

YouTube

日本競輪選手養成所　WEBサイト
https://keirin-jik.jp/

日本競輪選手養成所

〒410-2402　静岡県伊豆市大野1827

JKAは、競輪とオートレースの売上を、機械工業の振興や社会福祉等に役立てています。

Japan Institute of KEIRIN

KEIRIN



日本競輪選手養成所

Japan Institute of KEIRIN

高い理念と確かな指導で
世界でも通用するプロ競輪選手を育成。

日本競輪選手養成所は豊かな自然と森に囲まれた伊豆半島の中央に位置し、最新の設備と練習環境を有する、日本で唯一の競輪選手養成機関です。克己・誠実・親和を基本方針として、心身ともに健やかなプロフェッショナルアスリートに必要な技能・知識を身に付け、立派な社会人として必要な人格と良識を養成しています。ここで行われる約1年間の養成は、学科・実科・特別養成活動の3本柱により構成され、常に最新の理論を取り入れて、効果的な養成を目指しています。

在籍中は厳しい訓練と規則正しい生活を通じて、競輪選手として必要な基礎を身に着けるとともに、一人前の社会人に相応しい人格を磨きます。

日本競輪選手養成所の歴史

昭和25年	9月	東京都北多摩郡調布町（現調布市）に日本サイクリストセンターとして開設
	9月	男女既登録選手の再訓練を開始
昭和26年	8月	選手の養成教育を開始
		第1回候補生135名入所
昭和30年	4月	日本競輪学校と改称。校旗を制定
昭和43年	7月	静岡県田方郡修善寺町字大野（桑木嵯峨）1827に移転開校
	7月	養成期間8ヶ月とする
昭和44年	11月	高松宮・同妃殿下来校
昭和46年	4月	養成期間10ヶ月へ
	10月	上・下級生同時養成を開始
昭和48年	4月	養成期間12ヶ月へ
昭和51年	4月	適性試験合格者の入所開始
昭和58年	5月	養成期間技能10ヶ月、適性12ヶ月へ
平成3年	12月	生徒宿舎竣工
平成11年	8月	特別選抜入学試験を採用
平成12年	5月	上・下級生同時養成を中止
平成14年	12月	校舎棟耐震補強工事竣工
平成22年	4月	第23代校長に瀧澤正光就任
平成23年	5月	女子第1回生候補生（第102回生）35名入学
令和元年	5月	日本競輪選手養成所と改称
令和元年	7月	JKA250（屋内型木製ピスト）竣工
令和元年	12月	117回生（男子）2名が史上初の早期卒業

ご挨拶



日本競輪選手養成所 所長
瀧澤正光

日本競輪選手養成所は、1950年に日本サイクリストセンターとして開設しました。その後、70年あまりの歴史を経て、数々の名選手を生みだしています。当然、現役選手だった私も日本競輪選手養成所で育てられたひとり。みなさんの先輩にあたります。ここで競輪の先輩として、人生の先輩として、私がみなさんに伝えたいのは、たったひとつのことです。

それは「努力」を惜しまないということ。当たり前のことのように聞こえるかもしれませんが、プロアスリートとして、これが最も大切なことだと私は信じています。努力なくして成功した選手を私は知りません。競輪はペダルをこぐという単純なものだから、流した汗の多い人が勝つ。そう信じて、努力を続ける。練習して、強くなる。それが競輪という競技の真理です。だから自転車の経験がなくても、すべてはこれからの努力次第。競輪は意欲あるスポーツ選手達をいつでもお待ちしています。



広大な敷地に充実した施設の数々。
選手になる上で能力を最大限高めることができる万全の環境。

標高300mほどの緑に囲まれた丘陵地には、選手養成に最善な設備が整っています。

選手候補生専用のピスト、周回サーキットコース、登坂走路、水平走路、体育館、能力測定室、自転車整備室等に加え、隣接するサイクルスポーツセンターの施設も活用して、万全な体制で未来の競輪選手を養成します。

