

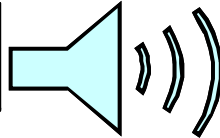
# クラブニュース

稲門ウエイトリフティングクラブ

URL : <http://www9.ocn.ne.jp/~twc/>



## 総会・予餞会のご案内



今年度の総会と部の予餞会を下記のとおり開催する運びとなりました。先輩の皆様には、万障お繰り合わせの上、ご出席くださいますようお願い申し上げます。

### 記

1. 日時                   平成24年3月18日（日）  
                          平成23年度総会                   14時00分～  
                          予餞会                               15時30分～
2. 場所                   染谷記念国際会館（新宿区西早稲田2-3-4）
3. 議題                   ・平成23年度活動報告及び収支決算報告  
                          ・平成24年度活動計画及び収支予算案  
                          ・役員を選任について  
                          ・校友会への稲門会登録完了について、他
4. 予餞会会費   5,000円（予定）

先輩皆様のご出席をお待ちいたしております。なお、会場の都合もございますので、ご出席いただける方は主務・OB係までご一報くださるようお願いいたします。

#### <連絡先>

早稲田大学ウエイトリフティング部

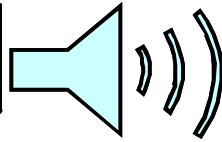
主務・安達貴弘（スポーツ科学部3年）

OB係・小栗統司（基幹理工学部2年）

電話/FAX（部室）： 03-3202-1090

E-mail: [wuwl@list.waseda.jp](mailto:wuwl@list.waseda.jp)





## 早稲田が3階級を制覇！！

大塚一樹(4年)、武井誠一郎(4年)、吉野千枝里(3年)が優勝！！

12月24日、25日の2日間、横浜市磯子スポーツセンターにて男子インカレ(1部)、女子インカレが開催されました。男子は戦前の予想どおり厳しい戦いが繰り広げられましたが、69kg級の大塚一樹選手、77kg級の武井誠一郎選手がそれぞれ個人優勝で団体得点に大きく貢献。最後は+105kg級の吉田智貴選手の加点により団体戦「7位」で1部残留が決定。5位から9位までが僅か15点差という接戦の中で、価値のある成績を収めました。

女子は、58kg級で見附絵莉選手が2位、63kg級で吉野千枝里選手が優勝、松本潮霞選手が同級2位と活躍しました。団体戦は惜しくも表彰台に一步届かず「4位」という成績でしたが、メンバー全員が3年生以下のため、今大会での経験をバネに1年後に再度チャレンジすることとなります。

以下に選手等の感想をご紹介しますので、成果の程を読み取っていただけましたら幸いです。

### 62kg級 神谷勇斗(スポーツ科学部1年)

男子のトップバッターとして良い流れで次にバトンを渡したかったのですが、スナッチ・ジャークともに1本ずつしか取れず、8位という成績で思うような流れを作ることができませんでした。今回はチームに貢献できませんでしたが、この悔しさを忘れずに、来年は絶対に表彰台に立ちたいと思います。

### 69kg級 大塚一樹(スポーツ科学部4年)

今回のインカレでは、ずっと目標にしてきた個人優勝を達成し、最高の形で早稲田での競技活動を締めくることができました。団体順位は決して良い成績ではありませんでしたが、主将として最低限の仕事をしてチームに貢献できたと思います。これまで支えてくださった方々に心から感謝いたします。4年間、ありがとうございました。

### 69kg級 伊藤大永(スポーツ科学部1年)

初めてのインカレでしたが、試合前日まで病気に罹っていてベストな状態で試合に臨むことができず、非常に悔しい思いをしました。これをバネに、来年は必ずリベンジを果たします。

### 77kg級 武井誠一郎(スポーツ科学部4年)

主将の大塚が私よりも先に69kg級で優勝を果たしてくれました。おかげでチームには勢いがつきましたが、その反面、私にはプレッシャーが重くのしかかりました。そのプレッシャーを勇気に、力に変えることができたのは、セコンドをはじめとしたチームの仲間、そして多くの先輩方の支えがあったからだと感じています。本当にありがとうございました。

### 85kg級 安達貴弘(スポーツ科学部3年)

今回で3年連続の出場でしたが、結果も3年連続の5位に終わりました。トータルは自己新記録を出しましたが、表彰台まであと1kg足りませんでした。勝負どころで決め切れず、自分への甘さが出た気がします。4年目となる年を迎えました。練習の鬼となって自分に厳しく頑張っていきます。

