

手書きのゼッケン

【プロローグ】

2007年9月30日(日曜)第7回極真風林火山カップ 全山梨空手道選手権大会

東京都練馬から、1人の王者が誕生した。

杉山 徳(すぎやま あつし)

24歳 72kg 極真空手初段

普段、多弁な青年が言葉少なに言う。

「押忍、優勝しました。」

と。

その瞳には、大仕事を終えた安堵はすでになく、

更なる戦いのステージが見据えられている。

この先彼は、どこまで登り詰めるのか、

その背中に大きな可能性を感じずにはいられない....。



【助走】

杉山選手が私の元に訪れたのが、6月に大阪で開催されたウエイト制大会の直前でした。

同大会ではベスト 16 に進出し、以来、週に3日は当院で身体のケアと競技力向上のため

コーディネーショントレーニングを積んでまいりました。

詳細な内容は伏せますが、

大きく滑らかな股関節の動きと、打撃を受けた際のバランスが崩れないようにする準備として、

その1、股関節の可動域の拡大

その2、上半身と下半身を繋ぐ体幹の筋群の連動性、及び安定性の強化

その3、体幹を安定させつつ、対角の上肢 - 下肢の運動に自由度をもたせる

に的をしぼって訓練してゆきました。



まずは障害部位の治療から。
試合直前に「突き指」して
拳を握れなくなった杉山選手



正しいバランス作りの近道は、
整ったカラダ造りから!



ストレッチボールで「インナーユニット」
の活性化を促し脊柱と骨盤の安定性を作り出す。



セルフストレッチ練習中



バランストレーニング風景



構えの安定性を高めるための「リズムクスタビライゼーション」

などなど...

他にもジャッキー・チェンも真っ青な特訓の数々をこなす杉山選手。

それらのメニューを3ヶ月間実施しました。

杉山選手自身は3ヶ月経つまでもなく、動きの変化に気付いたと言います。

以下、本人談

「膝の上がりがスムーズになりましたね。

膝蹴りと上段が蹴りやすくなりました。

ステップも早く、移動と攻撃への切り替えも良くなりました。」



こういった感想を聞かれた頃には、バランストレーニングも初めの頃とは

別人のようにこなすようになっていました。

さすがは強化選手！

適応が早いですね。

大会の3日前には全身の筋骨格系のチェックと修正をし、

関節の可動域を広げ、四肢 - 体幹の筋群の協調性を整える処置をし、

そしていよいよ 9/29 (土) の大会前夜。

「優勝あるのみ」

との覚悟から、大会前日の甲府入りとなりました。

【大会前夜】

20:15分-甲府到着-

20:30-夕食-



明日の試合は体重「無差別」、

つまり重量級の選手も軽量級の選手も一緒に戦う事になりますので、

特に食事の制限はありません。

しかし、やはり大事な試合の前なので「消化吸収の良いものを」と考え

私・杉「甲府って言えば、やっぱり『ほうとう』でしょ！！」

私「はい、決まり！」

杉「押お～忍！」

ってことで、甲府駅前のほうとう屋さんで夕食を取るようになりました。
賑やかな店内でメニューを見ていると、不意に「爆弾」の文字に眼がとまる。

杉「これ何ですかね！？」

私「さぁ...、なんでしょう！？」

興味津々な杉山選手。

店員さん曰く、「にんにくの丸上げです～」

更に興味津々な杉山選手。

杉「これ行っちゃっていいですかね！？」

私「にんにく丸ごとは、ちょっときつすぎませんか!?!」

杉「自分、にんにくは食べつけてますんで。

いつもバンバン食べてますから!!」

さて、どうしたものか...

試合前の心理的ストレスの緩和のために、好きなものを食べさせるのも一つですが、

あまり刺激の強いものを食べて腹でも壊したら今までの苦勞が...

ま、にんにくも十分に加熱するとお腹こわさないって言うし...

私「食べつけてるんですよ!?」

杉「押忍!」

私「バンバン!?!」

杉「バンッバンッ! 押お~忍!」

私「じゃ....、行きます...か!?!」

杉「行っちゃいましょう!!」

で、これ()が話題の「爆弾」

花火付いてるし...

なるほど...

爆弾ね。



もう一粒たりとも残すまいと言った感じで、にんにくの房をほじくり出す杉山選手。

楽しそう...

杉「おお～い、どんだけ隠れてんだ、お前たち!!」

にんにくと会話してるし...