また2019年7月にはJKA250が完成し、世界でも活躍することができる競輪選手の養成にも力を入れています。

施設概要

敷地面積／約50, 000坪（165, 000平方メートル）

養成施設／●講堂、体育館●自転車整備室
●屋内ローラー練習場●北400ピスト●JKA400
●333ピスト●JKA250●伊豆ベロドローム
●登坂走路●水平走路●1KmCC●3KmCC
●選手候補生宿舎●第1格納庫（女子）
●第2格納庫（男子）●能力測定室 等

JKA250
JAPAN KEIRIN AUTORACE FOUNDATION VELODROME



▲JKA250 外観


▲JKA250 内観

訓練施設紹介


▲選手候補生宿舎


▲JKA400


▲講堂

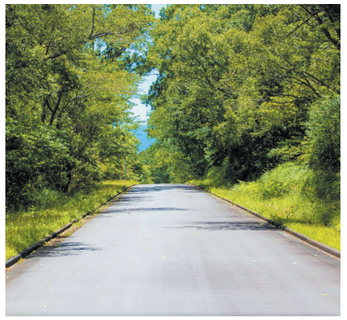

▲333mピスト


▲ローラー場

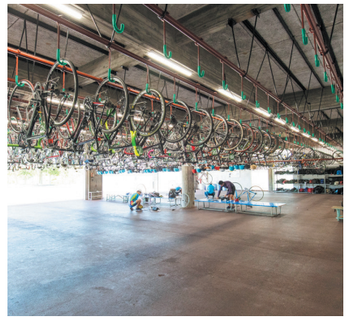

▲自転車整備室


▲視聴覚教室


▲体育館


▲1kmcc


▲能力測定室


▲格納庫


▲教室

訓練の様子









生活の様子




1日のスケジュール[例]

6:30	起床	
6:45	点呼	
6:50-7:10	錬成	
7:10-7:30	清掃	
7:30-8:05	朝食	
9:00	課業整列	
9:05-9:45	第1時限	主に学科実施
9:55-10:35	第2時限	
10:45-11:25	第3時限	
11:25-12:05	昼食	
12:05-12:45	訓練準備時間	
12:50	課業整列	
12:55-13:35	第4時限	主に実科訓練実施
13:45-14:25	第5時限	
14:35-15:15	第6時限	
15:25-16:05	第7時限	
16:15-16:55	第8時限	
17:00-19:00	入浴	
17:45-18:45	夕食	
19:15-19:45	自習	
19:45-20:55	自由時間	
21:00	点呼	
22:00	消灯	

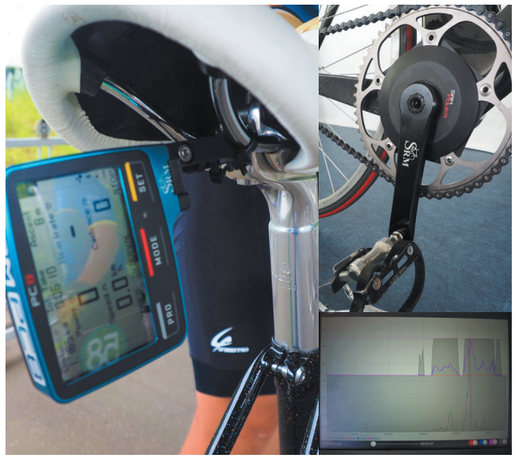


年間のスケジュール[例]

4月	事前研修
5月	入所式
入所直後期（5月頃）	第1回卒業認定考査（実科）
	第1回記録会
6月	宝輪観音祭
8月	夏季帰省
中間期（9月頃）	第2回卒業認定考査（実科・学科・人物・身体）
	第2回記録会
10月頃	耐久訓練
11月中旬	第1回トーナメント競走
12月下旬	早期卒業
年末年始	冬季帰省
1月上旬	参加実習
1月下旬	展示訓練
2月	第2回トーナメント競走
卒業直前期（2月頃）	第3回卒業認定考査（実科・学科・人物）
	第3回記録会
3月	選手資格検定
	卒業記念レース
	卒業式



科学的トレーニングの推進



◎短距離ナショナルチームのトレーニング理論を適用した訓練の拡充
◎トレーニング中の走行データ等を解析できる訓練機材の導入
◎選手候補生が自主的にトレーニングできるよう『自主トレーニング用マニュアル』を作成
◎科学的サポートができるよう教官研修を実施

