

2018世界マスタースボディビル／フィットネス選手権&  
ジュニアワールドカップ大会

監督 レポート

監督 涌島剛智三  
2018年12月24日

プロローグ

2018年12月7日～10日までスペイン・タラゴナ市に於いて世界マスタースボディビル／フィットネス選手権ならびにj rワールドカップが開催された。

2017年度世界男子ボディビル選手権大会に続き、今年度も監督として任命され、選手他の役員とともに一週間帯同することとなった。

会場となったタラゴナ市はバルセロナ市から南へ約90キロの海沿いにあり、紀元前3世紀にローマ人によって築かれ、ローマ時代の遺跡が残る歴史ある街。



12月6日（木） オールスター選手団



集合時間の午前9時、成田空港第1ターミナル北ウイングに集合したオールスター選手団。選手たちは各々挨拶を交わし、親睦を深めていた。今回参加する選手たちはエントリーのカテゴリーも様々であり、初めて会話を交わす選手が大方であったようだ。

私も役員の木下さんと鈴木さん以外は初対面であり、和やかな中にも緊張していた。1時間ほどすると田村選手以外は全員集まり、揃ったところで結団式を行う。

役員3名（涌島監督、鈴木コーチ、木下コーチ兼通訳）と選手16名の19名で輪になり、1人ずつ大会に向けての抱負を述べ、結束力を高める。

日本選手団を乗せたオランダ航空機は定刻の11時25分に離陸。オランダ・アムステルダム空港を経由してスペイン・バルセロナ空港まで14時間のフライトとなった。

バルセロナ国際空港に迎えに来た大型バスは最終目的地、タラゴナ市サロウ地区のレジーナホテルまで移動。ホテルに到着した時は午後9時を回っていた。

チェックイン後、注文していたビルダー用弁当を全員に配られ、割り当てられた各部屋に別れる。

私も長旅で疲弊していた身体を早く休めるため、ボイルした鶏の胸肉と蒸したポテト、ブロッコリーを食し床に就く。

今日は成田からの長い一日だった。

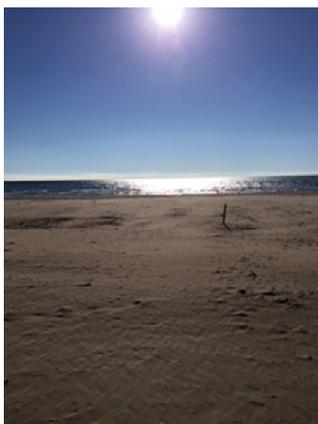


## 12月7日（金） 大会前日

朝食後、ウエイイン（計量）と公式登録の順番受付を早く終えることが出来、午後12時からチーム JAPAN は待つことなく計量と登録を済ませる。選手には負担なく終了したので良かった。

ウエイインでは木下コーチが立ち会い、私と鈴木コーチは計量室の外で待つことに。普段話すことない鈴木コーチと J B B F の事について話が出来、貴重な時間だった。

計量を終えた選手たちは5時のポージングチェックまで自由時間となる。



私達役員はジャッジミーティングに出席。特段変わったことはなく、写真撮影禁止の注意事項のみで終始、和気あいあいの雰囲気進む。

ジャッジミーティング後は役員3人でサロウ地区のビーチに出掛ける。

さすがに冬のこの時期、人はまばらで、束の間の時間を満喫。



5時から私の部屋で初日に出場する選手全員のポージングを選手、役員でチェック。気付いたことや思っている事はどんどん意見を出すようにしたことが功を奏し、大会当日はどこの国よりも日本チームのポージングが上手かった。

## 12月8日（土） 大会初日

今日から2日間、世界各国から集合した代表選手による世界一を決める戦いが始まる。

会場のタラゴナゴンブレスセンターはタラゴナ駅に隣接し、タラゴナ市の地盤であるそのままの自然の岩盤を利用した趣のある建物だ。

世界大会会場としては申し分の無い立派な会場に選手たちは否応なしに士気が上がる。



チーム JAPAN の選手はメンズフィジーク 6 名、ウイメンズフィジーク 2 名、ボディフィットネス 1 名と、役員 3 名の私が審査員、鈴木コーチは選手サポート、木下コーチは選手サポート兼通訳を担当する。翌日出場する選手も本日のパンプ、ポージングチェック、カラーリング、応援に回り万全の体制をとる。

私は審査員として第2グループ4番手に指名される。しかし、ここでプチパニックになることが起きた。第1グループの審査員席の後ろで待機していた我々第2グループ10名に「スマホ」を渡され、係がこれから試験的に iPad を使ったの順位付けを行うと言う。

いつもとは勝手が違う慣れない作業に困惑しながら、何とか予選、決勝と順位付けを行うことが出来た。ほんとに冷や汗ものだった。

今後、世界大会では iPad を使ったの審査に移行するようだ。





さて、本日のトップバッターは私と同じ北海道からのエントリーで j r ワールドカップ初出場の小澤選手。事前のエントリー表には3カテゴリーあり、相応の参加者数になると思われたが蓋を開けてみると、全カテゴリーで3名のみエントリーとなり寂しい参加者となった。それでも小澤選手の自信たっぷりのポージングは王者に相応しい。チーム JAPAN 金メダリスト第一号となる。

