



写真：森田直樹/アフロスポーツ

カールに勝ち、相手選手と健闘を称え合う渡邊陽紀選手（左から3人目）

「やり切った」 選手団「旗手」の大役も

カーリング競技で団体5位 ハルビン冬季アジア大会 日本代表の渡邊陽紀選手（経済4）

中国・ハルビンで2025年2月に開催された第9回アジア冬季競技大会（ハルビン冬季アジア大会）で、カーリング競技に日本代表として出場した渡邊陽紀選手（はるき経済4＝出場時3年）が男子団体で5位となった。目標だったメダル（表彰台）には届かなかったものの、開会式で務めた選手団の旗手の大役とともに、「やり切った」という思いの残る貴重な財産、経験となった。

優勝候補と対戦し手ごたえ 開会式で旗手「壮大さに圧倒される」

1次リーグ最終戦で、優勝候補に挙がっていた開催国・中国と対戦し、中盤の第6エンドまで5―3とリードした。最後は残念ながら逆転負けを喫したが、渡邊選手は「日本の力を発揮できた良いゲームだった」と、満足そうに手ごたえを語った。

1次リーグ・グループBでは3勝2敗の3位。準決勝進出を懸けたフィリピンとの争いに敗れ、最終結果は5位となった。フィリピン戦について、渡邊選手は「チャンスは多かったが、大事な場面のショットを決めきれなかった。選手同士でもっと声をかけ合い、プレーにもっと慎重さも必要だった」と反省の言葉も口にした。大会はフィリピンが優勝した。

アジア大会で、渡邊選手のポジションは、とくに正確で繊細なショットを求められる「サード」。チームリーダーとして、積極的に選手間のコミュニケーションを図ったほか、大会前には練習試合の手配や、練習場所・宿泊・移動手段の確保などについてチームメイトに役割分担を指示するなどした。

競技に先立つ開会式では、日本選手団の旗手に抜てきされた。国旗を手に選手団の先頭を歩いてスタジアムに入場し、「ペンライトを振る大勢の観客の姿などセレモニーの壮大さに圧倒された。新鮮な経験だった」と、当時の感激を思い返すように話した。

頭と身体を駆使 「唯一無二」のスポーツ

2022年の世界ジュニアB選手権、2023年ワールドユニバーシティゲームズなど国際大会の経験はあるが、「結果を残せなかった」と唇をかむ。その悔しさが今回の冬季アジア大会に挑む原動力となった。渡邊選手は「日本代表として勝たないといけない。自覚と責任を持って挑みました」と振り返り、「チームを作って一年にも満たない中で、やり切ったという感情もわいた」と話している。

「頭と身体の両方を駆使するスポーツで、約2時間半の試合では持久力も求められる。唯一無二の競技かなと思っている」。カーリングの魅力をそう語る。実際、チーム競技であるカーリングは、1人の力だけでは勝てない。「1つのショットには全員が関わっている。全員がそれぞれの役割を満点に近く果たさないと目指すショットにならない」という点が、チーム競技としての難しさであり、面白さでもあるという。

自分自身を「緊張はしないタイプ」とたとえ、いつも平常心でいることを心がける。練習をしっかりと積んでいることが自信や支えとなり、「平常心」の裏付けになっているそうだ。

日本選手権出場、制覇が目標

今後への課題を尋ねると、体重を増やして、より力強いショット、力強いスweep（ストーンが進む先の氷をブラシでこすり進路を調節する動き）を可能にすることと、ス



中国戦での日本チーム（右端が渡邊陽紀選手）

冬季アジア大会の男子団体メンバー

名前	ポジション	所属
青木 亮(21)	スキップ	北海道情報専門学校
渡邊 陽紀(21)	サード	中央大学
邊見 渉(21)	セカンド	東洋大学
宮 桜介(20)	リード	慶應義塾大学
京 藤 凜(22)	リザーブ	札幌国際大学

※カッコ内は年齢。年齢、所属とも大会開催時

ハルビン冬季アジア大会 カーリング男子団体の日本代表

同じ団体競技の野球やサッカー、ラグビーなどの国際大会の日本代表が、国内外の各チームの選手から選抜されるのとは違い、カーリングは国内で勝ち上がった単独チームがそのまま代表となる。とりわけチームワークが重要視される競技であり、戦略や実際のプレーでチームメイト間の意思疎通が大切になる。