映像での確認



◎訓練時の走行フォームをタブレット端末などで確認可能
◎映像を確認しながら的確な指導が可能
◎競走訓練の映像もその日のうちに確認可能

学科講義の拡充



◎専門家によるメンタルトレーニングの授業に合わせ、選手候補生が自ら行うセルフマネジメントの強化
◎お客様相談室に寄せられる「お客様の生の声」を教材にした授業の導入
◎プロ選手として適切な情報発信ができるよう、インタビュー形式の授業の導入
◎リスクマネジメント能力を身に付けるため、SNS等の使用方法に関する授業の導入
◎海外選手とも必要なコミュニケーションが取れるよう、英会話授業の導入

栄養管理された食事の提供



◎管理栄養士により毎食、摂取カロリー・栄養価を計算した食事を提供
◎朝、昼、夜と生活、訓練内容に合わせた食事内容
◎デビューしてからの食事指導も実施

報奨金制度

年3回の各記録会の成績により帽色が振り分けられ、帽色に応じた報奨金が与えられます。

金帽：スピード、持久力が特に優れている者
白帽：スピード、持久力が優れている者
黒帽：スピードはあるが持久力に劣る者
赤帽：持久力はあるがスピードに劣る者
青帽：スピード、持久力が劣る者





① 帽色「金」（通称 ゴールデンキャップ）
獲得1回あたり20万円を支給する

② 帽色「白」
獲得1回あたり10万円を支給する

③ (1) 帽色「青」獲得1回
⇒ 支給額の総額が半額となる
第1回記録会　第2回記録会　第3回記録会
例）（白）（白）（青）
⇒ 20万円 × 1／2 ＝ 10万円 支給

(2) 帽色「青」獲得2回
⇒ 支給額の総額が4分の1となる
第1回記録会　第2回記録会　第3回記録会
例）（白）（青）（青）
⇒ 10万円 × 1／4 ＝ 2万5千円 支給

年間全3回の記録会において

全て帽色「金」
⇒ 100万円をボーナス支給する
※20万円×3+100万円=160万円支給

帽色「金」1回以上、それ以外は全て帽色「白」
※順不同
⇒ 30万円をボーナス支給する
※20万円×1+10万円×2+30万円=70万円支給

全て帽色「白」
⇒ 10万円をボーナス支給する
※10万円×3+10万円=40万円支給

早期卒業制度

入所直後期（5月）、あるいは中間期（9月）に実施する卒業認定記録会において最優秀の金帽（ゴールデンキャップ）を獲得し、かつ養成所が定める基準タイムをクリアした者が早期卒業候補者となります。

早期卒業候補者になると、別カリキュラムを履修することとなり、養成所が定める所定の基準をクリアすれば12月卒業（通常は翌年3月卒業）となります。

1月にプロデビューすることは、お客様やメディアから注目を浴びることとなり、さらにレースで活躍することで競輪界に大きく貢献できる可能性があります。

高い志を持ち、次世代の競輪界をリードしていくような人材を日本競輪選手養成所はお待ちしています。

2019年度では、男子候補生2名が早期卒業し、デビュー後すぐに活躍をしています。



北井 佑季



競輪選手を目指そうと思ったきっかけ・理由



サッカー選手を引退し、今までの経験を活かしできることはなにかと考えた結果が競輪選手でした。他の競技から転向してきた方でも、一流選手として活躍できるチャンスがあるのも魅力の一つでした。

養成所での生活について

選手候補生に合わせた科学的トレーニングが導入されており、全体訓練での足りないところを補う自主訓練の時間もしっかり確保されています。通信機器が使えず、不便なように思えますが、その分自分と向き合う時間が増え、日々成長することができます。私は、瀧澤所長から直接ご指導頂ける「T教場」におりましたが、そこで競輪選手としても人としても大切なことを学ぶことができました。

