



## 自分より大きい相手を 倒せたときが快感

なかにま ふみやす  
**中嶋 史康** さん  
京都府立海洋高校2年 レスリング部  
インターハイ出場選手

8月2日～5日に、舞鶴市で開催される全国高校総体(インターハイ)レスリング競技大会。4日に行われる個人戦96㎏級に、本市(城北中)出身の中嶋史康選手が「出場します。過去には、全国中学生レスリング選手権大会で優勝、近畿大会では2度の優勝を飾るなど、数々の大会で輝かしい成績を収め、今大会では開会式の選手宣誓も務める注目の選手の1人です。中嶋選手に、レスリングに対する熱い思いや今大会への意気込みを聞きました。

### 興味本位で始めたレスリング

レスリングを始めたのは小学3年生のとき。現在通っている海洋高校の「ちびっ子レスリング教室」への参加を父に勧められたことがきっかけだった。幼少のころから恵まれた体格で、同年代で組み合える相手がおらず、この頃から練習相手は高校生。「自分より強くて大きい相手を倒せたときの嬉しさと快感に魅了されました」。興味本位で始め、最初は他の習い事と両立していたが、のちにレスリングに1本化することになった理由はここにあった。

### 素顔は「普通の高校生」

中学入学後は柔道部に所属。平日は柔道、週末はレスリングという生活が続け、高校に入学してからはレスリング漬けの日々を送っている。現在、毎日の練習時間は約2時間半。マット運動や技の研究、ドリル(一定の体勢からのスパリーング)、スパリーング、ウエイトトレーニングなどの厳しいメニューをこなす。

そんな彼の息抜きの時間は「釣り」だ。たまの休日には釣りに出かけ、釣りができない時期には、図鑑を見て魚の研究をするほどの釣り好き。「レスリングでも、試合前に対戦相手の出場した試合の動画を見て動きを研究します。釣りと通ずるところがあるかもしれません」と語る笑顔からは高校生らしい一面が見られた。

### インターハイを目前に控えて

出場階級の96㎏級に対し、体重は85㎏。自分よりも大柄で力の強い相手と対戦することがほとんどだ。「レスリングの魅力は？」と訪ねると「自分より大きい相手を倒せたときの快感」と即答。これはレスリングを始めた当初と変わらぬ。

インターハイを目前に控え、練習も最終調整に入っている。中嶋選手の出場する96㎏級は、組み手からの投げ技が多い階級。そんな中でも「カウンター狙いではなく、タックルで勝つ」というレスリングスタイルは崩さない。練習では、相手の有利な体勢にならないように意識して組み手に取り組んでいる。さらに、食事の管理や対戦相手の動きの研究など、練習以外の面でも努力を怠らない。

注目されていることに対しては「プレッシャーも多少は感じますが、それよりも『絶対に負けたくない』という気持ちの方が強いです。注目されている以上は、それなりのことをして結果を出さないといけないと思う」と頼もしい言葉が返ってきた。「狙うは表彰台。できればそのつべんに立ちたいです」。

### 平成 27 年度全国高校総体 レスリング競技大会 in 舞鶴

**【日時】** 8月2日～5日  
全日9時から  
**【場所】** 文化公園体育館  
高校レスリングの最高峰に位置づけられる大会。中嶋選手は4日の13時以降、個人戦96㎏級に出場します。皆さん応援よろしくお願ひします！(2～3ページに関連記事)



ハグロソウ (キツネノマゴ科)

見ごろ 7～9月頃

関東以西の山地の道ばたなどに生える多年草。茎は高さ20～50㎝位までまばらに枝分かれする。葉は対生し、狭卵形～披針形で暗緑色を帯びる。

夏～秋にかけ、枝の先に数個の花をつける。花は紅紫色で2～3枚の苞(ほう)に包まれた長い筒状で、先が2枚に分かれ唇状になる。果実は細長く、熟すと裂けて種をはじき出す。

名前の由来は葉が黒ずんだ緑色をしていることから「葉黒草」と思われる。

【協力】 瓜生勝朗 市文化財保護委員 (植物分野)