アジア大会男子団体の日本代表は、北海道と東京を拠点に活動する学生ら同年代の選手たちで編成された。2024年6月の代表選考会では「チーム関東」の名称で代表の座を勝ち取った。チーム結成は選考会直前の2024年春。当初はメンバー同士で話をしたことがないという間柄の人もいたため、オンラインでコミュニケーションを取り、意思統一を図るなどしたという。

イーブの際のコミュニケーションをより円滑にすることを挙げた。

卒業後は一般企業に入り、アスリートとしても「さらに上」を目指す考えだ。新たにチームを結成し、将来の日本選手権出場、制覇を目標にしている。



写真・森田直樹/アフロスポーツ

開会式では日本選手団の旗手を務めた

◆ Profile

渡邊陽紀選手

わたなべ・はるき。北海道・札幌東高卒、経済学部4年。172センチ、58キロ。アイスシートに初めて立ったカーリング場は、小学3年の冬に父親に連れられて訪れた札幌市の「どうぎんカーリングスタジアム」。「氷上を滑る」「速い強いストーンを投げられるようになる」「スweepがスムーズになる」など、徐々に「できること」が増えていき、夢中になった。ミリ単位のストーンの動きが勝敗を分けるカーリングで、ここぞという場面で求められる繊細なショットが得意だという。

世界的にも一流のカーラー（カーリング選手）として知られる女子のロコ・ソラーレの吉田知那美選手が目標の存在。五輪でメダルの懸かったゲームでも笑顔を絶やさない明るい人柄や、技術面を含めて見習うべき点があると感じている。



ストーンの進む先を真剣な表情で見つめる渡邊陽紀選手

第9回アジア冬季競技大会 (2025年2月7～14日、 中国・ハルビン)

カーリング男子団体・日本成績

(1次リーグ・グループB)

日本	23-0	タイ
日本	12-2	カタール
日本	3-7	ホンコン・チャイナ
日本	9-4	サウジアラビア
日本	5-8	中国

〈予選〉

日本	4-10	フィリピン
----	------	-------

カーリング

水平なアイスシート上にストーン（石）を滑らせ、40メートル以上離れた「ハウス」と呼ばれる円の中心に最も近い場所に置いた側が点数を得るという氷上の競技。リード、セカンド、サード、スキップ（主将）の順に、1人が2投ずつ、相手チームの選手と交互にストーンを投げる。両チームを合わせた計16投が終わると得点をカウントし、この1つの区切りを「エンド」と呼ぶ。選手が専用のカーリングブラシで氷の表面をこする「スweep」は、ストーンの進路方向の氷を溶かし、滑る距離や曲がり具合などを変える効果がある。

巧みな戦略と技術、身体能力が求められる競技で、15世紀に英スコットランドで発祥したと伝わっている。

取材後記

実は同じクラスだった渡邊選手 「取材できて光栄です」

学生記者 合志瑠夏（経済4）

「同じクラスの人ですね」。渡邊陽紀選手は、挨拶した私をひと目見て、最初にそう言ってくれた。経済学部では1、2学年で言語など必修の授業をクラスの皆と受けていたので、実に2年ぶりの“再会”となった。クラスメイト取材することになって驚いたし、同時にとても光栄に思った。2022年度34組の皆さん！読んでくれていますか？！

北海道出身の渡邊選手は、小学3年でカーリングを始め、だんだんできることが増えてきて、喜びや面白さを感じ、どんどん熱中していったという。

胸につけた「日の丸」「五輪マーク」の重さを感じながら、自覚と責任を感じて臨んだ冬季アジア大会。結果に満足できず、落ち込みもしたが、ともに戦ったチームメイトの励ましと、一緒に成長できたこと、やり切ったと思ったことに感謝の気持ちを抱いている。

カーリングのトレーニングや学業と並行して就職活動にも力を入れ、将来はIT業界を目指し、仕事をしながら競技を続ける道を模索しているという。授業への配慮などで「カーリング部」が大学に存在しないことで生じる苦勞もあるが、経済学部ではITに関連する伊藤篤先生のゼミで学んでいるようだ。