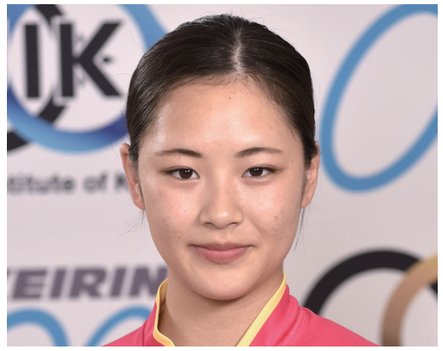
次回生に向けて、先輩としてのメッセージ

「努力」が結果として表れやすいのが、競輪だと思います。それぞれの目標へ向かって頑張ってください。

入所試験までの1日の練習スケジュール

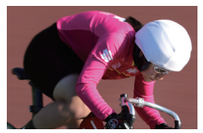
4:00	起床・朝食・練習の準備
5:30	朝食
10:00	練習(バンクで周回、スタンディング、ダッシュ練習)
11:00	昼食
13:00	練習(街道トレーニング)130km/5時間
18:00	軽食
18:30	練習(電動ローラー)60km
20:00	移動
20:30	練習(ジムでのウエイトトレーニング)
22:30	帰宅、入浴、夕食
23:30	ストレッチ
24:00	就寝

本多 優



競輪選手を目指そうと思ったきっかけ・理由

元々、高校でスピードスケートをやっていて、2年生の時に進路に悩んでいる時に顧問の先生に紹介されたのがきっかけです。そこで、初めて競輪という存在を知って興味を持ちました。それから、ガールズサマーキャンプに参加したり、実際にガールズケイリンを見て、自分でもやってみたいという気持ちになって目指そうと思いました。



養成所での生活について

設備が整っており、練習に集中して取り組むことができます。また、ルールや時間に厳しい生活ですが、プロの競輪選手になる為に必要なことを、色々なところで学ぶことができます。

次回生に向けて、先輩としてのメッセージ

とても厳しい道ではあるけれど、たくさん努力して挑戦してみればいつか目標に届くと思うので、自分自身が後悔しないように一日一日を過ごしてください。

入所試験までの1日の練習スケジュール

7:00	起床
7:30	朝食
8:00	高校に移動
8:30	授業
12:00	昼食
13:00	SPI対策
14:00	面接練習
15:00	練習/(ウエイト、ワットバイク、3本ローラーで二次試験対策)
19:00	帰宅
19:30	夕食
20:00	入浴
21:00	ストレッチ
22:00	SPI対策
23:00	就寝

窪木 一茂



競輪選手を目指そうと思ったきっかけ・理由

昨今の日本短距離代表チームのトレーニング事情や結果を目の当たりにし、日本競輪選手養成所で再度トラックレーサーとして学ぶことはこれからの自分に対してものすごく有益なものと感じて志願しました。努力の分だけ稼ぐことができるやりがいのある、息の長く続けられるプロスポーツは競輪だと思いました。



養成所での生活について

生活規則に慣れてくるまでが辛いと思います。2ヵ月間も経てば、同回生との絆も深まり、訓練や自由時間においてもより一層充実してきますよ。食事の栄養管理もバッチリ、最新鋭のトレーニングも行うことができ、存分に自転車へと打ち込めています。

次回生に向けて、先輩としてのメッセージ

なぜ、ここでは厳しい規則がある生活を経験することが必要なのかを、養成所で学んでいく中で理解し、納得することができました。他の人には無く、もしあなたが競輪選手を目指せる環境、又はチャンスがあるならば、一度「挑戦」をしてみてください。

入所試験までの1日の練習スケジュール

7:20	起床、食事
8:40	ファンクショナルトレーニング(体幹のみ、約20分間)
9:00	街道ビストトレーニング(90km、4時間)、途中に登坂150mのダッシュ4本 後半に1分もがきを3本、15分レスト。ラスト10分は、リカバリー走。
13:30	入浴
14:15	昼食
15:30	リカバリーのため、20分～30分程度昼寝。
16:00	体幹トレーニングからスタートし、 レッグプレス等のウエイトトレーニングを行う。
19:00	夕食
20:00	入浴
20:45	翌日の練習メニュー確認。ストレッチ、柔軟等のケアを行う。
22:30	自由時間
22:45	就寝

