

もう捨てなくちゃ「相撲は日本の国技」観

大相撲春場所で、横綱・照ノ富士が3場所連続休場後の優勝を遂げ、場所後に関脇・霧馬山が大関に昇進して霧島の名を継いで、久方ぶりに“きちんとした形の”（横綱・大関が出場する）整った名古屋場所を迎えるものと期待していたファンが多かったと思うのですが、結果は思いがけない展開になってしまいましたね。関脇・豊昇龍（第68代横綱の朝青龍の甥）が優勝して、霧馬山、豊昇龍、大栄翔、若元春の四関脇の中からモンゴル勢コンビが大関に昇進する形となり、大相撲の進むべき道も見えてきたように思えるのですが、諸賢は如何お考えでしょうか。

“大沈没”から強くなって戻ってきた照ノ富士

照ノ富士には、膝の怪我の上に肝臓を患って、大関から序二段まで転落したという“大沈没”がありましたね。しかし、再び大関に復帰してきたときの照ノ富士の姿を見て驚きました。“大沈没”する前よりひとしきり「強く」なっていたからです。相手の両腕を門（かんぬき）で締め上げる腕力の強さは以前からあったように思えますが、力強く相手を土俵外に運ぶ脚力の強さと相手の押しや寄りを耐える腰の強さは見違えるほどになっていました。実際に、前回大関昇進時（2015年）と復帰後夏場所横綱昇進時（2021年）のそれぞれ最善連続4場所の成績を比べてみると、勝率8割（2015春場所～2015秋場所で48勝12敗）の大関が勝率9割（2021夏場所～2021九州場所で54勝6敗）の大関として戻ってきて横綱にまで駆け上がったということがわかります。私はこれを見て「照ノ富士はひざの故障を癒しながら筋トレを行って筋肉を鍛えていたに違いない」と確信していました。

照ノ富士の復活支えた筋肉トレーニング

しかし、これで照の富士の時代が続くと思いきや、2021九州場所で全勝優勝を飾ってから勝率が急に下がり、2022年秋場所を怪我のため途中欠場し、そのまま連続3場所も土俵に復帰できずにいましたね。横綱の地位にありましたから“大沈没”はせずにしましたが“中沈没”ともなりえる期間でした。私は、「これは筋トレをサポートするために筋肉が衰えたせいだな」と決めつけて、再び筋トレによって土俵に戻ってきてくれることを願っていました。「筋トレ」にせよ「サボリ癖」にせよ、いずれも素人の憶測にすぎないものでしたので真実や如何にと思って改めてインターネット・サーフィンをしたところ、「篠原毅郁」さんのお名前が目飛び込んできました。「照ノ富士の復活支えたトレーナー・篠原毅郁氏」という記事もありました。「大切なのは肉体の異常を察知する“目“というのが持論だそうです。篠原さんが、伊勢ヶ浜部屋トレーナーになったのは、照ノ富士関が膝の故障で番付を落し始めた時だそうですが、恐らく篠原さんは「トレーナーの”目“で肉体の強化部分を察知して筋肉を強化する」方針に従ってトレーニングを指導され続け、照ノ富士も「今できることは100%やる、それでダメだったらしょうがない」と思って連日筋肉トレーニングに励んできたようです。

人工関節への切り替え手術による再浮上

しかし、一方の「サボリ癖」についての全く私の思い違いだったようです。周辺の筋肉の強化のお陰で補われていた膝の関節の疾患が頭をもたげボロボロの状態になっていたようです。そして、力士生活に終止符を打つことになりかねない関節手術の道を選んで、篠原さんの推薦する病院で人工関節に切り替える手術を受けていたんですね。そしてこの間も照ノ富士は「今できることは100%やる」の姿勢を保ち続けて筋肉トレーニングにも励んでいたようです。筋肉トレーニングにベンチプレスという種目もあります。膝の故障に次ぐ糖尿病で体が弱って序二段まで番付が落ちているときは体が脂肪だらけで90kgも上がらなかったのですが、今や照ノ富士は、ベンチプレスで、自分の体重184kgをはるかに上回る250kgを持ち上げる日本一級の力持ちになっていたんですね。Wikipediaの「照ノ