杉山選手、ほぼ一人で「爆弾」処理完了。

杉「明日は吐息も武器ですよ！うふふ。」

私「...。」

食事を終え宿舎に入り、もう一度「痛む箇所はないか、動きの悪い箇所は無いか、

呼吸のリズムはどうか、バランスはどうか」など入念に身体をチェックし就寝。

試合の前に痛めた指も完治し、全く問題の無い状態で前日を迎える事ができていました。

私としても一先ずホッと一息。

ですが、まさか試合直前になってとんでもない事件が待ち受けようとは、

この時点では、予想だにしていませんでした...

【手書きのゼッケン】

明けて試合当日、全く問題なく朝食を済ませて会場入り。

受付を済ませ、皆さん受け取ったゼッケンを背中に張っていらっしゃる。

不意に杉山選手が、

杉「ゼッケン張っていただけますか？」

ゼッケンを見てみると、何やら布地の上に背番号の書いた紙が張り付いている。

布地の両面に紙がついているのを見ると、どうやらシール状になっている様子。

隣の選手を見ると布地に背番号の印字。

ってことは、この背番号の書いてある表紙は剥がすのだろうか!?

私「これ、剥がして貼るんですか!？」

杉「たぶん…」

剥がしてみる。

上手くはがれず、ボロボロとちぎりながら表紙を剥がしていくと、

文字が印刷されているであろう部分に達しても、なぜか印刷された文字が見えてこない

私「!？」

気がつけば、剥がしきったゼッケンはただの「白い布」になっている…

一同慌てて本部席へ。

本部席「ちょっと待ってて下さい」

本部席にいた女性が、マジックを取り出し何やら書き込んでいる。

そして出てきたのがこれ



可愛い感じの「背番号12番」...

見えない背中をチラ見しながら

杉「んー...。

まあ...。

おす...。」

思いもかけない状況を、何とか納得しようとする杉山選手。

ごめんね...。

【ウォームアップ】

サクッと気を取り直して、開会式前に再度調整を開始！

まず手始めに、ストレッチボールやソフトジムボールを使ったバランス訓練や

手技を織り交ぜながら「柔軟性」と、運動神経と筋肉の「反応性」を高めます。

「うごく」ためのベースが整ったところで、あとは競技動作の中での微調整に移ります。

蹴り技や突き技、各技の連携に滞りはないか一つ一つ「チェック 修正」を繰り返します。

私『完璧』

と、気を緩めた刹那

不意に

杉「すみません。ちょっと…」

と駆け出す杉山選手。

数分後、さっきとは打って変わった顔色で帰ってきた彼に

私「どうしました!？」

杉「何でも無いです。」

まさか…

私「もしかして、下ってますか!？」

杉「…。」

とっさに、昨日の「爆弾」が脳裏をよぎる。

試合まであと2時間。

「にんにく」が原因であれば、事態は最悪。

腸管の炎症があと2時間で引くとは思えない...

しかし、心因的なストレスから来るものであれば或いは...

それに、にんにくが原因であれば今朝から異変に気付きそうなものだし...

などと頭の中をめぐりしく自問自答がこだまする。

ふと杉山選手の眼を見ると、

そこには「あきらめ」は微塵も無い。

私『ぼくがこんな事ではいけない』

すぐさま全神経を今できる最高の仕事をする事に切り替えました。

『絶対に止める』(下痢を)と心に誓い、まずは状況の把握から。

私「まだお腹、痛みますか!？」

杉「...。」

本人が語らないのなら「カラダ」に聞くまでです。

持てる知識と技術を総動員して下痢治療開始。

およそ30分の治療の後、

杉「落ち着いてきたんで、ちょっと横になります。」

私「そうですね。」

4～50分の休憩の後、やおら「むくり」と起きだす杉山選手。

いくぶん顔色はいい様子。

私「お腹の具合は!？」

眠い眼のまま、ニンマリと笑う杉山選手。

よし!

何とか間に合いそうだ。

と、私もニンマリ。

再度調整し直してから、シャドウ - ミットで仕上げると

すぐに第一試合でした。



【第1試合 福島良太 戦】

杉山選手はシードでしたので正確には

第2試合からの参戦になります。

杉山選手が寝ている間に対戦相手を偵察したところ、

体重はさして変わらない様に見えましたが、荒々しい攻めが印象的なこの選手。

右肩口かボディを突いてから左の鎖骨辺りを打ち下ろすように突き、開いたボディに

左膝蹴りといったコンビネーションからラッシュに移行する攻撃パターンが印象的でした。

しかし、初戦では鎖骨への突きで相手の顔面を殴打してしまう暴れぶり...