渡邊選手が受け持つ「サード」など各エンドの後半にストーンを投げる順番が回ってくるポジションは、プレーの精度が勝負に直結するといっても過言ではない。ゲーム展開やチームの状況に気を配って積極的にコミュニケーションを図り、チームメイトを引っ張ってきた渡邊選手なら、どのような組織でも、組織内外の人を巻き込みながら成長し、大きな成果を上げていけるだろうと感じた。

この記事を読んでいる学生の皆さんは、カーリングを観戦したことがあるだろうか。渡邊選手は、選手たちがどのような作戦を取るかに注目し、考えながら観戦することが多いという。私たちも、選手それぞれの役割を考えながら観戦するのも面白いかもしれない。

相手のストーンを弾き飛ばすような力強いショットが得意な選手、ミリ単位の繊細なショットをきっちりと決められる選手、スキップ（氷上の司令塔、主将）とスウィーパーが生み出す絶妙なショット——。見どころは盛りだくさんだ。ルールや定石を知ってゲームを観戦することで、渡邊選手が真摯に取り組んでいる競技の魅力が、より多くの人に届くことを願っている。

取材後記

カーリングも学修も真摯に打ち込む

学生記者 九十歩胡春（文2）

カーリングに打ち込む渡邊陽紀選手の積極性と常に先を見据えた考え方を知り、深い尊敬を覚えた取材だった。

冬季アジア大会前の練習では、代表選手に対する強化費を月1回の国内合宿費に充てて、練習試合を数多くこなしたという。国内合宿地はカーリング専用リンクのある北海道、長野が中心で、韓国合宿も行ったそうだ。代表選考会を勝ち上がった「チーム関東」は北海道と東京の選手の混成チームのため、オンラインツールでのミーティングで互いのコミュニケーションを図った。渡邊選手は個人でもランニングや、ジムでの体づくりに努めたという。

中央大学に進学した経緯も教えてくれた。中大の入学試験は札幌市でも受験できる。それが“縁”となり、多摩キャンパスでの学生生活が始まったと聞き、とても驚いた。海外のカーリングの大会に出場した際に、通貨の両替などに興味がわき、高校時代から金融に関心があったこともあって経済学部を選んだそうだ。さらに「中大経済学部は2年生からゼミに所属できる」と、具体的な将

来の学修についても、しっかりと見通して志望したことを知り、カーリングだけでなく、何事にも真面目な人柄を感じ取れた。

2026年夏に開催される日本選手権に新たなメンバーで出場することを目標にしているという。卒業後、仕事をしながら競技を続けることは、学生であるとき以上にハードな道だろうと感じたが、長期プランで何事にも積極的に行動していこうとする姿に感心した。

メダル獲得が目標だった冬季アジア大会の5位という結果が悔しく、一時は自分がチームの中でも一番落ち込んでいたと打ち明けた。一方で、カーリングの魅力や戦略、選手のポジションごとの役割などについて熱っぽく語る表情から、チームメイトへの信頼感や「カーリング愛」が伝わってきた。渡邊選手の競技への真摯な姿勢や着実な努力は、さらなる大きな舞台へと確実につながっていくだろう。



旗門を攻め抜く戸谷椋選手(写真提供:「中大スポーツ」新聞部)



右手を突き上げてインカレ優勝を喜ぶ中澤拓哉選手(写真提供:「中大スポーツ新聞部」)

スキー部の男子2選手が インカレ制覇

合言葉は「来季も勝つ」 連覇で有終の美を!

2025年2月の第98回全日本学生スキー選手権大会(インカレ)のアルペン男子1部回転で優勝したスキー部の戸谷椋主将(法4=大会時3年)と、前年に続いて男子1部ノルディック複合を連覇した中澤拓哉選手(経済4=同3年)。来季(2025～26年シーズン)の活躍に向けて夏場のトレーニングに余念がない2人に、インカレの勝因や、今後の目標などを尋ねた。

「納得の滑り」 前2年の悔しさをバネに優勝

アルペン回転・戸谷 主将(法4)



写真提供:「中大スポーツ」新聞部

ワールドカップ経験者や全日本強化指定選手もそろったインカレ・アルペン男子1部回転で勝利した。「力を出し切れれば十分に戦える。納得のいく滑りができて大きな自信になった」と胸を張る。