飯田 風音



競輪選手を目指そうと思ったきっかけ・理由

幼い頃から、競輪選手である父の姿を見てきて、競輪に興味を持っていました。また、高校から自転車競技部に入部し、より一層競輪の魅力に惹かれ、競輪選手になりたいと思いました。



養成所での生活について

最初のうちは、養成所の厳しいルールや時間、生活に戸惑い苦労しました。しかし、訓練・自転車に集中できる設備や環境で毎日トレーニングに取り組むことができ、同期の仲間と切磋琢磨し、とても充実した生活を送っています。

次回生に向けて、先輩としてのメッセージ

競輪選手はスポーツが好きな人、自転車が好きな人にはピッタリで、好きな事を仕事にできるのでやりがいがあると思います。無駄な時間を過ごすことなく、一日一日を大切に全力で頑張ってください。

入所試験までの1日の練習スケジュール

7:00	起床
7:30	朝食
8:30	練習(バンクにおいて、周回、複数でのもがき。)
13:00	昼食
15:00	練習(ウエイト、ローラー)
18:00	帰宅
19:00	夕食
20:00	入浴
21:00	自由時間
23:00	就寝

応募資格

◎ 満17歳以上（入所する年度の4月1日時点）であること。 ◎ 日本国内に居住する者であること。
◎「募集要項3.応募資格（3）」の事項に該当しない者であること。

一般試験

技能試験	**自転車競技経験者はこちらで受験** 1次試験：200m・1000m（女子は500m）の測定 2次試験：身体検査・人物考査（口頭試問、適性試験、受験態度等）を実施
適性試験	**自転車競技未経験者はこちらで受験** 1次試験：跳躍高・背筋力・柔軟性を測定。 2次試験：固定式自転車による走行能力測定（最大パワー・最大回転数・平均パワー） 身体検査・人物考査（口頭試問、適性試験、受験態度等）を実施

〈合格倍率〉

	試験区分	1次試験倍率	2次試験倍率
男子（121回生）	技能試験	3.92	1.20
	適性試験	3.72	3.60
男子（119回生）	技能試験	3.43	1.24
	適性試験	3.73	5.00
男子（117回生）	技能試験	3.10	1.24
	適性試験	3.29	5.25

〈合格倍率〉

	試験区分	1次試験倍率	2次試験倍率
女子（122回生）	技能試験	1.76	1.31
	適性試験	2.00	1.60
女子（120回生）	技能試験	1.67	1.50
	適性試験	1.33	1.29
女子（118回生）	技能試験	1.26	1.27
	適性試験	1.27	2.20

特別選抜試験

スポーツ競技において世界レベルの実績がある人が対象

①オリンピック大会に出場し、本財団が特に認めた成績を収めた者
②世界選手権競技大会に出場し、1位から8位の成績を収めた者。自転車競技以外の競技については、本財団が認めた大会であること
③ワールドカップ大会あるいはそれに類する大会に出場して、1位から3位の成績を収めた者。
自転車競技以外の競技については、本財団が認めた大会であること
上記の3つのうち1つに該当する者。

回生	氏名	登録府県	選抜理由	最高級班
88回	タケダ トヨキ 武田 豊樹	茨城	2002年ソルトレークシティ五輪 スピードスケート500m 8位入賞	SS
88回	オオモリ ケイイチ 大森 慶一	北海道	世界自転車競技センターにおける訓練受講	S1
88回	ナガイ キヨフミ 永井 清史	岐阜	世界自転車競技センターにおける訓練受講	SS
90回	キタツル ツバサ 北津留 翼	福岡	世界自転車競技センターにおける訓練受講	S1
91回	シバサキ アツシ 柴崎 淳	三重	世界自転車競技センターにおける訓練受講	S1
92回	ウシヤマ タカヒロ 牛山 貴広	茨城	2005世界オールラウンド スピードスケート選手権大会 男子500m優勝	S1
117回	ハラ ダイチ 原 大智	宮城	2018年平昌五輪 フリースタイル競技 モーグル種目 3位	A3
119回	クボキ カズシゲ 窪木 一茂	福島	2016年リオ五輪 オムニアム 14位	A3
121回	チカタニ リョウ 近谷 涼	富山（予定）	2017年12月UCIトラックワールドカップ第4戦 チームパシュート 2位	在籍中
121回	イチマル ショウゴ 一丸 尚伍	大分（予定）	2017年12月UCIトラックワールドカップ第4戦 チームパシュート 2位	在籍中

