


かながわ
女性の不安・困りごと相談室

家庭や生活上の悩み一人で抱え込まず
相談してみませんか



走る、跳ぶ、登る。それらの基本動作を極め運動能力を高めるフランス発祥のスポーツ、パルクール。日本パルクール界のトップ集団で走り続けているのが朝倉聖さんだ。壁を駆け上り宙に舞う。誰もがあっと息をのむパフォーマンス。2028年ロサンゼルス五輪での種目採用を視野に入れ、日々練習に励む朝倉さんにお話を伺った。

横浜をアーバンスポーツの聖地に

今は都内暮らしですが、横浜生まれ横浜育ちです。パルクールを始めたのは中学生の時。山下公園や赤レンガ倉庫の辺りは、友達とよく練習していた思い出の場所です。先日友人を元町中華街、山下公園、赤レンガ倉庫と案内して、最後はみなとみらいへ。夜景もきれいで楽しい一日でした。ホームタウンなので、街中を歩くだけでリフレッシュします。車で高速を下りると帰ってきたなあ、やっぱり横浜っていいなあ。

横浜は、パルクールやスケートボードなど、アーバンスポーツと親和性が高い街。10年以上前からアーバンスポーツのイベントが開催されているし、つい半年ほど前にもイベントがあり、僕も出場しました。将来横浜がアーバンスポーツの聖地になったら嬉しいです。

体で表現するアート

パルクールを始めたきっかけは、パルクールアスリート・ZENさんこと島田善さんのCMを見たこと。それまで目にしてきた海外の方の動画は、エクストリーム、つまり過激で派手な印象。それに対してZENさんは動きやシルエットの美しさが際立っていて、そのアート性に惹かれました。

僕は当時、人と話すのが苦手で、自分を表現する手段として美術や書道をやっていました。ZENさんの演技を見たことで体で表現する面白さを知り、気づいたら独学で練習を始めていて、何度も動画を見て素直に動きを真似る。例えば物を跳び越える「ヴォルト」という動きは、公園のブランコ周りの柵をいろんな形で跳び越える。物から物へ跳び移る。徐々にステップアップし、もっと高い所からやってみよう、さらには学校の昼休みに砂場で宙返

りの練習も。当時、今よりもっとパルクールの認知度は低く、周りからは変な目で見られていたのかも(笑)。親も「危ないよ」と。本来、僕は褒められて伸びるタイプ。反対されても続けたのはパルクールが初めてでした。

見える景色が変わった

最初は一人だった練習に友達も加わるようになりました。ZENさんに近づきたい一心でひたすら練習。とにかく楽しくて夢中で。高校を卒業しパルクールで生きていくための進路に迷っていたころ、現在所属するパルクール集団「monsterpk crew」の方に声をかけていただき、チームのメンバーに。仕事として3万人目の前でパフォーマンスするなど、チームに入って世界が一変しました。行くところも、出会う人も目に映る景色も。

チームではパルクールの普及活動に力を入れています。そもそもパルクールの発祥は自分自身の精神と肉体を鍛える「カルチャー」。そこから今、スポーツやエンターテインメント、教育に広がっていて、僕が個人で参加している競技はその一部です。

パフォーマンスは絵を描くように

パルクールはすごく自由。体一つで、極端に言えば、何をしてもいい。だからその人の性格、好きなこと、考えていることが写し鏡のようにパフォーマンスに反映され、日常とリンクする。そこが魅力です。例えば点の取り方や動きのチョイス、地域性で言うなら大阪はパチパチいこうぜと攻めのスタイルで、関東はスタイリッシュな感じ。

動きに流行りがあっても僕はトレンドは取って使わず、王道のきれいな動きが好きです。構成を考えるのは絵の描き始めと完成までの行程と似ています。街が紙で、そこに絵



vol.105
ヨコハマ想い

自分を大切に

朝倉聖さん
Asakura sei

1999年横浜市生まれ。2019年ドイツ・シュトゥットガルトにて行われた世界大会で日本人初優勝、続く第1回パルクール日本選手権でフリースタイル王者に輝く。有名アーティストのドームツアー帯同などライブステージやショーなど豊富なパフォーマンス経験を持つ。今後の活躍が最も期待される次世代アスリート。パルクール集団 monsterpk crewメンバー。
Instagram/Twitter @saintkour

を描いていく感覚。技法的な解釈はできないけれどアート性を感じ、なぜか惹かれる絵。そんな絵のようなパフォーマンスを目指しています。

自分を大切に、前だけを見て

危険な競技と思われがちですが、自分の能力の範囲を超えた無謀な挑戦をするのは違うと思っていて、怖いと感じた時はやりません。怪我をしたらその間働けないし、気持ちにもしこりが残る。自分の力量は把握しているので、焦らずに常に自分自身を大切にすることを意識しています。

動きが難しくなるごとに一瞬一瞬の判断が大切で、1センチでも感覚にズレが生じたら怪我に繋がります。食べた物によって翌日

の体調も変わるので食事にも気を配るようになりました。昨日動きすぎた、でもすぐ練習したい。その状態で気持ちだけが先行して動いてしまうと、判断が鈍りやはり怪我に繋がる。だからちゃんと休む。自分を大切にすることはごくシンプルなことですが、それが長く活動することにも、ひいては人生の質にも繋がってくる。

パルクールをもっともっと多くの人に知ってほしい。夢はスター選手になること。普段サッカーを見ない人でも、メッシやロナウドが出ると思えば見たくなる。「朝倉選手が出ているからパルクールを見よう」と思ってもらえるような選手になりたい。僕は卯年。ウサギって後ろに進めない、前進あるのみ。今年も期待しててください!

初心者対象 手結びのきもの着付教室

通常全 8回 12,000円 (1回 1,500円 × 8回) → 受講料 0円



◆カリキュラム◆
ゆかたの着方と半幅帯、普段着の着方、名古屋帯のお太鼓結び、フォーマルの着方、袋帯の二重太鼓結び(全て手結びで行います)
※着物、長襦袢、帯の貸し出し有り(全8回3,500円)

◆開講要項◆
期間/週1回の2ヶ月 (応募者には開講日の1週間前に受講券を送付)
定員/各時間5名
受講料/無料 ※但し教材費として期間中6,900円(税込)必要

教室	3月生		4月生		時間	会場
	コース	開講日	コース	開講日		
横浜	木曜	3/16	月曜	4/10	A・B・C	横浜駅西口 歩4分
銀座	木曜	3/16	月曜	4/10	A・B・C	有楽町駅銀座口 歩5分
新宿	木曜	3/16	火曜	4/11	A・B・C	新宿駅西口 歩5分
池袋	木曜	3/16	月曜	4/10	A・B・C	池袋駅西口 歩4分

A(10:30~12:00)/B(14:00~15:30)/C(19:00~20:30)

<https://www.saikimonogakuin.co.jp/>
0120-073005



彩きもの学院
お申し込みは「ヨコハマよみうり」係へ