

スポーツクライミング3種目化に伴う2028年ロス五輪へのマイルストーン

安井 博 志 ((公社)日本山岳・スポーツクライミング協会)

1. はじめに — 3種目化の歴史的意義

スポーツクライミング競技は、近年のオリンピック競技の中でも最も急速な進化を遂げている種目の一つです。

東京2020オリンピックでは、リード・ボルダー・スピードの3種目を統合したコンバインド1種目のみで実施されました。この形式は競技の多様性を示すものであり、スポーツクライミングという競技の全体像を世界に示す役割を果たしました。一方で、各種目の専門性を十分に評価する仕組みではなく、選手は専門外種目にも対応する総合力を求められました。

続くパリ2024オリンピックでは、ボルダー&リード(B&L)とスピードの2種目制へ移行しました。これによりスピードは独立種目となり、専門性が一定程度確保されました。しかしながら、リードとボルダーは統合形式であったため、完全な専門分化とは言えない過渡的段階にありました。

そしてロサンゼルス2028オリンピックでは、リード・ボルダー・スピードの完全3種目制が採用されます。これは競技構造上の大きな転換点であり、各種目のスペシャリストが真に評価される舞台が整備されたことを意味します。

3種目制の導入により、メダル数は増加し、出場選手層の拡大が見込まれます。同時に、世界水準の競技力は一層高度化し、各国の強化戦略もより専門的かつ科学的なものへと進化していくことが予想されます。本報告では、その環境変化を踏まえ、日本代表チームの現状分析とロサンゼルス大会に向けた

マイルストーンを整理いたします。

2. 世界ランキングに基づく日本代表の現状分析

国際スポーツクライミング連盟(IFSC)が公表したワールドカップ2025シーズン終了時点のランキングにおいて、日本はリードおよびボルダーの国別ランキングで1位となっています。これは単年度の成果ではなく、複数年にわたる強化施策の積み重ねによる結果です。

(1) ボルダー種目の状況

男子では、安楽宙斗が世界ランキング1位に位置しています。加えて、4位天笠颯太、5位榑崎智亜、6位榑崎明智と、トップ6に4名が入っています。このように、単独の突出した存在に依存するのではなく、複数名が安定的に上位を維持している点が特徴です。



頂点を目指す安楽

女子では、3位中村真緒、5位関川愛音、6位野中生萌が上位に位置しています。若手と経験豊富な選手が混在する構成は、今後の世代交代と競技力維

持の両立という観点でも好ましい状況です。



チームで

(2) リード種目の状況

男子では1位吉田智音、4位安楽宙斗、5位鈴木音生、9位小俣史温と、トップ10に4名が入っています。リード種目は持久力、戦略性、ルート読解力が求められる種目であり、安定した強化体制が成果に直結します。日本は長年にわたりリードを重点強化種目として取り組んできた経緯があり、その成果が現在のランキングに反映されています。



リード吉田智音

女子リードについても、世界大会で安定して決勝進出を果たす選手が育成されており、国際舞台での競争力は維持されています。

(3) スピード種目の状況

スピードでは大政涼が世界ランキング7位に位置しています。スピード種目は、純粋なタイム競技であり、技術の再現性と爆発的パワーが勝敗を分けま

す。近年は世界的に記録更新が進み、競技水準は急速に向上しています。

総じて、日本代表は3種目すべてにおいて世界ランキング10位以内に複数名を擁しており、ロサンゼルス大会に向けて全種目でメダル獲得を目指せる競技力水準にあります。

3. ロサンゼルス2028大会へのマイルストーン

2026年2月にロサンゼルス大会の予選システムが発表されました。

出場枠は以下のとおりです。

- ・リード：男女各12名
- ・ボルダー：男女各12名
- ・スピード：男女各14名

予選対象大会は、

1. 世界選手権大会
2. アジア大陸予選
3. オリンピック予選シリーズ

の3イベントです。

まず国内において日本代表選手として選出されることが前提条件となります。そのうえで、これら国際大会で明確な成果を挙げる必要があります。出場枠は限られており、わずかな失敗が出場権逸失につながる厳しい競争が予想されます。

そのため、年間計画の精度向上、ピークパフォーマンスの時期設定、遠征スケジュールの最適化、栄養管理およびコンディショニングの高度化が不可欠です。また、心理的プレッシャー下でのパフォーマンス維持も重要な要素となります。

日本代表チームは「金メダルを含む複数メダルの獲得」を明確な目標として掲げています。この達成には、競技力のみならず、組織全体のマネジメント能力が問われます。

1. 登山に関する調査研究

4. 強化の方向性

(1) リード・ボルダー種目の強化方針

国内合同トレーニングを定期的実施し、トップ選手同士が相互に刺激を与え合う環境を整備しています。国内の競争環境の質を高めることが、国際大会での優位性につながります。

また、高強度練習に伴う故障リスクへの対応も重要です。フィジカルチェック、可動域評価、筋力バランス測定などを定期的に実施し、怪我の予防と早期対応に努めています。



ボルダー 榑崎智亜

若手育成については、ジュニア世代からの一貫指導体制を強化しています。ベテラン選手の経験と若手の勢いを融合させ、厚みのある代表チームを形成します。

日本スポーツ振興センターの課題解決型アスリート育成パスウェイ構築事業を活用し、国内外合宿や国際大会への派遣を通じて実戦経験を積ませています。

(2) スピード種目の強化方針

スピードは医科学的支援の重要性が極めて高い種目です。国立スポーツ科学センター研究員と連携し、AIを活用した動作分析アプリの開発を進めています。

動作軌道、接地時間、反応速度、重心移動を数値化し、より直線的で無駄のない動作を追求しています。これにより、タイム短縮を科学的に支援します。

さらに、ボルダーとの併用トレーニングにより、瞬発力と身体操作能力の融合を図っています。これ

は日本独自のアプローチとして、国際的競争力向上に寄与すると考えています。



スピード 大政涼

5. 選手の健康管理と持続可能性

競技水準の向上に伴い、トレーニング強度も高まっています。その中で選手の健康管理は最優先事項です。

IFSC が推進するRed's プログラム（低エネルギー問題対策）への対応を強化し、栄養管理、体重管理、心理的ケアを含む包括的サポート体制を整備しています。

競技力向上と健康維持は両立可能であり、長期的視点に立った育成が不可欠です。

6. 総括

ロサンゼルス2028大会における3種目制の導入は、スポーツクライミング競技の成熟を象徴する出来事です。専門性の高度化は避けられず、国際競争は一層激化します。

日本代表は現時点で世界上位の競技力を有していますが、これに満足することなく、強化体制のさらなる高度化を図ります。国内競争力の維持、科学的支援の充実、育成構造の整備、健康管理体制の強化を総合的に推進します。

3種目すべてで世界の頂点を目指すという目標は容易ではありません。しかし、明確なマイルストーンと組織的支援体制のもと、着実に準備を進めてまいります。