インカレは各種目10位以内に入賞ポイントが与えられる。中大が男子1部で29年ぶりに総合優勝した2023年は、戸谷選手だけがアルペンチームの中でポイントを獲得できず、総合3位の2024年はアルペンチーム全体でポイントゼロだった。今回も総合3位と頂点にあと一歩だったものの、

大学1、2年時の悔しさをバネに、個人種目での制覇を成し遂げた。

シーズン序盤から徐々に調子を上げ、前哨戦と位置づけた「第40回全日本学生アルペンチャンピオン大会」(2月7日、長野・菅平高原)で2位に食い込み、インカレに向けて弾みをつけた。

インカレ当日は降雪量が多く、雪質がソフトだった。霧も発生し、目視でコンディションを確かめづらい状況だったが、「行くしかない」と旗門を攻め抜いた。今後は、より



写真提供:「中大スポーツ」新聞部



戸谷稜主将(中央)を中心に、優勝を喜ぶスキー部員ら(同部提供)

◆ Profile

戸谷 椋選手

とや・りょう。長野県出身。北海道・小樽双葉高卒、法学部4年。181センチ、76キロ。両親の影響で幼少期にスキーを始め、高校は北海道のスキーの強豪校に進んだ。中大には文武両道の環境にひかれて進学。スキー部では主将を務め、「オン、オフがしっかりしていて、雰囲気の良いチームの魅力です」と語る。競技以外にもアウトドア派で、釣りやキャンプなどで気分転換を図る。

技術的に難しくなり、繊細なスキーのコントロールを要求される、固い雪質コンディションで戦う力をつけていくことを課題に挙げている。

「ターンを短く早く終わらせる」

回転は、ほかのアルペン種目に比べ、旗門を通過する際のターンの技量を強く求められる技術系の種目だ。戸谷選手はレース中、「ターンを早く終わらせる」ことを一番に意識している。以前は「ターンで加速しよう」と考えていたが、「ターンはプレーキング動作であり、できり限り短く、早く終わらせた方がタイムは縮まる」と、ターンへの向き合い方が180度変わった。

中大1年の頃から、冬季五輪アルペンスキー3大会出場の湯浅直樹氏の指導を受けて、この意識の変化がもたらされた。戸谷選手も「指導されてきたことがようやく技術として形になってきた」とうなずく。今では、ターンの早さが調子の善しあしを図るバロメーターになっている。

「ターンを短く、早くする」ためにも、夏場のオフシーズンの練習への取り組みが大事だ。身体の瞬発力を高めるため、股関節の可動域を意識しながらウエートトレーニングをして筋力を鍛えたり、走力アップに取り組んだりする。「冬(試合)に必要な技術」を意識しながら、夏から冬につながるトレーニングを実践している。

「夏の取り組みが冬に表れる」

オフシーズンの練習への取り組みで、冬季競技の選手の試合での姿は変わるという。「夏の努力がすべて報われるわけではないけれど、冬に向けて練習に励んだ選手の個性が競技に挑む姿に表れる」と、戸谷選手は説明する。自身の滑りは「落ち着いていて滑らかなスキー」と評価されることが多いそうだ。

アルペンの魅力は「100分の1秒を競う世界。そのスピード感」と即座に答えた。ターンの回数が多い回転は特に、ひとつのミスがフィニッシュでは大差に結び付く可能性がある繊細な種目でもある。

来季(2025～26年シーズン)は、「スキー部としてインカレの総合優勝を目指したい。個人としても、回転、大回転、スーパー大回転に出場して勝ちたい」と力強く話している。



表彰式での戸谷椋選手(UNIVAS提供)

第98回全日本学生スキー選手権大会 アルペン男子1部回転

(2025年2月21日、青森県大鰐町・大鰐温泉スキー場)

合計タイム(1本目、2本目)	
① 戸谷椋(中央大)	1分43秒68(52秒34、51秒34)
② 大橋陵人(日本大)	1分43秒96(52秒75、51秒21)
③ 鎌田宇朗(早稲田大)	1分44秒15(51秒79、52秒36)

