



# 夢を実現するために 自転車競技で 世界を目指す！

高校進学と同時に自転車競技を始めた井関文月選手（高松工芸・3年生）。高校1年生の頃から全国大会に出場し、インターハイや国体などで上位入賞を果たすも表彰台の頂点にはあと一歩届かず。そして迎えた高校3年生の2025年シーズンでは、初優勝や3冠を達成。競技を始めてわずか3年足らずでトップ選手へと躍り出た井関選手に、競技の魅力や今後の目標などを聞きました。



## PROFILE

2007年10月14日生まれ。香川県高松市出身の自転車競技選手。小・中学生の頃は陸上とハンドボールに打ち込む。2023年4月、香川県立高松工芸高等学校建築科に入学し、自転車競技を始める。日本自転車競技連盟のジュニア強化指定選手に選ばれており、2025年3月開催の全国選抜大会では初優勝、同年8月開催の選手権大会では3冠に輝く。

※掲載情報は2025年10月時点。



■自転車競技を始めたきっかけ 憧れの選手や影響を受けた人物がいたら教えてください。

小学3・4年生の頃「パン屋になりたい」とお父さんに相談したところ、私の人生設計と一緒に考えてくれました。実はお父さん自身も競輪選手を目指していたことがあり、その経験から「プロの競輪選手になってパン屋の開業資金を集める」という道筋を提案してくれたんです。それで、高校進学と同時に自転車部へ入部し、競技を始めました。高校で建築科を選択したのも、将来パン屋を開業する時に、自分でお店の図面を書けたらいいなと思ったからです。憧れの選手は2人います。1人は岡山県出身で日本代表選手としても活躍する太田海也選手です。走りがカッコよく、ジュニア選手にもフレンドリーに接してくださる姿に、私もそんな選手になりたいと憧れています。もう1人は岩手県出身の中野慎詞選手です。「ジャバントラックカッブ」に出場した際、ポロポロなレースをして落

ち込んでいた私に温かい言葉をかけてくださり、それ以来ずっと大好きな存在です。

■これまでの競技人生の中で1番印象に残った試合（レース）は？

今年3月に出場した全国選抜大会です。大舞台で初優勝を飾ることができ、とても嬉しかったです！予選レースから自分の走りが出てきて、全てに納得のいく内容だったので印象に残っています。その後出場した全日本選手権では、スプリント、ケイリン、1kmTT（タイムトライアル・トラックレース）の3種目で優勝することができました！

■自転車競技の面白いところは？

風を切って走る感覚が楽しいです。慣れなくても、練習すればほど結果がついてくることも、競技の面白さだと思います。

■井関選手の「ストロングポイント」を教えてください。

努力を継続できることです。「継続なくして強くなれない」と考えていて、自主練習もきつくなったり時こそ誰よりも続けられる自信があります。また、ダメージはあまりありませんが、長距離でも粘り強く走れることが長です。お父さんから「努力をすれば報われるんじゃないや、努力をするから報われる」という言葉をもらってから、その言葉を胸に練習に励んでいます。

# 井関 文月

ISEKI FUZUKI  
[自転車競技]



## 素顔を直撃！Q&A

Q1 休日の過ごし方は？

パンが大好きで、『nishipan』や『ばん屋Guuu』に行きます！パンをおともに自宅で映画やドラマを観るのが好きです！

Q2 試合前に必ずするルーティンは？

レース直前は両手を握ったり、心臓に手を当てて「大丈夫!!」と自分に言い聞かせるようにしています。

Q3 勝負メン・ゲン担ぎはある？

タンパク質を控えて炭水化物を摂るようにしています。ドウ糖を蓄えることでパフォーマンスを高めることができます！

Q4 得意科目/苦手科目は？

得意科目は「体育」で、バレーボールが好きです！苦手科目は専門科目で、カタカナの専門用語を覚えるのが苦手です…

Q5 競技以外で挑戦したいことはある？

スカイダイビングに挑戦したいです！以前、家族で行ったテーマパークではバンジージャンプに挑戦しました！

Q6 香川県内で好きな場所は？

空の写真を撮ることが好きなのですが、自宅の近所にあるお気に入りの撮影スポットが好きな場所です。



■応援してくれている人へメッセージをお願いします。

みなさんからの大きな声援が私の力になっています。競技人生を歩むきっかけになったお父さんをはじめ、家族が1番身近で応援してくれているので、家族の期待に応えられるよう頑張りたいと思っています。これからも応援よろしくお願いします！

■普段の練習で大切にしていることは？

練習で大切にしていることは「意識すること」です。例えば、脚で蹴るだけではなく上半身も使うことを意識したり、本番で走るコースをイメージ（意識）してトレーニングすることなどで、意識することを大切にすることで、自分の中で課題が明確になり、改善につなげることが出来ます。また、自転車競技にはさまざまな種目がありますが、私の専門はケイリン、スプリント、1kmTT（タイムトライアル・トラックレース）です。ケイリンやスプリントでは2人または5〜6人で競うので、一緒に走る相手を分析することも重要です。

■現在の目標と、高校卒業後の夢や目標を教えてください。

現時点での最終目標はパン屋を開くことです。いま高校3年生なので、卒業後は日本競輪選手養成所に入所し、オリンピック出場を目指すチームに入ることを目標としています。3年後の2028年に開催されるロスオリンピック出

Kagawaまんでがんスポーツ

公益財団法人 香川県スポーツ協会  
香川県教育委員会事務局保健体育課



Instagram



YouTube