

相撲を楽しもう！超初心者号

# DOS-KOI

magazine

土俵編

テレビの解説が  
ちょっと理解できる  
頻出用語集



# 気軽に相撲を楽しもう！



時代錯誤のチョンマゲ姿で

生尻もあらわに裸のデブが押し合いへし合い。

それに「伝統」「国技」などといってちょっととっつきにくいイメージも…

しかしさにあらず、相撲は日本が誇る一大エンタテインメントなのです！

大相撲中継から目が離せなくなる、相撲を楽しむコツをお教えします。

## 力士は案外忙しい

相撲は年に6回(1月・5月・9月の東京、3月の大阪、7月の名古屋、11月の九州)15日間ずつ行われる「本場所」と、地方自治体などが誘致・開催する「地方巡業」(今年はなんとジャカルタ場所もあるようです!)とがあります。

もちろん毎日激しい稽古に励みつつ、各種イベントや講演会、テレビ出演なども精力的にこなす力士たちは、案外ハードスケジュールのなかで暮らしているのです。

## 力士はただのデブにあらず！

力士たちのことを「自墮落に脂肪のついた、わりと動けるデブ」だと思いませんか？ 彼らは見た感じ太って見えますが(中には本当のデブもいる)、実はあれはほとんどが筋肉。白鵬は153kgの体重のうち115kgほどが筋肉だそうです。つまり力士は他のアスリートとは筋肉のつき方が違い、筋肉のまわりに適度な脂肪の層があるので太って見えるのです。相撲の見どころの一つに「立合い」という強烈なぶつかり合いがありますが、この時の力士の体には実に1トンもの衝撃が加わっています。もし一般人が同じ状況になればダンブカーにはねられたようにはじきとばされ、骨折は免れないでしょう。力士は大きく柔らかかな体でその衝撃を吸収し、強靱な肉体で相手を受け止めているのです。

## 相撲のルールはとっても簡単

相撲のルールはいたって簡単。土俵の外に出てしまえば負け、または土俵の中で足の裏以外の身体の部分が床についてしまえば負けです。

いかに相手のバランスを崩すかが、勝敗のカギなのです。

## 攻め方には3つのタイプがある

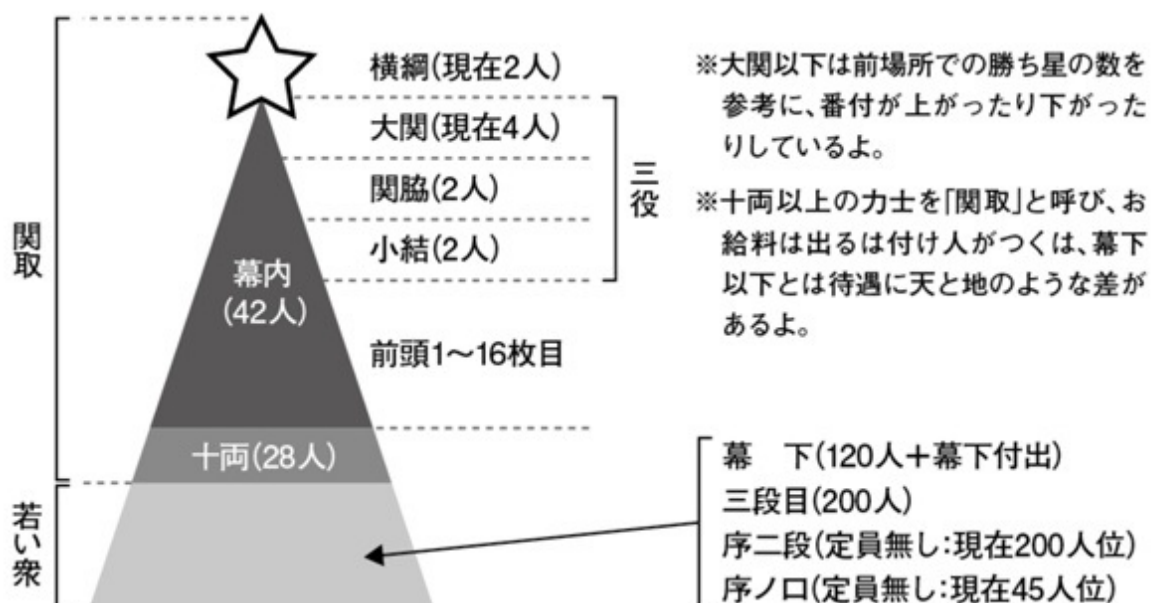
力士たちにはそれぞれ自分の得意な攻め方があります。相撲の世界では、攻め方は「前に出る相撲」「四つ相撲」「食い下がる相撲」と、大きく3つのタイプ(取り口という)に分類されます。中には複数の取り口を得意とする力士もいます。