2021年5月現在

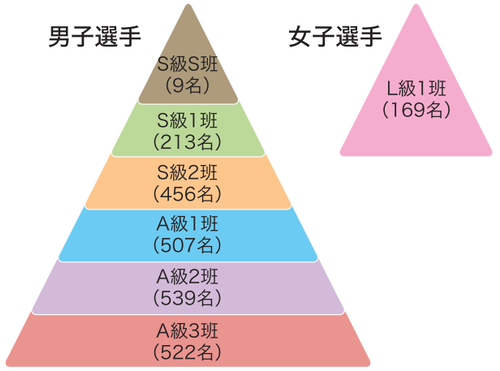
競輪選手のカテゴリー

競輪選手と一言で言っても男女でそれぞれ異なるカテゴリーとなっています。

男子はS級S班を頂点にA級3班までの6つのカテゴリーに分かれています。新人選手は、まずA級3班から選手生活を始め、一番上のカテゴリーであるS級S班を目指します。

女子はL級1班のみのカテゴリーで、競走を行います。

男女を合計すると2000名以上の競輪選手が登録されており、プロスポーツの中でもかなり多くのプロ選手が活躍しています。



合計**2415**名 ※2021年3月1日時点





競輪選手の賞金

獲得賞金最高額（2020年）

男性	1億6,306万円
女性	2,661万円

競輪選手級班別平均獲得賞金（2020年）

男性	獲得賞金（平均）
SS	約**9,903万円**
S1	約**1,860万円**
S2	約**1,095万円**
A1	約803万円
A2	約668万円
A3	約599万円

女性	獲得賞金（平均）
L1	約604万円

デビュー後8か月（2020年5月～12月）の新人選手獲得賞金TOP3

男性	収入
1位	1,122万円
2位	811万円
3位	737万円

女性	収入
1位	648万円
2位	471万円
3位	454万円

日本人民間平均給与（参考）

男性	収入（平均）
20~24	278万円
25~29	403万円
30~34	470万円
35~39	529万円
40~44	582万円
45~49	629万円

女性	収入（平均）
20~24	248万円
25~29	328万円
30~34	321万円
35~39	313万円
40~44	318万円
45~49	324万円

※『令和元年分　民間給与実態統計調査』「年齢階層別の平均給与」

競輪選手のひと月のスケジュール（例）

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
トレーニング								トレーニング調整	調整	競輪開催 前日検査	競輪開催 初日	競輪開催 2日目	競輪開催 最終日	オフ

16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
トレーニング						トレーニング調整	調整	競輪開催 前日検査	競輪開催 初日	競輪開催 2日目	競輪開催 最終日	オフ	トレーニング	

競輪選手は、ひと月に2回もしくは3回競輪開催に参加します。
1回の開催に係る日数は自転車の検査などの出場資格の確認を行う前日検査を含めて原則4日間となっています。
この開催の期間中は、携帯電話等の情報通信機器は使用禁止となり、不正防止のため、外部との連絡を取れないようになります。
年間で数えると約25前後の開催に選手は参加することになります。

他競技からの入所ベスト3

男子	1	陸上競技
	2	野球
	3	サッカー

女子	1	陸上競技
	2	バスケットボール
	3	バレーボール

モデルケース（活躍例）



児玉 碧衣〈こだま あおい〉

①生年月日：1995年5月8日
②運動歴：バレーボール（適性入所）
③期別：108期
④**2020年獲得賞金：2,661万円**



松谷 秀幸〈まつたに ひでゆき〉

①生年月日：1982年10月16日
②運動歴：野球（元プロ野球選手・適性入所）
③期別：96期
④**2020年獲得賞金：2,422万円**

Active in the world!
世界で活躍!! 競輪選手!