続いてマスターズメンズフィジーク 40~44 歳以上クラスでは嶋田、有馬、佐伯選手の3名が出場。

15名エントリーしているこのクラスが最も多く、ラウンド1で佐伯選手が一步抜き出ている。

ミッドセクションが素晴らしくメリハリのある身体が特長の有馬選手。ボディビルと二刀流の嶋田選手はラウンド2には進めない感じだ。

結果は佐伯選手が3位、有馬選手5位、嶋田選手は残念ながら11位となり、入賞(6位まで)する事は出来なかった。

マスターズメンズフィジーク 45~49 歳クラスには絶対的王者、田村選手が登場。ラウンド1、ラウンド2とも爽やかな表情、隙の無いポージングで1位を確保。オーバーオール審査に進む。

マスターズメンズフィジーク 50 歳以上には大阪から参加の上中選手。物静かな性格に秘めたる闘志がみなぎる上中。落ち着いたウオーキングとポージングに定評があり、威風堂々としている。世界大会の舞台でも物怖じしないステージングで他を圧倒している。上中選手も3人目の金メダリストとなった。

今回、メンズフィジークの選手は女子選手の協力により、メイクアップをしてもらった。このことが表情に好印象を与え結果につながったのでは。

オーバーオール審査では田村選手が2位、上中選手が3位と、良く健闘した。

続いて女子フィジークの清水選手と橋木選手の2名が出場。清水選手は海外試合には慣れており日本選手権時と変わらぬパフォーマンスを見せていた。

橋木選手は小柄ながら昨年の日本選手権3位の実力をどれだけ見せられるか楽しみだ。2人とも、日本選手権と変わらぬ仕上がりで期待したが健闘むなしく清水選手が11位、橋木選手は12位と、入賞することは出来なかった。

次のカテゴリー、ボディフィットネス 45 歳以上のクラス。

石川県から参加の元気印、北野選手だ。10名中9位となってしまった北野選手。他国の選手はボディの大きさもさることながら表情やアピールが上手い。

本日最後の選手はクラシックボディビル 50 歳以上に出場する林選手。この時期まで体調をキープしていることに感心するばかりだがベテラン林選手も日本マスタース時のまま、世界大会に挑んだ。バランスよく付いた筋肉とポージングには定評があるが他国のバルクの前に屈した。それでも結果は 4 位と健闘。

前日のポージングチェックが功を奏し、ポージングに関して、日本が一番上手かった。

ホテルに戻って、晩ご飯の後、明日出場の選手のポージングチェック。

今日も長い一日がようやく終わった。

選手、役員の皆さん、お疲れ様。

12月9日（日） 大会2日目



昨日のメンズフィジークの好成績で勢いづいたチーム JAPAN。今日もボディビルとフィットネスビキニの選手に期待が掛かる。

本日のトップは超ベテラン金澤選手の出場だ。年齢 82 歳、今も現役、日本マスターズ連勝中の金澤選手。ボディビル 55 歳以上の部に出場し世界大会最年長をアナウンスされると会場から割れんばかりの拍手が起きる。金澤さん曰く、85 歳まで世界大会に出場するとのこと。結果は最下位だったが頭が下がる思いだ。



続いて、ビキニフィットネス 45 歳以上にエントリーの丸山選手。丸山選手は笑顔が素敵でウォーキング、ポージングも洗練された選手。結果は惜しくも 12 名中 7 位で終わってしまった。

浪速のド根性男、玉井選手がボディビル 50 歳以上の部出場。トレーニング歴 10 年。日本マスターズチャンピオンの実力は発揮できるのか！？  
結果は残念ながら 12 名中 9 位であった。50 歳以上とは言え他国選手のバルクが凄い！日本では迫力ある玉井選手も圧倒されている。

ビキニフィットネス 40～44 歳以下級の部にはオールジャパン優勝の長瀬選手、準優勝の渋谷選手が出場。日本ベスト 2 の 2 人がどこまで食い込めるか楽しみだったが 12 名中 7 位に長瀬選手、9 位に渋谷選手となった。長瀬選手はラウンド 1 では 1 点差で入賞を逃し惜しくも目標に達しなかった。2 人とも、全身にバランスよく筋肉がついていて期待大だったが他国選手とのステージングでの差を感じた。少しオーバーくらいの方がインパクトを与えられると思う。

ボディビル 45～49 歳以上 80 kg 級に新潟市から参加の村山選手。  
カットは良かったしバランスよくまとった筋肉彫刻と風貌はローマ帝国の戦士の様。  
しかし、このクラスもライバルのバルクの前に屈し、最下位の 7 位終わってしまった。次回のリベンジに期待したい。