- 前に出る相撲タイプ** 徹底して押しまたは寄りで勝負するタイプ。  
決まり手に「寄り切り」が多くなります。
- 四つ相撲タイプ** 相手としっかり組み合うタイプ。胸を合わせて攻めます。
- 食い下がり相撲タイプ** 相手の前みつを取って胸に頭をつけ、しぶとく食い下がって勝機を伺います。小兵の力士に多く見られるタイプです。

各力士は相手の取り口を十分研究しあうので一筋縄ではいきません。  
力士同士の主導権争いも相撲の醍醐味の一つです。

## 相撲の世界は弱肉強食

15日間(幕下以下は7日間)の成績が翌場所に反映されるため、「番付は生きもの」とも言われています。力士は番付によって順列がつけられ、番付が違えば服装の規定や生活などその待遇が大きく変わります。彼らにとっては勝敗がすべてであり、安定や保証といったものはありません。私たちがふだんテレビで目にしている「おすもうさん」たちは、実はものすごくシビアな世界を生きている歴戦の勇士たちだったのです。



# よくある決まり手

「決まり手」とは勝敗が決した際の技のこと。中にはめったに出ない技も…頻出の決まり手をいくつかご紹介しましょう。

## 寄り切り よりきり

まわしを取った状態で、土俵の外へ出す。



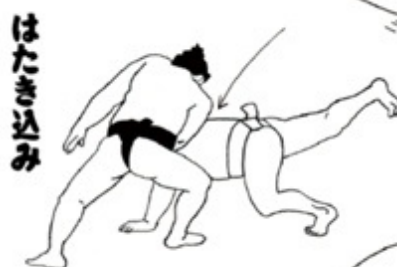
## 押し出し おしだし

手で相手の体を押して土俵の外に出す。



## はたき込み はたきこみ

下がりながら相手をはたいて下に落とす。



## 上手投げ うわてなげ

上手を取った腕で相手を投げる。



## 反則技

土俵の中でやりたい放題やっているわけではありません。正々堂々と戦うためにもいくつかの反則となる技があります。

## 殴る・蹴る・突く

これでは普通の喧嘩になってしまいます。ひっぱたく(張り手)のはアリ。

## 鬪つかみ まげつかみ

力士の命ともいえるちょんまげをつかむは卑怯者。しかし一生懸命戦っているとたまたまちょんまげに手が当たってしまうことも多々あり、一場所で一回は発生する反則技です。

## 不浄負け ふじょうまけ

まわしがとれて産まれたままの姿になってしまったとき。「もろ出し」ではありません。

# 相撲用語集

相撲の世界には、独特の言い回しや業界用語が多く見られます。  
テレビでもよく耳にする用語をご説明します。

## **上手・下手** うわて・したて

組み合った時に、相手の腕の上にある腕のこと。右腕なら「右上手(みぎうわて)」、左腕なら「左上手(ひだりうわて)」。下手は相手の腕のしたにある腕のこと。まわしを取ると、「上手を取る」「下手を取る」という表現になります。

## **もろ差し** もろざし

両腕が下手(したて)になった状態。通常は有利な体勢だが、小柄な力士の場合は大きな相手に外から抱え込まれて動きが封じられるリスクもあります。

## **四つ・四つに組む** よつ・よつにくむ

両者が右または左を差しして、五分に組み合う体勢のこと。互いに右腕が下手になり、左腕が上手になった状態が「右四つ」。左腕が下手で右腕が上手であれば「左四つ」となります。力士によって右四つ、左四つと得意があるので、どうやって自分の形に持っていか、相手がそれをどう防ぐかに注目するのも勝負の見方のひとつです。互いの得意の差し手が右と右など同じ場合は「相四つ」、得意の差し手が違う場合は「けんか四つ」と呼び、差し手争いが生まれる可能性も。

