



高宮中学校で柔道に励む鑄鍋まきさん。部活動指導員の佐々木生祐先生の指導のもと、日々稽古に励んできました。その努力が実り、今年8月の全国中学校柔道大会女子70キロ超級で見事初優勝！この快挙に感動した藤本市長が、稽古場である高宮B&G海洋センターを訪れ、鑄鍋さんにお話を伺いました。



柔道日本一

高宮の道場



藤本市長も道着に身を包み、柔の心に触れました。



ぜひ一度、組手を体験してみたいと藤本市長。「組んだ瞬間に、圧を『バン!!』と感じる…！スピードもものすごく速い！」と、その迫力に感動していました。



恵まれた体格を生かして泣き虫少女から成長

藤本市長(以下、市長) 今、中学3年生で178cm。わしと同じぐらいじゃね…！

鑄鍋選手(以下、鑄鍋) 4,200gで産まれて、小さい頃からずっと大きいです。両親も体格が大きいので、似たんだと思います。高宮中学校に入る時にはもう175cmありました。

市長 柔道を始めたのはいつごろ？

鑄鍋 年長のときに始めました。体が大きかったし、家の近くに柔道教室があったので、親がやらせてみようかって思ったみたいです。

市長 家の中はトロフィーだらけなんじゃろうね。

鑄鍋 普段は収めているので分かりませんが、弟も柔道をやっているの、2人分を出したら、たぶんトロフィーだらけになると思います(笑)

市長 子どもの頃から強かった？

鑄鍋 いえ全然。小さい頃はずっと泣いてました(笑)。でも柔道は面白いし好きだった。小学3年生ごろから少しずつ勝てるようになりました。

市長 いつもはどんな練習スケジュール？

鑄鍋 月曜は筋トレなど2時間。火水木曜は稽古2時間。金曜が休みで、土曜はまた稽古2時間。日曜は遠征や試合がなければお休みです。

市長 遠征ってどこに行くん？

鑄鍋 全国の強豪校に出向いて、対戦させてもらっています。佐々木先生が高校に連絡して、練習試合をセッティングしてくれるんです。全国中学校柔道大会の直前は月3回ペースで行っていました。高校生と互角に戦えて自信ができました。

市長 強豪校の高校生と互角…!! 素晴らしいのお…。普段どんな稽古するん？

鑄鍋 先生と組手をしたり、稽古は全て楽しいです。ただ、内股の型でスピード打ち込みを30秒止まらずにやるのはしんどい…。一番キツイです。あと股関節が弱いので、四股を踏んで下半身を安定させる練習もします。月1,500回を目標にしています。

市長 それだけしっかり稽古しとったら、よく食べるじゃろうね。好きな食べ物は？

鑄鍋 オムライスが好きです。白いご飯はあまり好きじゃないんで(笑)。あと、グミも好き。

市長 オムライスが好きなんじゃ！ やっぱり肉もよう食べるんかね。

鑄鍋 お肉も好きなので、バイキングや食べ放題に行くのが楽しみです。

市長 休日の過ごし方は？

鑄鍋 お昼ごろまで寝ることもあります(笑)。あとはスマホを見たりゆっくりとしています。YouTubeで柔道の試合もよく見ます。どっちが勝つか分からない接戦や、注目選手同士の対戦が面白いですね。

柔道が大好きな気持ちと思考力が強さの秘密

市長 背が高いのはやっぱり有利なんじゃろうか？

鑄鍋 必ずしもそうではないです。低い選手は重心が安定していて投げにくい…。なので、内股が得意技です。

鑄鍋まき選手の挑戦

から、全国の舞台へ

市長 全国大会は、試合があつという間に終わったそうじゃね。

鑄鍋 順調に勝ち進んでいけたのですが、決勝だけは3分フルで少し苦戦しました。判定勝ちでした。

市長 優勝が決まった瞬間はやっぱり泣いた？

鑄鍋 泣きました。これまで負けても泣いて、勝っても泣いて、本当にめっちゃ泣いてきました。

市長 試合のどんなところが楽しい？

鑄鍋 試合会場で全国の友だちに会えることかな。

市長 そう聞くと、普通の中学生じゃね(笑)。柔道を辞めたいと思ったことはないん？

鑄鍋 一度もありません。柔道が好きだから強くなれたと思います。

市長 強くなるために、具体的にどんなことに取り組んできた？

鑄鍋 教わったことは、まず全部やってみるということをお願いしてきました。やる前から「やらない」とは言わず、まず挑戦してみるようにしています。あと、どうしたら強くなるか、なぜ負けるのか、なぜ伸びないのかを考えてきました。先生からも「考える力があれば強くなる」とよく言われます。1年生の時には骨折も経験しましたが、一つ一つの積み重ねを大事にして成長してきました。

伸び伸びと育ててくれた恩師に感謝し、次の舞台へ

市長 進学する高校は決まった？ 強豪校からたくさんスカウトが来とるんじゃない？

鑄鍋 まだ決めていませんが、全国のどこかの

強豪校へ進学する予定です。今15校からスカウトをいただいているので、佐々木先生と一緒に見学に行って、ご飯がおいしそうなところに決めようかと(笑)

市長 ご飯で選ぶん!?(笑)

鑄鍋 ご飯のおいしさは重要です(笑)。それと、型にはめず、個性を大切にしてくれる指導者のいる学校に行きたいと思っています。

市長 高宮中学校の佐々木先生も、自由にさせてくれたけえ？

鑄鍋 はい。自由にやらせてくれた佐々木先生のおかげで強くなれたと思っています。本当にたくさんの経験を積ませてもらいました。

市長 将来の目標はもう決まってる？

鑄鍋 オリンピックで勝つことです。2032年のブリスベン(オーストラリア)がちょうどいいと思っています。

市長 そのころは大学生か。安芸高田市からメダリストが誕生するかもしれんね…！高校に行っても、市民みんなで応援しとるけえ、引き続き頑張てね！



頑張ります！

この勢いで高校でも活躍を期待してるよ！