※上位3人

アルペンスキー

回転(スラローム、SL)は大回転(ジャイアントスラローム、GS)とともに技術系のアルペン種目。高速系はスーパー大回転(スーパーG)と滑降(ダウンヒル)がある。大回転やスーパーGと比べ、回転はスタートとフィニッシュ地点の標高差が小さく、距離が短い。それとともにコース上の旗門数が多いため、細かなターンを連続して行う技術力が求められる。

全日本初優勝、 インカレ2連覇…圧巻の昨季

ノルディック複合・中澤拓哉 選手（経済4）



中澤拓哉選手のインカレ前半ジャンプ(写真提供:「中大スポーツ新聞部」)

インカレでは前年王者としてのプレッシャーがあった。「失敗はできない」と挑んだ前半のジャンプ（ノーマルヒル）は79.5メートルを飛躍。スキー部の後輩で、ジャンプが得意な山崎叶太郎選手（経済3＝当時2年）の82メートルに次ぐ2位につけた。

後半のクロスカントリー（距離、10キロフリー）は26秒差で山崎選手を追いかける展開。もともと走力に自信があり、

クロスカントリーは得意だ。「（後半スタートで）45秒差以内なら逆転できる」と力強く走りだした。

言葉どおりに追いついた後は、2人で競り合いながら後続を引き離す作戦を考えていたが、徐々に独走態勢となり、2位の山崎選手に44秒3の差をつけてフィニッシュ。アップダウンが多く、「集団で走ったほうがペースは上がる」というコースを最後は“一人旅”で攻め切った。



全日本選手権の後半クロスカントリーは、降りしきる雪の中を力走した(中澤選手提供)

ジャンプを飛ぶ前は「バクバクと心臓の音が聞こえそうなほど緊張した」と振り返ったが、高校生の頃から緊張した方が気合が入り、力を発揮できるタイプだと自己分析している。

「母指球」に重心、ジャンプの助走姿勢が安定 走力に自信、クロスカントリーで引き離す

勝因を尋ねると、ジャンプの強化を挙げた。ジャンプ台のアプローチを滑り降り、カンテ(踏み切り台)を飛びだす速度は80キロを優に超える。足の親指の付け根の膨らみ「母指球」に重心をかけて踏み出すことを徹底し、助走姿勢が安定するようになったという。

クロスカントリーの課題としては、疲労から後半にフォームが崩れがちになることを挙げる。最後まで走力を保つ持久力を今以上につけるため、体幹トレーニングで、腹横筋、腹直筋、腸腰筋といった体の深層部(インナー)にある筋肉を鍛えている。

体力を温存しながら最後まで走り切ることが大事で、ワールドカップ(W杯)ノルディック複合で最多の76勝を挙げたヤールマグヌス・リーベル元選手(ノルウェー)の姿勢を理想に挙げ、「走るフォームが美しい」とたとえている。

努力の継続が運を呼び込む

インカレの前月(1月)に制した第103回全日本スキー選

手権の後半クロスカントリーは、「競技人生で初めて」というトップスタートだった。力強い走りで後続を突き放し、「追われる緊張感というのも新鮮な経験だった」と語り、1分以上の大差で逃げ切った走りに満足そうな表情も浮かべた。

昔から、ジャンプで自分の飛行順になると良い風が吹いたり、クロスカントリーで知らず知らずのうち集団の中で良い位置を占めていたり、不思議な運に恵まれているという。しかしその理由は、決して運やツキではなく、自身の強みに挙げる「継続する力」にある。

「僕はスキーのセンスがなくて、ジャンプの形もきれいではない。努力しないとすぐ下手になる」と謙遜^{けんそん}気味に打ち明けるが、それが慢心せずに努力を続ける姿勢に結び付いているのだ。

起伏ある多摩キャンパスでローラースキー

2024年のインカレでは、中大の2学年先輩である木村幸大選手（現岐阜日野自動車）と畔上祥吾選手（同）、山本侑弥選手（SWCC、当時早大4年）らW杯の転戦経験がある強敵を退けて優勝した。2025年も「（山崎選手ら）レベルの高い相手に勝てたのは自信になった」と笑顔を見せた。

来季（2025～26年シーズン）の目標を聞くと、インカレの個人3連覇とインカレ総合優勝、全日本2連覇を挙げた。W杯に次ぐレベルのコンチネンタルカップでポイントを重ね、W杯に出場してポイントを挙げることも目指す。