富士春雄」の欄に「趣味:トレーニング」と記されています。筋力トレーニングの習慣が日常生活の中にしっかりと根付いているようですね。

春場所千秋楽から僅か 43 日後の名古屋場所 2 日目に大波乱

下左の写真は、夏場所千秋楽に、14 日目まで 1 敗できた横綱照ノ富士が、千秋楽(5 月 28 日)に 2 敗の関脇霧馬山と直接対決した事実上の優勝決定戦で、照ノ富士が霧馬山を寄り切りで制して優勝を決めた瞬間のもので、改めてご覧になってください、照ノ富士の腕、脚、腰の筋肉の発する勢いが照ノ富士の体からみなぎり出ているのを。その昔、中学か高校で習った「筋肉が収縮や弛緩を繰り返すことによって様々な運動を行うことができる」ということが改めて実感できたように思え、照ノ富士の復活優勝は照ノ富士が休場中に故障した膝の手術をする傍らで筋肉を鍛えなおしていたからだということを確認することができました。しかし、「盤石の基盤を備えた」と思われた照ノ富士が、それから僅か 43 日後の名古屋場所 2 日目に、下右の写真のようなまったく違う姿を見せつけてくれるのですから、本当に相撲というものはわからないものです。まだ負けたことのない前頭筆頭の錦木(伊勢ノ海部屋・前頭筆頭)の掬い投げで“放り出されてしまった”んでしたね。それにしても、すごい腕力でしたね錦木は。照ノ富士があれば(2-3 メートルも)ぶん投げられたのを見たのは初めてのようになります。おそらく錦木も「へえー、俺って結構力持ちだったんだ」と思って自信を深めたことでしょう。事実、最後まで優勝争いに絡んで、殊勲賞を獲得していましたものね。



元大関の小錦さんも「部屋別の稽古は不要」と言っていない

一方、「盤石の基盤を備えた」と自認して土俵に登った照ノ富士の方もショックが相当に大きかったものと思われます。続く 2 日目に、これも前頭筆頭の翔猿の粘りに屈するや「腰椎椎間板ヘルニア」の診断書を提出して休場を決め込んでしまいました。しかし、7 月 30 日に沼津市で行われた大相撲夏巡業では、弟弟子の翠富士に胸を出すなど土俵上での稽古を再開していたというのですから、今回は“中沈没”にもなりそうもありません。事実、大相撲のテレビ中継を見ている、敗れた錦木戦でも「力」で圧倒しながら“ねじ伏せる”タイミングをとりそこなった一瞬錦木に「力」を振るわれただけのものです。その昔大関だった小錦さんは、「部屋別の稽古ばかりしていても成長することができない」述べていました。確かに照ノ富士は一般的な「部屋別の稽古」と違う筋力トレーニングによって「力」を得たのですが、小錦さんも「部屋別の稽古は不要」と言っているわけではありません。伊勢ヶ浜部屋は、名古屋場所優勝して再入幕確実となった熱海富士を含め、部屋の幕内力士は 5 人となる見込みです。照ノ富士自身も「ウチは高校、大学でトップレベルの人はいない。部屋に入ってから強くなった。いい部屋にいると感じる」と語っています。しかし、名古屋場所では、一時は“ひときわ光るところがあった”翠富士(26 歳:前頭三枚目:4 勝 11 敗)

と錦富士(27歳:前頭八枚目:5勝10敗)の伊勢ヶ浜部屋コンビがともに大敗を喫しているところからみても、部屋頭である照ノ富士の「部屋別の稽古」にかける熱意がいまだだったために、翠富士と錦富士の二人が伸び悩んだのではないかと考えることができそうです。かつて、横綱にまで昇りつめた稀勢の里と鳴門部屋で同部屋であった高安が「部屋別の稽古」のお陰で大関まで昇進できたのも、「部屋別の稽古」のお陰で特に実践で役立つ「技能」が身についたためと考えられます。

大関に昇進した最も熱心な「出稽古」実践者・霧島の無念

小錦さんが強調していた「部屋別の稽古以外の鍛錬法」のうち照ノ富士が取り入れたのは筋肉トレーニングでしたが、新大関・霧島が誕生したのは、誰よりも熱心に取り組んでいた「出稽古」のお陰だったようですね。自分一人しか幕内力士がいない陸奥部屋から、土俵上のライバルがいる他の部屋に向いてする「出稽古」を重ねるうちに「技能」を身に付けてきたようです。そして夏場所で技能賞を受賞して場所後に大関に推挙されて霧島の名跡を継いだのですから、新大関・霧島としては何としても名古屋場所でのデビューを飾りたかったことでしょう。しかし、場所前の霧島の稽古ぶりを見て痛々しく思って、陸奥親方(先代の霧島)らが霧島の気持ちを制して休場に踏み切らせ、初日になって日本相撲協会に「右肋骨骨挫傷で約3週間の安静加療を要する見込み」との診断書を提出して休場させたものと思われれます。なにしろ、1年ほど前からの慢性的な背中中の痛みが名古屋場所の直前に急激に悪化して、夜も寝られないほどになって、座ることもできなくなったというのですから。

