

伝統を胸に、心技体を育む

1957年に創部した三重県立名張高等学校柔道部は、全国大会出場常連校として、その名を全国に知らしめる。近年は国際大会への出場選手も輩出。夏のインターハイ、秋の国体を最後に3年生が引退となった今、2年生を中心とした新チームで、全国の舞台を目指す。



不遇の時代を経て 蘇った男子柔道部

正しく整頓されたスリッパが並ぶ、武道場。足を踏み入れ、場内を見回わすと、伝統校の名にふさわしく、賞状がずらりと並ぶ。練習に汗を流すのは、男女合わせて42人の名張高校柔道部員。練習とはいえ、本気のぶつかり合う激しい攻防がみられた。名張高校柔道部は、1957年に創部した。初代顧問の稲森実先生は、地域における競技の普及振興に注力。強豪選手の集まる名門校の礎を築いた。1991年には、堀越英範先生が顧問に就任。選手としても活躍し、1996年アトランタオリンピック日本代表最終選考会を兼ねた第29回全日本選抜柔道体重別選手権大会で、バルセロナオリンピック金メダリストの古賀稔彦選手を破り、優勝を果たした経歴を持つ。

全国に名を知られる強豪校だが、

不遇の時代も経験。堀越先生が転任後、男子柔道部の成績は下降の一途をたどり、県大会で1回戦負けを喫するほどだった。

現顧問の稲澤真人先生は2014年に就任。「指導者としては私も素人同然でしたが、『母校を絶対に強くするんだ』という思いで、やってきた」と当時を振り返る。「平成30年度全国高等学校総合体育大会（2018年）」と、「第76回国民体育大会（三重とこわか国体）」（2021年）が地元で開催されることを、見据えての決断だった。

「苦しくてもあきらめない」 柔道を通して心身を育む

自らがスカウトをした1年生7人を含めた10人で、男子柔道部は再スタートした。打ち込みや乱取りなどの練習のほか、体づくりも強化。梅が丘団地を走る通称「梅坂」と呼ばれるトレーニングは、部の伝統となっ

体ベスト8入りは、1973年の三重インターハイ以来の快挙。今年のインターハイは、団体・個人ともに出場し、増田良生さん（3年生）が男子100kg級で3位入賞を決めた。

3年生が引退し、今秋から2年生を中心とした新チームが始動。来年3月の第42回全国高等学校柔道選手権大会、8月のインターハイに焦点を合わせ、指導に熱がこもる。「これまでで一番強いチーム。小柄な選手が多いので、寝技も立ち技も細かいところを磨いていきたい」と稲澤先生は、団体戦・個人戦で日本一を目標に掲げる。

指導歴40年の闘将のもと 国体を目指す女子部

男子部員と、武道場を分け合うのは、女子柔道部。天井から垂らされたロープを腕の力で登りきるロープ

トレーニングで汗を流したあとは、ベアになって寝技や投げ込みなど、反復を繰り返す。

男子と同じく名門として知られ、インターハイへの出場は、2010年から10年連続を誇る。世界の舞台で活躍する選手も輩出。堂崎月華さん（2018年度卒業）は、「チューリッゲン国際大会」に日本代表として出場し57kg級で見事優勝を果たした。

技術はもちろん、人間力の育成にも注力。「整理整頓やゴミ拾いなど、人の見ていないところにも気を配れる人間になってほしい」と、女子部顧問の宮下豊先生。自分で考え行動する自主性は、日々の練習でも生かされていくという。

堀越先生や稲澤先生の指導にもあった宮下先生は、1973年に男子柔道部の顧問に就任。三重県で開

た。S字坂道を含めた最大7キロの「梅坂」の名を口にする、顔をしかめる部員がちらほら。なかなかのハードメニューらしい。

「走ることは、自分自身と向き合うこと。あくまでも持論ですが、走れない選手に強い選手はいない」と稲澤先生はきっぱり。持久力や脚力だけでなく、メンタルも強化するという。苦しい局面でも諦めない心は、試合での勝ち負けを大きく左右するのだ。

「周囲から応援してもらえないような人間になってほしい」と、掃除、挨拶に始まり、授業への姿勢や提出の期限を守るなど、日々の生活態度にも目を配る。

再建に着手して、3年。2017年、新生・男子柔道部は、念願の全国高等学校総合体育大会（インターハイ）団体出場を果たし、個人では新井涼平さん（当時3年生）が、90kg級で2位に輝いた。昨年の男子団

催された前回の国民体育大会（1975年）では選手として出場を果たした。他校での指導を経て、再び古巣である名張高校に戻ったのは、約20年前。現在は、女子部顧問として指導にあたる。



稲澤真人先生

名張高校柔道部顧問
稲澤真人先生
名張高校出身。天理大学に進学し、大学時代に「全日本学生柔道体重別選手権大会」で準優勝を収めた。卒業後は実業団チームに所属。グルジア国際柔道大会（現・グランプリトビリシ）男子73kg級で優勝を果たした経験を持つ

ケガを乗り越え 全国3位に入賞



名張高校柔道部 3年生
増田良生さん
[大阪府出身]

「5歳の誕生日にプレゼントで道着をもらって……」と柔道との出会いを話す増田さん。ケガに悩まされ2度の手術を乗り越えながらも、今年8月のインターハイで3位入賞を果たした。昨年10月、練習中に膝を痛め、手術をした。6カ月間の療養生活を終え4月に復帰したものの再び、悪化。ケガを抱えたまま県予選に出場し、優勝を果たした。6月に再手術し、1カ月のリハビリを経て全国の舞台に立った。「大丈夫?」と声をかけ、支えてくれた仲間が存在がありがたかった」と感謝の思いを口にす。

悔しさをバネに 体づくりを強化



名張高校柔道部 2年生
森里砂さん
[奈良県出身]

小学4年生で地元・奈良県の道場入門する。中学は、強豪・広陵中学校に進学。「休みは数えるくらいしかないほど、練習が厳しかった」と当時を振り返る。昨年、名張高校に進学。同年3月、全国高等学校柔道選手権大会に全員が1年生からなるチームで出場を果たした。結果は1回戦負け。「県の代表として出場したのに、申し訳ない」と悔しさをにじませる。全国大会での経験は、練習メニューを見直す機会となった。

「強い選手は、体型も力も全く違う」と、チームで体力づくりに励む。「みんな仲が良く一人ひとりが優しい。優しさゆえに遠慮し合ってしまうのが弱点でもある」とはかむ森さんは、3月の第42回全国高等学校柔道選手権大会を目標に、仲間と切磋琢磨する日々を送っている。