夏場はローラースキーを履き、人けの全くない早朝に起伏のある多摩キャンパスを走ることもある。頭が下がると尻が下がり、姿勢が「く」の字になる。あごを引き、視線をしっかり前に向けることを意識しているという。

ノルディック複合

前半種目のジャンプのポイント、後半のクロスカントリーのタイムに換算して争う。クロスカントリーは筋力や持久力、ジャンプは瞬発力などを求められ、総合的な運動能力が試される。複合王者は欧州で「キング・オブ・スキー」と称される。

中央大学学友会体育連盟スキー部

1947（昭和22）年創部。布目靖則部会長。今井博幸監督。戸谷棕主将。部員数は25人（男子22人、女子3人）。内訳はアルペンスキー13人、クロスカントリー7人、ノルディック複合5人。



インカレの表彰式で。中央が中澤選手、左は中大後輩の山崎叶太郎選手（中澤選手提供）

◆ Profile

中澤拓哉選手

なかざわ・たくや。群馬県出身。長野・飯山高卒、経済学部4年。172センチ、60キロ。ノルディック複合では高校3年でインターハイ優勝、中大1年時にユニバーシティゲームズ男子団体銀メダル。ジャンプや複合を始めたのは中学入学後で、小学校ではサッカー部に所属していた。趣味はロードバイク（自転車）。最初はスキーのトレーニングの一環だったが、大学2年の頃から本格的に取り組むようになったという。中大で寮が同部屋だった2学年上の木村幸大選手を尊敬している。

第103回全日本スキー選手権大会 ノルディック複合

（2025年1月28～29日、長野県白馬村・白馬ジャンプ競技場ほか）

	総合タイム	ジャンプ （ノーマルヒル）	クロスカントリー （10キロフリー）
① 中澤拓哉（中央大）	28分59秒1	106.2p	28分59秒1
② 小山祐（岐阜日野自動車）	30分09秒5	100.2p（+24秒）	29分45秒5
③ 清水亜久里（日本ビール）	30分48秒3	96.8p（+38秒）	30分10秒3

第98回全日本学生スキー選手権大会 ノルディック複合

（2025年2月21日、岩手県八幡平市・田山コンバインドクロスカントリーコースほか）

	総合タイム	ジャンプ （ノーマルヒル）	クロスカントリー （10キロフリー）
① 中澤拓哉（中央大）	28分16秒3	109.5p（+26秒）	28分16秒3
② 山崎叶太郎（中央大）	29分00秒6	116.0p	29分26秒6
③ 千葉大輝（日本大）	29分04秒4	107.0p（+36秒）	28分54秒4

※いずれも上位3人。ジャンプのpはポイント。カッコ内は後半クロスカントリーのスタート時の1位とのタイム差。記録は全日本スキー連盟のホームページより抜粋



全日本体重別選手権大会を制した拳法部主将の竹原照真選手(前列中央)

無心で挑み、つかんだ 「勝利」と「信頼」

**日本拳法・全日本体重別選手権
66キロ未満の部で優勝**

拳法部・竹原照真主将(経済4=大会時3年)



竹原照真選手(右)

拳法部主将の竹原照真選手（経済4＝大会時3年）が2025年2月の日本拳法・全日本体重別選手権大会 66 キロ未満の部で優勝した。「良い成績を残せば、主将の自分に対するチームメイトからの信頼は一層高まる。優勝できてほっとしています」と笑顔で振り返る。大会の2カ月前に新チームの主将となって迎えた初の公式戦で、重圧をはね返し、堂々の成績を収めた。（記事中の写真は全て拳法部提供）

チームを引っ張る主将の重責 「意識が変わった」

竹原選手は、主将としてチームを引っ張る立場となり、競技やチームメイトと向き合う意識が変わったという。「以前は自分の活躍ばかりを考えてきたが、仲間を勝利に導けるようなアドバイスや声かけを積極的に行うなど視野が広がった」と話す。リーダーの役割を胸にしっかりと留めているようだ。

今回の体重別選手権でも「目標はもちろん優勝。主将の自分が勝つことが、部員のモチベーションを上げる一つのきっかけになればと思っていた」と頼もしい言葉を口にし、「優勝という経験で吸収できたことをチームに還元したい」と続けた。

