



幼少期はピアノや習字、そしてそろばん...といった運動とはかけ離れた文系の習い事に通っていた。しかし周囲より背が高かったからか、小学5年生の時にミニ・バスケットボールの監督よりスカウトされ、バスケットボールを始めることに...。そこで集団生活の楽しさや大変さ、そして『チーム』の中でのメンバーとしての在り方を学び、その体験は中学校に進学した後も自分をバスケットボール部へ入部させるほど素晴らしいものであった。当時常にレギュラーとして毎試合必ず出場しており、私のバスケ人生は順風満帆かと思われた。中学でも充実したバスケ・ライフを送っていたのだが、人生そうは甘くはなかった。中学校生活最後の大会の試合中に、何と膝の靭帯を断裂するという大怪我に見舞われてしまったのだ!それは私の中学生としてのバスケ・ライフ生活が突然終わってしまうことを意味していた。しかし、人生何が起こるか分からない。この時来賓として試合を観戦されていた方が私のプレーを見て実力を評価して下さったのだが、その方は県下でバスケの強豪校として知られる学校のバスケ部監督であったため、スポーツ推薦枠でそこに入学させて頂ける事となったのだ。しかし靭帯断裂は紛れもない事実。現役復帰に向けて暗中模索の日々が始まったのである。

早期復帰を目指して靭帯断裂について学習を進めていたが、その怪我がきっかけでリハビリテーション科の方や理学療法士の方々と関わる事が多くなっており、その為か中学生ながらに将来は『怪我を治す人』になりたいと思うようになっていた。自分の靭帯の手術もこうした人たちとの相談の中で、タイミングを見計らって断行し。初めての手術だったが幸い無事に成功。その後約1年間の苦しいリハビリ期間を経てようやく現役復帰を果たすことができた。ひとまずホッとほしたものの、スポーツ推薦をして下さった監督への恩返しを思い、再びバスケ三昧の日々が始まったのだ。強豪校だったため練習はキツく、先輩との上下関係は殊更に厳しかったが、年上の方々の中での立居振舞いなど社会人デビューに向けてのノウハウをしっかりと部活動から学ぶ事ができた事は収穫であったと思う。そしてその厳しい練習の日々は、私たちチームをインターハイ出場へと押し上げてくれた。既に高校3年生になっていたが、これは茨城県の県立高校では実に数十年ぶりの快挙であった。

そんなこんなで慌だしく過ぎて行っった高校生活も終わりに近づいた頃、自分の将来のビジョンに変化が起こっていることに気が付いた。自分自身が怪我を克服し現役でバリバリ活躍することができたからであろうか?『怪我を治す人』になりたいという漠然とした思いは、『怪我を予防させる人』への興味となっており、それはそのうち『人々が健康になるサポートをする人』になりたいという思いへと変わって行っったのだ。そして大学に進学後は、アスレチック・トレーナーになろうと決めて勉学に励むことにした。しかし、その内容と自分の求めるものとのズレが日に日に大きくなり、思ったように勉強がはかどらなくなってしまった。在学中は卒業後の進路が益々あいまいになり、何がしたいのかが全くわからなくなってしまっって迷走状態に陥り、2013年頃だったか深い『挫折感』を経験する。そんなこんなで悶々とする毎日を送っていたある日のこと。転機は突然訪れた。アルバイト先のスポーツクラブにて、キックボクシング・エクササイズの衝撃的なパフォーマンスと出会ったのである。この時のインストラクターが現在の恩師となる方で、この出会いによって私はインストラクターになる事を決意した。

その後2014年にAFAAキックボクシング・エクササイズ・インストラクターのライセンスを取得。翌年2015年には帝京平成大学トレーナー・スポーツ経営コースを無事卒業し、以降フリーランスのインストラクターとして活動を開始した。そして2020年には『一般社団法人ジャパン・フィットネス格闘アーツ協会(JFKA)の格闘系プログラムである『煌伎匠(おおぎのしょう)』の指導者ライセンスを取得。フィットネス業界について何も分からない状態、そしてスタジオレッスンへの参加もゼロの状態、自分自身がレッスン参加者の方々の前に立つという事が今となってはすごい決断だったと思ひ返す時がある。ずっとバスケットボール一筋で他のスポーツをやったことがない上に、全く縁の無かったフィットネス、更には格闘技系エクササイズという未知の世界。JFKAの『煌伎匠』は武道・武術そのものではないものの、その精神を受け継ぐという崇高なる野心のあるプログラム。『煌伎匠』の背景にある【自己陶醉・表現・自身との対峙】を自分の強みにしていく事が重要であると思っている。まだまだ暗中模索中であるとも言えるが、『煌伎匠に命を吹き込み、自分に憑依させ、そのエネルギーが最大限のパフォーマンス表現をするのに心身を任せるのだ。自分の強みは、このいわば『憑依』にあると思っている。まだまだ『煌伎匠』には得られない見えないパワーが在しているのを感じている。そこをどう引き出すかは自分次第なのであり、それが挑戦であり、また楽しさなのだ。2021年より『煌伎匠パフォーマンス・チーム』に加わり、活動の幅も益々広がっているところである。この道を極めるべく精進して行きたい。

◆ 実績・経験 ◆

- ・バスケットボール歴10年
- ・茨城元気計画所属
(地域貢献活動)
- ・某子供向け映画
公開記念イベントMC
- ・公共施設ストレッチDVD
(声の出演)
- ・つくば学院大学
非常勤アシスタント
- ・キックボクシング・エクササイズ
- ・天空大河3年
- ・パーソナル・トレーナー
- ・食事管理
- ・体芯力認定インストラクター

フィットネス界のインフルエンサーになるぞ〜!と頑張ってます☆



毎週楽しく参加します! 師匠譲りの軽快なトークと初心者でも入りやすいトレーニングメニューでアツという間に時間が過ぎます。翌日の筋肉痛がたまりません! 大里さん(50代男性)

【お客様の声】

初めての参加でも楽しめるレッスンです。難しい動きも無理なく続けていけば出来るのかなと思いました。インストラクターさんの説明もわかり安いです。Y・Oさん(40代女性)



◆ 理念・ビジョン ◆

- ・人々の健康を守るヒーローでありたい!
- ・運動が生活の一部となるデイリー・ルーティンの定着を布教して行く。
- ・子供達の習い事に『エクササイズ』という選択肢を増やす!
- ・体型や生活スタイルに満足がいかない人達が笑顔になれるようお手伝い☆
- ・何か自分だけの趣味や熱中できる事を探している人へのアプローチ!
- ・目標を決めて成し遂げた先の達成感をみんなと共に分かち合う!
- ・スキנקアやヘアケア感覚でボディメイクも忘れずに...というメッセージの流布。
- ・格闘技・武道未経験でも自分なりの最高を目指すことを示す!
- ・フィットネスを一つのコミュニティとして活用して人の輪を広げる。
- ・時代の最先端に行く中高生達がエクササイズをもっと身近に感じれる環境を作る!
- ・一番大切なのは、ストレスを発散できる場所の提供! その先頭に立って活動する!