、試合の様子はラッシュをかける際の癖を含めてしっかりとビデオに収めました。

私「対戦相手、ビデオにとりましたよ！

見ますか!？」

杉「古川さんから見て、何か特徴は!？」

私「え!？」

ちょっと予想外なりアクションに戸惑いましたが、相手選手の「ラッシュをかける際の癖」

や、「負傷していると思われる箇所」を説明しました。

結局、杉山選手自身はビデオを一切見ず、相手の選手の「動きの特徴」を口頭で確認

しただけで終わりました。

以前、杉山選手の今までの試合の映像を資料としていただいております、

ビデオを見た限りでは、胸への突きを得意とする選手とは「相性」が悪い。

さて、この3ヶ月でどう変わっただろうか？

今後を占うにも非常によい対戦相手ともいえます。

試合直前、胸への打撃でカラダを起されないように腹部の筋群を十分に活性化させて、

いざ、出陣！！

途中、顔面に左の突きを貰ったものの難なく撃破！

控えに戻るとすぐさまクールダウンを開始し、次の試合に備えます。

私「お腹の具合はどうですか？」

杉「あ、もう大丈夫です！おお～す

自分よくあるんですよ（笑）

前は何でか判んないんすけど、試合前に顔がパンパンに腫れちゃって…」

何はともあれ、一山越えた様子にホッと肩をなで下ろしました。

【第2試合 北原勝幸 戦】

この試合は「横綱相撲」でした。

杉山選手、いつもの小刻みなステップは踏まずに静かな構えから

切れのある右下段・中段蹴りを繰り返します。

十分に相手の意識を下へ集めたところに、狙い済ました右上段蹴り一閃。

クリーンヒットに後退する北原選手に、ワン・ツー・右ハイで追撃。

ガクリと膝を着く北原選手。

が、すぐに立ち判定は「技あり」

審判の合図に弾かれるように、怒涛のラッシュ。

あわせ技1本！

貫禄の1本勝ちでした。

【準決勝 今村剛 戦】

今村 剛 (3 3 歳) / 体重 9 5 Kg / 身長 1 8 0 c m / 初段

体重の乗った重い胸への突きが印象的な今村選手。

体重差、 2 3 Kg。

身長差、 8 c m。

なんじゃそりゃ...

凄いものですね、極真空手。

こんなに体格差があっても試合を組むんですね。

ちょっと驚きです。

さて、今村選手戦。

今村選手は一つ前の柏原 宝選手との試合で、再々延長まで戦っての勝利から

上がってきています。

偵察では、どうやら先の柏原戦で左脚に故障を負っている様子でした。

杉「情報を下さい。」

私「エ!? 僕の見ただ印象でいいんですか!?!」

杉「はい。」

またもや相手の試合を見ようとしない杉山選手。

私「左脚を負傷した模様です。」

の一言に、

杉「それはどうかなあ（笑）」

今日の杉山選手は右の蹴りの切れがバツグンですから、とってもいい情報だと

思ったのですが、信じてはもらえず…

この試合では、右の蹴りが更に走るように右の股関節の調整と、

胸への突きで体を起こされないように、腰の粘りが効くように足底から体幹部の繋がりを

強める調整をしました。

序盤から軽快なステップから左ローやミドルを決めていく姿に

私『やっぱ、信用してもらえなかったか』

と苦笑い。

しかし、試合後半攻撃が相手の左脚へ絞られてゆきます。

右ローに手ごたえを感じた様子です。

今村選手もよく耐えていましたが、最後は立っているのもやっとの状態。

2 3 Kg の体重差を全く感じさせず、攻め込まれて下がっているのは今村選手の方でした。

試合はもちろん快勝！

試合後

杉「左脚、ホントにいったみたいですね…」

少し鼻高々な私でした。

【決勝 佐野忠輝 戦】

佐野 忠輝 (3 6 歳) / 体重 1 0 7 Kg / 身長 1 6 8 c m / 参段

ガンガンプレッシャーをかけながら、ショウートレンジでの細かな突きと打ち下ろすような左右の下段が印象的な佐野選手。

体重差、3 5 Kg

佐野選手は世界戦のキャリアもあるとか...

さて、佐野選手のコンディションはどうなのか、チラリと目を向けてみる。

どうやら左膝に故障がありそうです。

左の手首も少し傷めているのでしょうか!?

杉山選手、右の蹴りが走ってるからこれは朗報...