今回、印象に残った試合に、平原一馬選手（陸上自衛隊）との決勝戦を挙げた。カウンターの打撃技が得意な自身の強

みが顕著に出た一戦だった。試合開始から約1分の間に、カウンターの面横打ち（左フック）2本を決め、電光石火の早わざで決着をつけた。決勝までの4試合では、相手に1つも一本を取らせない完全勝利を飾った。

戦える楽しさ、リラックスして挑む

実は体重別選手権で、「調子はあまり良くない」と感じていた。しかし、だからこそ「集中できた」と胸を張る。優勝した瞬間の気持ちを尋ねると、「無心で挑んでいたの、よく覚えていないんです」と意外な言葉が返ってきた。それには訳がある。

高校3年のとき、練習でひざを負傷して1年間、拳法に本格的に取り組めない時期を過ごし、復帰できたのは中大入学直後の1年生の5月。いきなり東日本大学リーグ戦に出場して

活躍し、中大の優勝に貢献した。

高校時代は、試合になるといつも緊張して無心で戦えない自分がいた。けがから復帰後は「戦える楽しさを感じて、リラックスして試合に出られるようになった」と打ち明ける。これぞまさに、「けがの功名」といってよいだろうか。不安を振り払い「無心」の状態ですべてに挑めるようになったのだという。

「府立」制覇ヘチーム一丸

拳法部が一番の目標に掲げているのが「府立」制覇だ。試合会場のエディオンアリーナ大阪（大阪府立体育会館）の名称から「府立」と呼ばれ、毎年12月に開かれる「全日本学生拳法選手権大会」のことだ。

竹原選手は中学1年のとき、大会審判をしていた父親に連れられ、初めて観戦した。「最高峰の学生の大会はレベルが高く、見ているだけで競技の面白さが伝わった」と胸が高鳴った。以来、「府立」をあこがれの舞台として、本気で拳法に向き合うようになった。

中大は「府立」（男子団体）で、竹原選手が1年生だった2022年に12年ぶり3度目の優勝を果たした。2023年は3位、2024年はベスト8だった。3年ぶりの王座奪還に向けて、竹原選手は「キャプテンになってからは、どれだけ練習してもこれで本当に大丈夫だろうかと不安になる」と話しながらも、「優勝して後輩たちに府立制覇という僕が見たのと同じ景色を見せたい」と言葉に力を込めた。



◆ Profile

竹原照真選手

たけはら・しょうま。愛知・桜丘高校卒、経済学部4年。169センチ、68キロ。拳法歴18年。日本拳法経験者の父親の影響で競技を始めた。カウンターの胴突きや面横打ち（フック）など打撃技が得意。駆け引きから相手の動きを見抜いたり、ちょっとしたくせに気付いたりするのも特長だ。

練習は週6日、多摩キャンパス第一体育館拳法道場で行う。日本拳法は本来、体重別の階級はなく、竹原選手は今回初めて約1カ月で5キロという減量を体験した。カロリーの摂取制限、消費促進を繰り返し、「着実に減量が進む過程を楽しめた」というから驚く。

日本拳法（拳法）

面と胴、グローブ、股当てなどの防具を装着し、こぶしと蹴りの打撃技と、投げ技、寝技で戦う武道。逮捕術のベースにもなっている。竹原選手は「防具により外傷は圧倒的に抑えられる。実戦的で安全な総合格闘技」とたとえている。ボクシング、キックボクシングなどにも選手を輩出している。

中央大学拳法部はマネージャーを含む男女37人が在籍。大学から始める部員は空手や柔道の経験者が多いという。

日本拳法・全日本体重別選手権大会男子66キロ未満の部 (2025年2月15日、ひがしんアリーナ＝東京都墨田区)

竹原照真選手優勝までの道のり

- 〈1回戦〉 不戦勝
- 〈2回戦〉 ○竹原照真 2-0 利根川悠太（静岡大）
- 〈準々決勝〉 ○竹原照真 1-0 長倉直弥（明治大）
(延長)
- 〈準決勝〉 ○竹原照真 2-0 山本和希（陸上自衛隊）
- 〈決勝〉 ○竹原照真 2-0 平原一馬（陸上自衛隊）
- (注) 試合時間3分間の3本勝負。2本先取で勝利となる

