

レスリング男子フリースタイル65Kg級日本代表

清岡幸太郎 選手

最高の声援を 足立区から届けよう！

アジア競技大会 パブリックビューイング開催決定！

足立区の企業に所属している清岡幸太郎選手が
日本代表としてアジアの頂点に挑みます。
清岡選手が挑む大一番を会場から応援できればと思います。



清岡幸太郎 選手

戦歴

2024年 パリオリンピック金メダル
2025年 全日本選手権（明治杯）優勝
2025年 全日本選手権（天皇杯）優勝
2026年 全日本選手権（明治杯）優勝

メディア出演等

所属企業
株式会社カクシンライフ（カクシングループ）
2024年 フジテレビ ジャンクSPORTS
2025年 日本テレビ 有吉ゼミ 2時間SP

 **2026年10月2日(金)**

 **17:30 開場 18:00 イベント開始**

 **足立区役所 本庁舎中央館2階 庁舎ホール**

 **入場無料 | 事前申込特典あり！**



**事前申し込みはこちら
(定員50名)**



代表者の方が、ご家族、
ご友人の方をまとめてお申込み
いただけます。

**申込締切
2026年9月23日(水)**

来場者プレゼント

- ・清岡選手の名前入りタオル
(事前申込(抽選)50名/当日先着50名)
- ・応援用スティックバルーン
(無くなり次第終了)

レスリングを初めて見る方も大歓迎

当日は、清岡選手をサポートする専門家が、
ルールや見どころを分かりやすく解説します。
応援グッズもご用意しておりますので、
手ぶらでお越しください！



お問い合わせ

足立区役所
スポーツ振興課振興係
TEL: 03 - 3880 - 5826
E-mail: sports@city.adachi.tokyo.jp

大会当日は先着150名まで事前予約なしでご来場いただけます

*競技および放映時間は、当日の進行状況により変更となる場合があります。
*今回のイベントは事前申込制です。定員に達した場合は申込締切前に受付を終了する場合があります
*お申込後に参加できなくなった場合は、お問合せ先までご連絡ください
*当日は会場内で写真・動画の撮影を行います。撮影・掲載を希望されない方は、事前に運営事務局までお申し出ください。

はじめてでもわかる！ レスリング観戦ガイド



清岡選手が戦うのは、レスリング男子フリースタイルの65Kg級。
スピード感のあるタックルと、一瞬で形勢が変わる駆け引きが見どころです。
まずはこのページのポイントだけ知っておけば、初めてでも試合が楽しめます。

1. フリースタイルって何？



脚への攻撃もOKのレスリングです。
相手を倒したり、背中をマットに
向けたりして得点を重ねます。
タックル、返し技、投げなど、
攻守が激しく入れ替わるのが
魅力です。

2. どうなったら勝ち？



- ① フォール
相手の両肩をマットにつけると、
その場で勝利です。
- ② ポイント勝ち
試合終了時に、得点が多い選手の
勝ちです。
- ③ テクニカルスペリオリティー
10点差が付いた時点で勝利です。

試合時間：3分×2ピリオド

3. ポイントの入り方



- 1点 相手を場外に出したとき
- 2点 タックルで倒したとき /
相手の背中をマットの方向
に向けたとき
- 4点～ 大きな投げ技を決めたとき

細かな得点の条件はありますが、まずは「倒す」
「背中を向ける」「大技を決める」と得点になりやすい、
と覚えてください！

4. ここを見れば面白い！



タックルの入り
一瞬のスピードで相手の脚を狙います。
試合が大きく動く場面です。



攻守の入れ替え
攻めた選手が、逆に返されて失点する
こともあります。数秒で流れが変わります。



最後まで逆転がある
レスリングは一瞬で点差が変わる競技です。
試合終了まで目が離せません。

5. 清岡選手のここに注目！



積極的に仕掛ける攻撃 チャンスを見逃さず、自分から攻める姿勢が魅力です。

**相手を見て組み立てる
試合運び** 力だけでなく、相手の動きを読みながら戦う駆け引きにも注目です。

**一瞬を得点につなげる
集中力** わずかな隙を逃さず、得点へ結びつける勝負強さも見どころです。



当日も安心！

会場では、清岡選手をサポートする専門家が
ルールや見どころをわかりやすく解説します。
初めての方も、是非お気軽にご参加ください！

