霧本直生選手(16)

いてあるんですが、落ちるときに壁に当たったり、頭に膝が激突したりしたら、むっちゃ痛いんです。足にいっぱいアザができるし。でも克服するために出来なかったルートの何度でもトライします。足の位置を変えたり、いろいろ工夫しながらやっていると、少しずつ成功するようになりました。「肩系」の動きも苦手だったんですが、できるようになってきました。ただ最近、肩幅が広がったような気がして…。それはちょっと嫌です。

筋トレも必要だとは思いますが、せっかくメニューを作ってもらっても3日坊主になってしまっただけ。すごく飽きっぽいんです。でもスポーツクライミングはいろんなルートをいろんな方法で攻略するので飽きることはありません。だから、いままで続いているんだと思います。

目標はジュニアオリンピックカップ大会です。これまでよりひとつ上のカテゴリーである「ユースA」に初めて出場します。将来は五輪でメダルを獲りたいです。東京のときは18歳なので、その次の五輪を目標に頑張っています。

樋口先生 スポーツクライミングは日本人に合っている競技だと思います。単純に体が大きければ有利というわけではなく、筋力と体重のバランスが重要なので、欧米やアフリカ系に比べて体格面で劣る日本人でも互角に戦うことができます。また器用さとバランス能力も重要なので、それも日本人が得意とする分野だと思います。これからも競技人口を増やしていくことで、優秀な人材を育てていきたいです。