## **がぶる** がぶる

四つに組んで、相手を上下に揺ること。相手の体が浮き上がり、自分の重心が下がるという効果があります。また、がぶって寄ることを「がぶり寄り」といいます。

## **おっつけ** おっつけ

相手の差し手の肘のあたりに外側から手をあてがい、下から上へ押し上げる動作。相手の攻撃を防ぎながら、押しや寄りを有効にする方法です。

## **立合い変化** たちあいへんか

立合いでぶつかり合う瞬間に体を左右にかわすことで相手の体勢を崩させて勝負を決める戦法です。あまりやりすぎると卑怯者の烙印が押され、批判の対象に…。

## お関取 おせきとり

**横綱**  
横綱とは本来この網のこと。きやらこの中に麻がはいっている。網は一門の力士や世話人などが総出で作る。網の結び方は雲竜型と不知火型とがあり、現在の横綱は2人とも不知火型。

メジャーなのは雲竜型。



### 化粧まわし

母校や後援会、スポンサーなどからの贈り物。個人名での寄贈もあり。値段は100万～2千万。



### 大銀杏

関取になると結える。びんつけ油という特殊な整髪料を使う。洗い流すのにシャンプー1本分くらい必要。

### まわし

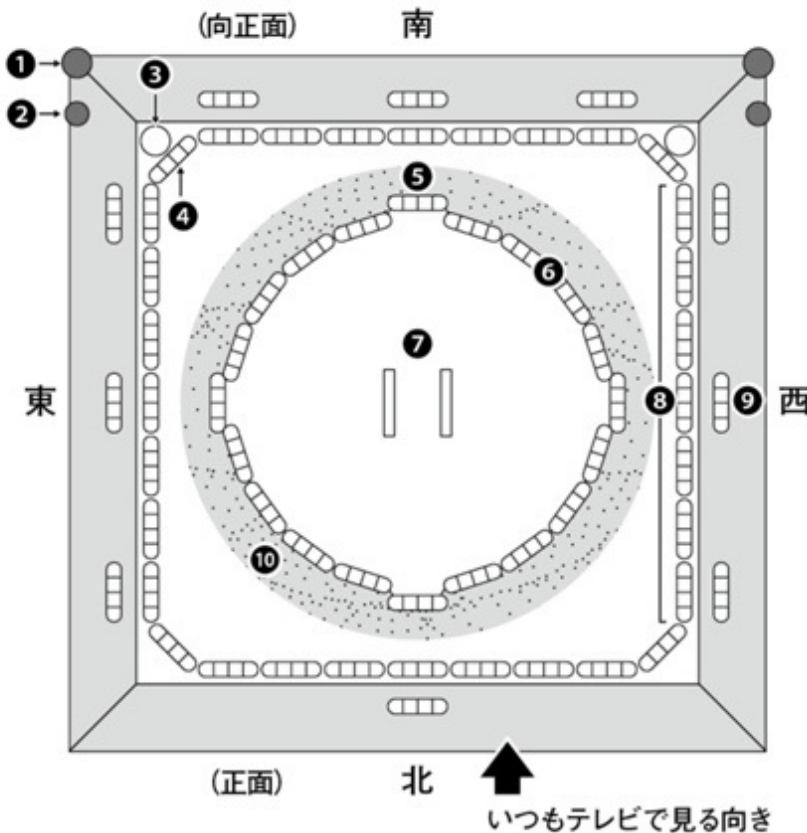
シルク製。お腹の辺りを「前みつ」、サイドを「横みつ」という。みつは漢字で「褌」。

### さがり

取り外し可能。17本前後の奇数本ある。

## 土俵 どひょう

土俵の直径は4m55cmあり、場所前に呼び出しが手作業で作ります。完成すると土俵祭りが行われ、安全と興行の成功、五穀豊穡などを祈念します。



### ① 水桶

勝った力士が次の取組みの力士に力水を渡す。暑いときはここに氷も入る。

### ② 力水と力紙を捨てる所

### ③ 清めの塩

伯方の塩。

### ④ あげ俵

### ⑤ 徳俵

もともとは野外相撲時代の雨水の吐き出口。

### ⑥ 勝負俵

### ⑦ 仕切り線

エナメルで塗られている。

### ⑧ 角俵

### ⑨ 上がり段(踏み俵)

### ⑩ 蛇の目の砂

足の出た跡を確認する。

# 土俵上の所作

## ①花道から入場

自分の取組みの二つ前の取組みが始まる時に入場する。

## ②土俵へ上がる

呼び出しが自分の四股名を呼んだら、土俵に上がり礼をする。



## ③四股をふむ(1回め)

向正面土俵の角へ移動して花道の方を向き、拍手を打って四股を踏む。

## ④力水をつけてもらう

## ⑤塩をまく(1回め)

## ⑥そんきょ

力士の基本姿勢のひとつ。相手を敬う所作。



## ⑦塵を切る



その昔、相撲を野外で行っていた時に草で手を清めていたのを簡略化したもの。また、武器を隠していないことを示している。

## ⑧塩をまく(2回め)



## ⑨四股をふむ(2回め)

今度は仕切り線の後ろで相手と向き合った形で四股を踏む。

## ⑩そんきょ

## ⑪仕切り



## ⑫塩→そんきょ→仕切り

この動作を繰り返す。(3回めくらいで立合い)

## ⑬制限時間(幕内4分 十両3分)

1向正面に座っている時計係の審判が手を挙げて知らせる。

2それを見た行司が頷く。

3これを受けて呼び出しが立ち上がり、力士にタオルを渡す。(タオルが合図)

## ⑭立合い

# 一日の流れ



※取組み開始時間などのスケジュールは日

# 国技館へ行く!

104 がい

両国国技館は  
JR両国駅  
西口を出た  
目の前にある  
んだ

大江戸線  
からも  
来られるよ



往年の  
名力士たちが  
もぎりを  
してくれる!

誰?



近い!  
力士たちの  
場所入りも  
見られるよ!

△開  
がぼん!

10年前

相撲部屋  
特製ちゃんこ



ホカ  
ホカ  
（売り切れ  
必至）

閑取  
監修  
弁当



国技館名物  
やきとり



etc...

そして土俵は

意外と

近い!



撤収も  
けっこう早い。

早くお片付け



おんがいが出ないは!

おしまい

カシチョコ