### 85kg級 三浦宏也(スポーツ科学部3年)

試合におけるベスト記録は更新することができましたが、大塚先輩、武井先輩からつながった最高の流れを良い形で次につなぐことができなかつたのがとても悔しいです。1年後は更に記録を伸ばして優勝します！

### 94kg級 比嘉良士(スポーツ科学部4年)

最後の年にインカレという大きな試合を経験できたことは、これからの人生の中で宝物だと思います。今まではサポート役としてしか関われなかったですが、選手としてのインカレを体験することができて楽しかったです。次はもっとパワーアップした早稲田を見せてほしいです！

### +105kg級 吉田智貴(スポーツ科学部1年)

初めてのインカレで少し緊張しましたが、試合での自己新記録を取ることができ、チームにも貢献できました。このような結果が残せたのも、応援して下さった皆様のおかげだと確信しています。また、大会を通じて早稲田ウエリフの『絆』の強さを改めて確認することができました。特に4年生が最後に見せてくれた雄姿！一生忘れません！

**48kg級 田窪紗香(社会科学部2年)**

クリーン&ジャークで3本とも失敗し、非常に不甲斐ない試合をしてしまって悔しく思います。しかし、これを機に弱点を見直して、次に繋げていける強い選手になります。応援、ありがとうございました。

**58kg級 松山洋香(人間科学部3年)**

試合では点を取ることができず、不甲斐ない結果となってしまいました。しかし、初めてインカレに出場させていただき、とても貴重な体験ができました。今年は男女の一体感があるとてもいい大会だったと思います。今回の経験を生かし、来年度はもっと頑張っていきたいと思います。

**58kg級 見附絵莉(スポーツ科学部1年)**

インカレには初めての出場で、すごく緊張しましたが、とても楽しんで試合をすることができました。個人としての目標は「後悔をしない試技をすること」でしたが、しっかり全力を出し切れたと思います。応援、ありがとうございました。

**63kg級 吉野千枝里(社会科学部3年)**

今回結果的には個人優勝を収めることができ良かったですが、目標としていたスナッチ2位以上の得点を達成できず、チームの一員としては貢献が足りなかったという悔いが残っています。成果としては、1本目から確実に決めていくことで自ずと勝利することができるのだということを改めて実感しました。1年後は学生としての締めくくりの大会となるので、今回の4年生のようにチームを勢いづける活躍をしたいです！応援、ありがとうございました。

**63kg級 松本潮霞(社会科学部2年)**

今回、同階級の吉野先輩とともにチームとして自分に課せられた役割は果たすことができました。しかし、個人として満足のいく結果ではありません。この冬、また一から鍛えなおします。2年後には今回の4年生のように立派な姿を見せることができるよう精進してまいります。

**サポート代表 和田大河(スポーツ科学部4年)**

今大会、男子の目標は「一部残留」でした。6月の東インカレの成績は1部校中最下位で、周囲からは2部落ちも囁かれていました。しかし、その逆境を跳ね除け、4点差という僅差ではありましたが、一部残留を決めることができました。誰か一人欠けていたら達成することはできなかった、チームの全員で掴み取った勝利だと感じました。

(競技結果の詳細は、部のホームページをご覧ください。)



スナッチの優勝を決める  
武井誠一郎選手



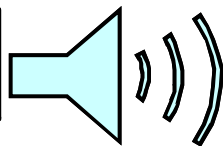
表彰台に立つ大塚一樹選手



大会新記録のジャークをする  
吉野千枝里選手



# 平成23年総括



## 平成23年総括 ～インカレを中心に～

早稲田大学ウエイトリフティング部 監督 岡田純一 (H02卒)

平成23年は東日本大震災の影響により幾つかの大会が中止され、新入生の参加も遅れたが、個性、実力ともにバラエティに富んだ1年生を迎え、これまでとはひと味違うチームとなった。

個人の活躍においては、見附(スポーツ科学部1年)が世界ジュニア、高岸(社会科学部1年)がアジアジュニアに出場、吉野(社会科学部3年)は日韓中大会を連覇するなど、国際舞台での成果が増えた。一方、松本(社会科学部2年)は昨年に続き、全日本選手権を連覇するとともに、ジュニア日本新記録を樹立する快挙を遂げた。しかし、これらは何れも女子の活躍であり、12月のインカレに向けては男子の苦戦が予想された。