賞賛さるべき霧島の誠心誠意の奮戦ぶり

しかし、横綱・照ノ富士が休場を決めたとなると、陸奥親方からも霧島の「再び横綱・大関不在の場所にしてはならない」という強い気持ちを食い止めることができなかったのでしょう。そして、結果的には6勝7敗2休の負け越しにはなったものの、連日精一杯の相撲を取り続けて、見ている者をがっかりさせる相撲は一番も取らなかったように思えます。霧島には、いきなりカド番大関となって臨む九月場所を控えて一層熱心に「出稽古」を続けて「技能」を身に付けるだけでなく、右肋骨骨挫傷を癒しながらできる筋力トレーニングを行って、自分が入門時に見て憧れたという先代霧島のような“筋肉隆々とした”体にして「力」を振るい大関の座を確たるものにしてほしいと願っています。いっそのこと、照ノ富士が所属する伊勢ヶ浜部屋に出稽古に出かけて、そこで篠原毅郁さんに師事して筋肉トレーニングを指導していただいたらどうなんでしょうかね。小錦さんは、「土俵上での敗戦を繰り返さないように千代の富士が横綱という立場にいながら連日自分のいた高砂部屋に出稽古にやって来ていた」と述べていますが、照ノ富士は自分に連敗を食らわせた翔猿のいる追手風部屋に出稽古に行かなくちゃね。

豊昇龍と伯桜鵬の成長の陰にもモンゴル勢元横綱の姿が

7月24日の日刊スポーツには、次のような写真が載っていました。私は「えっ、誰!？」と驚いたのですが、優勝して敢闘賞まで受賞した豊昇龍(関脇・立浪部屋・24歳・左)と、新入幕幕尻ながら健闘して最後まで優勝争いに加わって敢闘賞と技能賞を獲得した落合改め伯桜鵬(幕尻前頭17枚目・宮城野部屋・19歳・右)の二人が千秋楽の総取り組み終了後に支度部屋で談笑しているところを撮ったものだわかりました。私は「なんだ、二人とも“いかにスポーツマンらしい”爽やかな表情をしているじゃないか!」と驚くとともに、改めて二人の健闘をたたえたいという気持ちになりました。



二人がどのような「部屋別の稽古以外の鍛錬法」を受けていたのか定かではありませんが、豊昇龍は叔父に当た

る元横綱の朝青龍から連日のようにメールにより手厳しい指導を受けていたこと、伯桜鵬は指導力が豊かな宮城野親方(元横綱・白鵬)から親身な指導を受けていたことが、通常の「部屋別の稽古」からは得られない成長を得ることができていたものと思われます。

閉鎖的な国技から開放的なスポーツに

朝青龍は、その手厳しい教導メールの中で豊昇龍に対して、「むやみに体重は増やすなよ、体重が重すぎると動きが鈍くなったり、怪我をしやすくなるからな」という趣旨の注意文を送っているようです。こんな一言は、両膝の故障のため九州場所は全休した大関・貴景勝他の力士全員に聴かせてあげたいところですね。「贅肉”ってのは“余分の肉塊”で、“瘤(こぶ)の類”に過ぎず“力”を生み出すものじゃないんだぞ”ってね。なにしろ、腰回りがダブっている上に、女性もうらやむほどの豊かな乳房まで持っているデブ力士がやたらと多くて、土俵上でコテンと負けるケースが多すぎるような気がします。でも一体どうして、ハワイ出身の小錦さんが提唱する「部屋別の稽古以外の鍛錬法」が照ノ富士、霧島といったモンゴル力士にしか実践されなかったり、モンゴル系の元横綱による指導が豊昇龍や伯桜鵬にしか利益とならないのでしょうか。ことによると、「部屋別の稽古」体制に浸りきっている部屋付きの親方衆が多すぎるせいなのかな。私自身、東芝定年後日本語教師になってよくわかったのですが、自分が“日本語を使える”からといって“日本語を教えられる”ということにはなりません。大相撲もしかりで、自分が“相撲を取ったことがある”ことが即“相撲を教えられる”ことにはならないと思います。日本大相撲協会としては、出稽古を組織化する傍らで、親方衆の筋肉トレーニングも含めた指導能力を高めるための機会を設けられたら如何でしょうか。モンゴル勢力士の優勝が続いたころには、「千秋楽に唱和するのは君が世ではなくてモンゴル国家にすればいいじゃないか」という冗談が交わされていたほどです。「相撲は日本の国技なり」という考え方にとらわれて徒らに力士の出身国に拘るのはやめて、“いかにスポーツらしい競技”の姿にしていってほしいものだと願っています、