

# おらがひと

秋田県アームレスリング連盟「ガッチリ隊」  
アームレスリング選手  
ちば ひであき  
**千葉 英明** さん



30代の頃にアームレスリングを始めて約20年、仕事と両立しながら日々練習に打ち込む千葉さん。昨年9月に行われた第42回JAWA全日本アームレスリング選手権大会では男子ライトハンド部門57kg級で優勝し、世界大会への出場権を獲得しました。

6月14日(日)に秋田市で開催される全国大会、9月に国内初開催となる世界大会(茨城県)への出場を控えている千葉さんに、アームレスリングの魅力や大会への意気込みを聞きました。

## その一瞬に全てを懸けて 世界の頂きへ



—アームレスリングを始めたいきっかけを教えてください

中学時代から腕相撲は負け知らずだったので、30代の頃に軽い気持ちで大会に挑戦してみたのがきっかけです。

最初の数年は、トレーニングも全て自己流で、大会では全く勝てませんでした。ある大会で同じ秋田の選手に声をかけてもらい、「ガッチリ隊」の合同練習に参加するようになりました。他の選手たちと情報交換しながら、トレーニング方法や戦術を研究したことで、大会で結果を残せるようになり、気付けば夢中になっていました。

—アームレスリングの魅力は何ですか

一瞬で勝負が決まるスピード感です。手を握った瞬間に相手の強さが分かり、力のかけ方や手の使い方などをその場で瞬時に判断して勝負してところが面白いですね。

また、トレーニングをした分だけ結果に結びつくという実感があり、最後

まで諦めずにやり抜く気持ちが強くなりました。心身ともに成長できるのも魅力のひとつだと思います。

—競技を続ける中で苦労したことを教えてください

競技団体を変えたタイミングで思うように勝てなくなり、スランプに陥ったことがあります。負けず嫌いな性格なので、落ち込むというよりも乗り越えることで当時は頭がいっぱいでした。体の使い方やトレーニング方法を工夫するなど、試行錯誤を重ね、少しずつ調子を取り戻すことができました。最近では、年齢的に回復が遅くなったりと感じることもあります。無理せず体と向き合いながら続けています。

—仕事と競技をどのようにして両立していますか

普段は、長距離トラックのドライバーとして働いており、数日家を空けることもあるため、限られた時間の中で効



▲川連運送株式会社(川連町)で長距離トラックドライバーとして勤務



▲昨年9月の全国大会決勝戦での様子  
(YouTubeチャンネル「あんのすけ」より)

率よくトレーニングできるよう工夫しています。勤務先には、練習日程に合わせて勤務日を調整してもらったり、家族も食事面などで日々支えてくれるなど、こうして競技を続けられているのは周囲のサポートのおかげです。

—今後の展望を教えてください

今年是全国大会が秋田市、世界大会は初の国内開催ということできっそう気合が入っています。両大会ともに左右の両部門での優勝が目標です。

アームレスリングはまだマイナーな競技ですが、その魅力を多くの方に知ってもらいたいと思っています。湯沢から世界で活躍する選手が出ることで、アームレスリングをより身近に感じてもらう、少しでも興味をもってもらえたらうれしいですね。

大会詳細や最新情報は  
こちら



秋田県アームレスリング連盟「ガッチリ隊」Facebook