インカレの団体得点は各階級の個人順位に基づいている。すなわち、個人のスナッチ、クリーン&ジャーク及びトータル順位に基づいて、男子1位8点～8位1点、女子1位5点～5位1点を得る。男子は平成20年、127点を獲得し、創部以来最高位となる準優勝を果たした。この年に入学し、準優勝にも貢献した1年生たち(現4年)はその後も優勝を目指してインカレに臨んだ。しかし、翌21年108点(3位)、22年93点(5位)と年々順位が落ちてきた。彼らが4年生となりチームを牽引してインカレに臨んだ今回(平成23年)は74点(7位)。ようやく1部残留を決めたという結果であった。しかし、順位が下がったことを嘆くことが本意ではない。今年は4年生の活躍によって1部に残留できたことを強調し、贅えたいと思う。

団体得点はチーム(8名)としての総合評価である。傑出する個人がいても、それだけでは得点は伸びない。このエントリーが1ヶ月前に発表される。記録競技であるため、各校選手の戦績から事前に順位・得点を予想する。この時点で、早稲田は9位(=2部落ち)という予想であった。ウエイトリフティング競技では試合において大きな番狂わせは少ないが、競る階級では確実に得点すべき者が確かな“仕事”をすることが求められる。試合は階級毎に進むため、軽い階級から結果を得ながら重い階級へと進んでいく。団体順位の一進一退は駅伝さながらである。

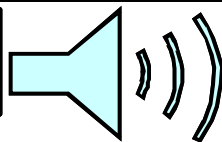
今回のインカレはクリスマス決戦(12/24-25)となった。先陣を切った女子48kg級で田窪(社会科学部2年)が失格。男子62kg級・神谷(スポーツ科学部1年)の記録が今ひとつ伸びず、沈滞ムードが漂いかけていた。しかし、続く女子58&63kg級において4名が同時に競技を行い、63kg級では早稲田勢同士の優勝争いに会場が盛り上がった。その勢いを受け、大塚主将(スポーツ科学部4年)が続く69kg級で大接戦を制し個人優勝。チームに更なる勢いをつけた。これが初日最後の77kg級・武井(スポーツ科学部4年)の優勝にも続いていった。両者の試合はベスト記録が上の相手に成功試技でプレッシャーを与えながら、自身は失敗せずに競り勝つ見事な内容であった。

初日を終え、男子は2階級で優勝し、2部落ちの危機を脱したかと安堵したが、翌日の85&94kg級での得点が予想を下回り、最後の階級を前にして8位明治との点差が2点。このままでは2部落ちという危機に瀕した。しかし、アンカーの櫂を託された+105kg級・吉田(スポーツ科学部1年)には4年生が総出でサポートし、シビアな状況のなか自己新記録を挙げ6点を稼いでくれた。女子団体戦では3位を目指していたが、金沢学院、平成国際、関西の後塵を拝し4位となった。女子においても上位進出のためには全員入賞が必須であり、底上げを図り総合力を高めることが急務である。

事前の予想で男子の2部落ちが危ぶまれるということは、それまでの記録向上の成果が不十分であることを意味し、監督としても反省し次期への課題とするところ大である。しかし、そのような状況から、試合への準備、チームとしての一体感を醸成した4年生の成長は高く評価している。とくに、怪我に悩まされ、これまでタイトルに恵まれなかった大塚主将が最後の一番で自ら優勝を果たし、試合の流れを作ってくれたことが今年一番の成果であった。なお、主将が1部インカレで優勝したのは創部以来初であったことは部にとって次代へつなげる大きな足跡である。

| 男子戦歴 | 主将   | 優勝者        | 団体順位 |
|------|------|------------|------|
| 2011 | 大塚一樹 | 69大塚, 77武井 | 1部7位 |
| 2010 | 平原孝人 |            | 1部5位 |
| 2009 | 山内薫  | 85土谷       | 1部3位 |
| 2008 | 高木悠介 | 69武井, 85菅野 | 1部2位 |
| 2007 | 国矢田智 |            | 2部1位 |
| 2006 | 武藤恭章 |            | 1部9位 |

## 新主将抱負



主将 スポーツ科学部3年 三浦宏也

主将の三浦宏也と申します。新チームでは二つの目標を掲げています。まず一つ目は競技力の向上として「男女インカレ優勝」です。二つ目は人間性の向上として「自律・礼儀・感謝」です。

これらの目標を達成するため、チーム全員で総計1トンの新記録達成をはじめとして、週末に部室・練習場の清掃や元気な挨拶、栄養指導などにも積極的に取り組んでいきます。

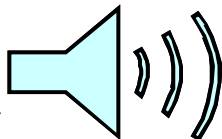
そして、私自身はチームの皆を引っ張っていくことができるように、まず自らが部員の手本となるような選手になります。私の記録はまだですが、個人としても最後のインカレで優勝し、大好きな早稲田大学ウエイトリフティング部のために貢献したいと思います。