チーム J A P A N 最後の出番となったフィットネスビキニ 35～39 歳カテゴリーにエントリーの秋本選手。秋本選手は今大会で 4 度目の海外試合となる。  
海外試合豊富な秋本選手がどこまで勝ち進むか。前日には選手のサポートをしっかりとってくれたこと、最後の出番で緊張し続けていたに違いないのに、疲れも見せずにステージングも良かった。しかし、順位は 17 名中最下位と、残念な結果になった。若さを武器に来年も頑張ってもらいたい。



## 12月10日（月） さよならスペイン



2日間にわたり、健闘したチーム JAPAN も今日、帰国に途に就く。

一行を乗せたバスは朝 7 時にレジーナホテルを出発。バスは 9 時前にバルセロナ国際空港に到着。出国手続きを済ませ、スペインに来てまだスペイン料理のパエリアを食べていない選手団はパエリア風？朝食を食べる。

この後、搭乗時間まで自由時間となる。

## 12月11日（火）帰国、解団式



前日は機中泊となり 13 時間のフライトで定刻朝 9 時 45 分に成田国空港に到着。

1 週間同行したことでせっかく仲良くなれたが別れの時が来た。

全員で円陣を組み解団式を行う。

各自、今回の反省と評価、来年の目標を述べ、再会を誓って解散となる。

## エピローグ

昨年の世界男子ボディビル選手権に続き、今回の世界マスターズボディビル／フィットネス選手権、j rワールドカップに帯同させてもらったことは感謝に堪えない。日本トップの各カテゴリーチャンピオンクラスと1週間過ごせた事は一生の思い出であり、財産でもある。

今回、選手17名中優勝3名、6位入賞3名と喜ばしい結果であったが、多くの選手は入賞できず、マスターズとは言えレベルの高さを目の当たりにした。

特にボディビルとビキニはレベルが高く、優勝はおろか入賞することの難しさを痛感したに違いない。バランスとポージングの上手さでは定評があるが筋肉量では劣る。バランスとポージングで勝負が出来るメンズフィジーク以外、入賞することは大変だと感じた。私が今大会を拝見して気付いたことは。

- ① マスターズでも他国選手のバルクが凄い。
- ② ポージングは日本人が上手い。
- ③ メンズフィジークでは日本人にはチャンスがある。
- ④ 女子フィットネスでは筋量とアピールが重要。
- ⑤ 他国選手は刺青を入れている選手が多く、背中一面に刺青をしている選手もいたが審査には不利だ。
- ⑥ 進行が早い中で選手はアピール力を、審査員は瞬時にトップ5を選ぶ眼力が必要。
- ⑦ アメリカをはじめ、韓国、中国などの日本以外アジアからの参加国がないこと。

以上、気が付いたことだが、自費参加選手が12名、派遣参加選手が5名と、高い渡航費を払ってまで世界大会に出場する価値が選手にはある。ただ今回、タイトなスケジュールで観光する時間がなかった。今後、半日でも時間を設けることが出来たら、みんなにとって、もっと思い出のスペインになったのでは。

離陸後、機内から見たサクラダ・ファミリアがとても小さく見えた・・・。





## 出場選手結果

小澤 亮平 (北海道)	ジュニアメンズフィジーク 174 c m級	優勝
玉井 正宏 (大阪)	ボディビル 50～54 歳	80 k g 9 位
秋本 明子 (東京)	フィットネスビキニ 35～39 歳	17 位
清水 恵理子 (東京)	ウイメンズフィジーク 35 歳以上	11 位
橋本 明子 (東京)	ウイメンズフィジーク 35 歳以上	12 位
村山 元 (新潟)	ボディビル 45～49 歳	80 k g 7 位
金澤 利翼 (広島)	ボディビル 55 歳以上	75 k g 8 位
林 勇宇 (東京)	クラシックボディビル 50 才以上	4 位
嶋田 泰次郎 (東京)	メンズフィジーク 40～44 歳	11 位
上中 一司 (大阪)	メンズフィジーク 50 歳以上	優勝
	オーバーオール	3 位
佐伯 伊都企 (愛知)	メンズフィジーク 40～44 歳	3 位
有馬 康泰 (千葉)	メンズフィジーク 40～44 歳	5 位
田村 宣丈 (東京)	メンズフィジーク 45～49 歳	優勝
	オーバーオール	2 位
北野 明美 (石川)	ボディフィットネス 45 歳以上	9 位
渋谷 美和子 (東京)	フィットネスビキニ 40～44 歳	9 位
丸山 典子 (東京)	フィットネスビキニ 45 歳以上	7 位
長瀬 陽子 (東京)	フィットネスビキニ 40～44 歳	7 位

監督兼審査員	涌島 剛智三	北海道連盟理事長
コーチ	鈴木 詠子	東京都連盟役員、女子・フィットネス委員
コーチ兼通訳	木下 美弥子	福岡県連盟理事、国際委員事務局長