



ボクシング教室コーチ

のぐち りゅうじ
野口 隆二さん

元プロボクサー。現在は都内の会社に勤める傍ら、地域でボクシングを教えている。「楽しく、強くなる」をモットーに、ボクシングの魅力を伝え続ける。

ボクシング教室

- 日時 毎週日曜日 午後4時～6時
- 場所 みらい平コミュニティセンター
- 費用 月額2,000円

「楽しく、強くなる」をモットーに

初めに紹介するのは、ボクシング教室だ。毎週日曜日、午後4時からのおおよそ2時間、下は小学生から上は75歳まで、幅広い年齢層のメンバーが集い、元プロボクサーの野口隆二さんの指導の下、トレーニングに励む。

スポーツクラブみらいで2016年からボクシング教室を開き、指導にあたっている野口さんは「ボクシングを通じて地域に貢献したい」と話す。実は野口さん、今回の教室を開く以前は、ボクシングを教えた経験はなかったそう。そのため、「ボクシングを教える練習」として、同じマンションに住む子どもたちを集め、「教える練習」をしたとのこと。その教室



かわた すずむ
川田 進さん

は、今でも続けているようだ。

野口さんはボクシングの魅力「成長がわかりやすいところ。それが楽しい。ストレス発散にもいい」と笑顔で話す。「老若男女問わず楽しめる競技なので、もっとたくさんの人に体験して欲しい」と呼び掛ける。

「生涯現役でいたい」

教室で最年長の川田進さんは今年で75歳。若い頃に少しボクシングの経験がある川田さん。この日も、年齢を全く感じさせないフットワークで、小学生の

参加者のミット打ちの相手をしていった。

長年離れていたボクシングを再びはじめたきっかけは、60歳の時にわずらった「脊柱管狭窄症」。発症した当初は「歩くこともままならなかった」という。そこで、「ダメもと」でボクシングジムに通いはじめたところ、少しずつ症状は改善。体重も20キロ落とし、ボクシングの試合に出られるようになるまで回復した。

川田さんは「生涯現役でいたい。体が動く限りボクシングを続ける」と目を輝かせる。



はせがわ
長谷川さんご家族

夫婦でボクシング教室に参加している長谷川さん夫妻。「みらい平コミセンの近くを散歩していたら、ボクシングをしているのが偶然目に入って」と入会のきっかけを話してくれた。聞けば、奥さんはボクシング経験者。結婚前に5年ほどジムに通っていたそう。ボクシングの魅力を探ねると「相手との駆け引きが楽しい。上達ができるのもうれしい」と笑顔。現在、唯一の女性参加者ということもあり「もっと女性が増えてくれたら」と期待する。