諸先輩の皆様、ご支援ご指導の程よろしくお願いいたします。

### 新幹部一覧

|    |             |                            |                     |
|----|-------------|----------------------------|---------------------|
| 主将 | 三浦宏也        | (スポーツ科学部3年)                | 吉田高校出身              |
| 副将 | 吉野千枝里       | (社会科学部3年)                  | 埼玉栄高校出身             |
| 主務 | 安達貴弘        | (スポーツ科学部3年)                | 愛工大名電高校出身           |
| 副務 | 土屋千晶<br>雨宮成 | (スポーツ科学部3年)<br>(スポーツ科学部2年) | 国府台女子学院出身<br>日川高校出身 |

## 新幹部との対話会



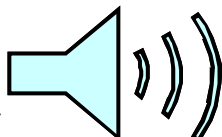
2月4日夕刻、部の新幹部と稲門ウエイトリフティングクラブ代表との対話会が開催されました。新たに部を牽引していくこととなった3年生7名が出席し、組織としての部の運営のあり方や競技力向上に関するノウハウなど、様々な観点から意見交換を行いました。

新幹部からの要望もあり、早稲田ウエイトリフティングの価値伝承のため、部員とOB/OGとの合同トレーニング(練習会)など、引き続き交流機会の充実を図っていくことを確認しました。

### 【出席者】

主将・三浦宏也、主務・安達貴弘、副将・吉野千枝里、副務・土屋千晶、松山洋香  
トレーナー・鈴木龍大、トレーナー・丸山航平  
会長・鈴木靖二(S43卒)、幹事長・野中弘一(H01卒)

## 練習会スタート!

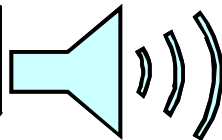


12月10日、1月14日の2回、OB/OG練習会が開催されました。

12月は鈴木靖二(S43卒)、数野裕之(S59卒)、加納修(S59卒)の3名、1月には数野裕之(S59卒)、野中弘一(H01卒)、黒江雄治(H22卒)、平原孝人(H23卒)、九十歩和己(H23卒)の5名が参加して、部員の練習に引き続き、トレーニングを行いました。

練習メニューや重量などは問いません。部員と一緒に、同じバーベルで汗を流してみませんか。皆様の参加をお待ちしております。(開催日はクラブホームページ、メールでお知らせします)

## ヨガトレーニング終了に伴い 横田先生と懇親会を開催



部のヨガトレーニング終了に伴い、11月26日、4年間指導して下さった横田采枝先生を囲んで懇親会を開催しました。

山内英雄先輩(S42卒)の紹介で、平成19年に大阪で岡田監督と当時の部員がヨガを体験し、好評だったことがきっかけで翌年、稲門ウェトリフティングクラブ援助のもと、部のトレーニングの一環としてヨガが導入されました。

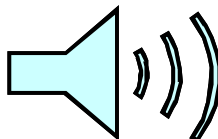
横田先生には週一回、部の練習場で指導していただき、ヨガで身体の歪みを直すことにより、怪我の予防に大いに効果を挙げました。

懇親会には、山内先輩、岩永勉先輩(S47卒)をはじめ諸先輩と現役部員も参加し、横田先生に感謝申し上げるとともに、4年間の思い出話に花を咲かせました。

(集合写真:右から4人目が横田先生)



## リレー寄稿『あの先輩は今』



前回寄稿していただいた遠藤王先輩(S37卒)から指名を受けた加藤武先輩(S37卒)ですが、今回都合によりピンチヒッターを指名されました。第6回目の登場は、昭和37年卒・畔村和秀先輩です。

一浪の末、晴れて早稲田の狭き門をこじ開けたのは昭和33年。浪人中に磨耗した心身の健康を早く取り戻さなくては、と1週間ほどあれこれ体育会系を観察して歩いたものです。

合気道を見学、空手の道場を覗き、応援部の蛮声に耳を傾け、ついでに甘泉園の奥までウロウロ。で、早稲田大学ウエトリフティング部を発見。2~3日密かに偵察。通り過ぎた伊藤宏之先輩の上腕三頭筋モリモリ、井田浩史先輩や昨年亡くなられた内山儀壽先輩のパワー、筋肉美。「スグあんな風になる」。思い込みはおそろしい、ただちに入部面接を受けた次第。面接官が巨漢山田繁先輩と対照村田秀臣先輩であったか。