脇本 雄太〈わきもと ゆうた〉

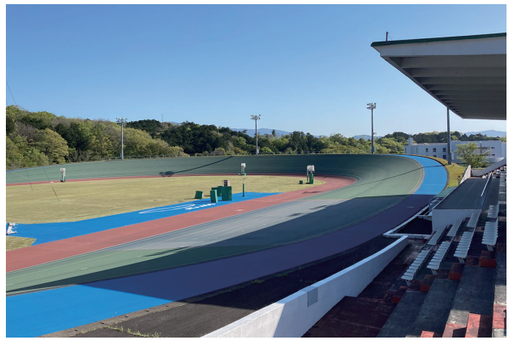
①生年月日：1989年3月21日
②運動歴：自転車競技（技能入所）
③期別：94期
④競技成績：**世界選手権トラック2020 男子ケイリン 銀メダル**



小林 優香〈こばやし ゆうか〉

①生年月日：1994年1月18日
②運動歴：バレーボール（適性入所）
③期別：106期
④競技成績：**2021UCIトラックネーションズカップ第2戦 女子スプリント 銀メダル、女子ケイリン 金メダル**

Question & Answer



入所試験関係

Q1：年に何回入所試験を実施しますか？
A：技能試験、適性試験は、1年に1回のみです。
特別選抜試験は、随時募集を受け付けております。

Q2：募集人数は何人ですか？
A：例年男子70名程度、女子20名程度です。

Q3：年齢の制限はありますか？
A：入所する年度の4月1日時点で、満17歳以上であれば受験可能です。年齢制限の上限はありません。
※121回（男子）の最年長は35歳・122回（女子）は35歳です。

Q4：自転車競技経験は必要ですか？
A：そのようなことはありません。自転車競技未経験者は適性試験での受験が可能です。

Q5：適性試験はどのような内容ですか？
A：1次試験では垂直跳び、背筋力計を使った測定、長座体前屈を行います。また2次試験では固定式自転車を使用し、男子は6秒間測定及び45秒間測定、女子は6秒間測定及び30秒間測定を行います。
1次試験の内容は動画で解説しておりますので、こちらのQRコードよりご覧ください。

Q6：いつから募集を始めますか？
A：例年6月に募集の公示を行い、一般試験は7月から8月下旬まで募集を行います。特別選抜試験は7月から翌年の3月まで募集を行います。詳しくは、WEBサイトをご覧ください。



Q7：受験の回数に制限はありますか？
A：2019年度の受験から5回の制限があります。また、初回の受験から8年が経過した場合（2018年度以前は初回受験に数えない）も受験することができません。

養成所生活について

Q8：日本競輪選手養成所では、どのようなことを学ぶのですか？
A：自転車での走行技術はもちろん自転車の構造や機能に関すること、競輪に関する法令・規則について学びます。また、その他外来講師を招いた講義も多くあります。

Q9：養成所での費用はいくらかかりますか？
A：食費、施設利用料、養成所で着用する衣服の料金など合わせて約125万円かかります。しかし、在籍中にかかる費用を無金利で貸し付ける「貸費制度」があり、費用を選手になってから支払うこともできますので、ご安心ください。

Q10：在籍中は、外出はできますか？
A：当初養成終了後、日曜日に限り男子と女子を隔週に分けて外出を認めています。時間は8：30～17：30と決まっています。

Q11：髪型は男子は丸刈り・女子はベリーショートでないとダメですか？
A：そんなことはありません。男子は髪が耳に掛からない程度で、染髪をせず、清潔感がある髪型、女子は髪ゴム等で纏められ、染髪せず、清潔感がある髪型で訓練に支障を来さない髪型であれば大丈夫です。

Q12：携帯電話等の情報通信機器は使用できますか？
A：構内での使用は禁止しています。ただし、日曜外出時・帰省時に養成所の正門を出て、構外であれば、使用を認めています。

Q13：養成所を卒業するための条件はありますか？
A：3回実施する卒業認定考査に合格することや養成所で定められた規則を守り、必要履修数出席することなどが求められます。