かと思いきや、

杉「古川さ～ん、右のスネが逝っちゃいました(涙)」

私「...。」

気を取り直して、さっそく治療開始。

要は打撲傷ですから、「治す」というよりは「痛みを散らす」といったニュアンスの治療になりました。

鍼での治療を選択したのですが、ここで一つ問題がありました。

痛みを黙らせるには、鍼に低周波治療器で高頻度の電気刺激 (1 0 0 H z 以上) を流す

「鍼鎮痛」なんて方法もあるのですが、困った事にこの治療法は痛みと一緒に

力も抜けてしまいがち。

決勝の相手のもつプレッシャーを考えると、「脚のふんばりが利かない」

なんて事態は避けなければいけません。

素早いフットワークは何としても堅持したい。

以上の理由から低周波治療器は使わずに、通常の針治療を選択しました。

治療後、

私「痛みは何割ほど残りますか？」

杉「お、3割ぐらいです！」

完璧とはいかないまでも、現時点でのベストにもっていったと思います。

【決戦】

じつはこの日、チームSUGIYAMA（勝手に命名）には心強いブレインが多数ついておりました。

名前は伏せますが、中には世界戦出場を控えている選手もいらっしゃいました。

みなさん指示が適切です。

おかげ様で試合中の指示を横で聞きながら、非常によい勉強をさせて頂きました。

中でも、Y先生の指示は意外性もあり、非常に興味深いものでした。

先の今村戦でも、セコンドに着いた先生方が

「距離をとれ」

との指示を出す中、ただ一人「アツシ、半歩前だ!!」

と、真逆の指示を飛ばしていました。

確かに、覆いかぶさるように胸をついてくる自分より大きな相手に、

下がるより半歩前に出てパンチの距離を潰し、かつ傷めているであろう左脚を攻めるにも

効率のよい戦法に思えます。

しかし、この戦法、自分より大きな相手の繰り出す嵐のような猛攻に入り込むのですから、

非常に勇気が必要ですね。

そう言えば、同じことをK-1の魔裟斗選手を苦しめた村濱選手も言っていました。

村「おっきな奴には懐に入ったほうが楽。

（相手の）リーチがジャマして（パンチやキックに）力乗らん。

相手の攻撃より早くこっちの攻撃が当たるしな(笑)」

と。

さて、この試合。

- ・ 佐野選手はおそらく左膝を故障している

といった仮設をもとに考えると、「右ロー」を多用したいところです。

が、杉山選手の右スネは本人曰く「逝っている」

どうしたものか...

世界戦前のY先生に

私「先生、佐野選手の左膝が悪そうなのですが、杉山選手は右のスネが『逝っている』

そうです。何かよい戦略はありませんか!?!」

Y先生「アツシ、蹴れないのか!?!」

杉「蹴ります!!」

Y・私「...。」

Y先生「まあ、彼はいろんな引出しがありますから(汗)

何とかするでしょう!」

さすがの策士も万策尽きた!?

ここまできたら戦略ではなく、真っ向勝負!?

大きな不安要素を抱えながら、決戦の火蓋は切って落とされました。

序盤、佐野選手のパンチの連打を捌きながら左右へ回り込みながら右の膝蹴りを

決めてつつ、時折、上段への膝を飛ばす杉山選手。

小気味のよい攻めが決まってゆきます。

時折上段の膝蹴りが佐野選手の顔をかすめるシーンもあり快調な滑りだし。

試合の流れを変えるためなのか、途中、佐野選手の反則（突き押し・掴んでの攻撃）

が続きます。

私、知らなかったんですが、袖を掴んだり拳で相手を押し込むのは反則なんですね。

10 数年前に TV で見た世界大会の試合ではけっこうどの選手もやっていたように

記憶していますが...

序盤、いくぶん杉山選手が優位に立った状況が続く中、

徐々に佐野選手の回転が上がってきます。

呼応するように突きを繰り出そうとする杉山選手に、

Y「アツシ、強い突きだ!!!」

なるほど、突きの回転では佐野選手が上手。

しっかり突けば相手の回転も一瞬止まる。

試合の流れを相手に渡さないためなのでしょうか!?

個人的に Y 先生に空手の戦略について、いろいろ伺いたいところです。

すごいな Y 先生…。

攻めのリズムが狂ったのか、それともじれたのか？

佐野選手、再度「突き押し」の反則。

ここで審判から「減点」

そして、試合終了。

試合は 3 - 0 の判定勝ち。

この瞬間、杉山選手の優勝が決まりました。

【エピローグ】

杉山選手の表彰式が終わり、

まだ興奮が冷めない会場を離れ、一人帰り支度をする。

ほんの3カ月前に聞いた「絶対優勝しますから」の一言が、

いま目の前で現実になっていることが不思議だった。

一足先に会場を後にする。

新宿行きの「かいじ」の自由席。

冷めた缶コーヒーを空きっ腹に流し込むと、不意に涙が頬をつたった。

嬉しくて涙を流したのはいつ以来だろうか。

この瞬間を共に迎えられた事を杉山選手に感謝したい。

ありがとう、杉山 徳選手。

2007年11月15日 古川 容司