汗とカビの芳香充満する土蔵2階の部室、炭酸マグネシウムのホコリ、枕木を並べたようなリンクにトタン屋根のチープな道場。しかし、因循も姑息もない新興体育部の気概あり。探検部兼任の重鎮関根吉郎先生(部長)、大沼賢治・窪田登・武田文男の大先輩健在、温和な諸先輩、チセー溢れる同期生。新しいスポーツに触れる新鮮さ。ましてや、眼前女子軟庭のコートあり。言うことなしのウエリフ生活に号砲が鳴ったわけです。

第3回アジア大会の諸々、道場の新築移転、滑川・館山の夏合宿、体育局体育祭、大阪インカレ遠征、はたまた西口かき揚天井、三朝庵カツ井、どうしたか成城のジョーカノ、etc.

あれから50年(キミマロか)、想えば、老骨モーロ一朧の世界に昔日栄光の走馬灯は駆け巡り、クラブニュース全ページ使っても尽きない。懐かしや。

実は、遠藤王君を引き継いだ加藤武君から代打コールあり、固辞するも叶わず、おこがましくも出しゃばり、はしゃいでムダ口を書かせていただいた。

卒業以来、諸事あってのご無沙汰でしたが、絶えることなくニュースを配信され、時につけ折に触れ記念品を送付いただき、ご担当には心からの御礼とお詫びを申し上げます。

家業をしくじり家庭を壊し、往時を省みる暇もなく光陰矢の如し。早稲田魂の賜物か、さいわい今は幾許の落ち着きを取り戻し、古里焼きそばの富士宮市にて知的障害ある方の日中活動支援施設を運営するNPO法人の代表を務めています。

これを機会に、汚名返上、名誉挽回、できる限りの協力を申させていただきます所存です。

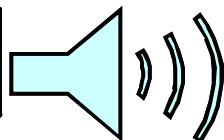
諸先輩皆様、同期諸兄、後輩諸賢、現役諸君、伏して無沙汰のお許しを乞い、皆様打ち揃って、ますますのご健勝ご躍進を祈念いたします。

なお、次回執筆は昭和40年卒・葉坂仁司君にお願いしたい。

畔村和秀(S37卒)



## 会費納入のお願い



部の運営並びに選手強化・育成のため、また近年では新入部員の勧誘活動のため、稲門ウェイトリフティングクラブからの経済的支援は不可欠なものとなっております。  
今年度も、会費納入につきまして、先輩皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

### 振込により納入される皆様へ

納期 : 今年度分は3月9日までにお振り込み願います。  
振込額 : 卒業4年目以降 : 12,000円  
卒業3年目まで : 10,000円  
振込先 : 金融機関名 = みずほ銀行 (金融機関コード : 0001)  
支店名 = 新宿新都心支店 (支店コード : 209)  
科目 = 普通  
口座番号 = 8220922  
受取人名 = トウモンウェイトリフティングクラブ

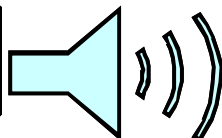
自動引き落としのお申込み手続き、会費納入に関するお問い合わせは、下記へお願いします。

### 【連絡先】

幹事長 野中弘一 E-mail: [twc@coffee.ocn.ne.jp](mailto:twc@coffee.ocn.ne.jp) 携帯電話: \*\*\*-\*\*\*\*\*-\*\*\*\*

会費負担額は1ヶ月当たり僅か833円~1,000円です。ご協力よろしく申し上げます。

## メール会員登録のお願い



インターネット環境の普及に伴い、稲門ウェイトリフティングクラブでは経費節減とグリーン化を目的として、先輩皆様への広報活動に電子メールの活用を推進中です。

電子メールでは、クラブニュース電子版の配信以外に、インカレ出場選手抱負などの特別配信、月例練習会の案内、競技会の案内などもお届けしています。

現在67名の先輩に登録いただいておりますが、更なる拡大に向けて未登録の皆様のご協力をお願いいたします。

携帯電話、スマートフォン、PC何れのアドレスでも登録可能ですので、ぜひご一報ください。

### (登録方法)

下記のメールアドレス(幹事長 野中弘一)へメールを送信してください。

E-mail: [twc@coffee.ocn.ne.jp](mailto:twc@coffee.ocn.ne.jp)

※「年次」と「お名前」を明記してください。随時受け付けております。