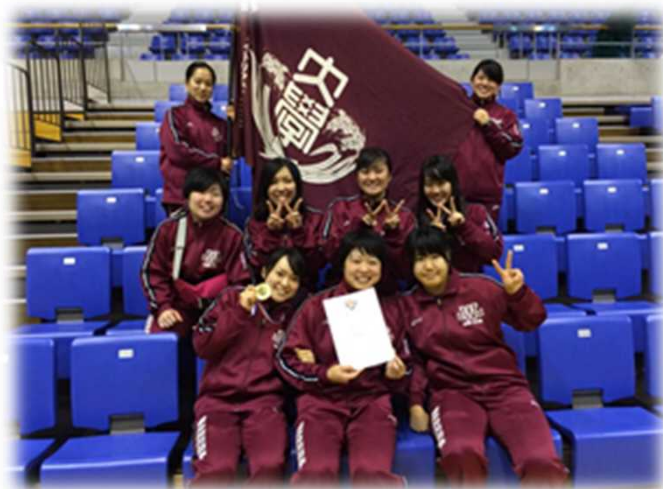


Contents

- 1、総会・予餞会のご案内
- 2、インカレ結果報告
- 3、2014年度総括
- 4、新体制紹介・主将抱負
- 5、新幹部との対話会を開催
- 6、高岸選手、都道府県対抗女子優勝
- 7、生頼永人選手ジャークでジュニア日本新！
- 8、世界大学選手権結果
- 9、リレー寄稿 あの先輩はいま
- 10、ジャンパー/タール助成金付販売協賛のお礼
- 11、会費納入の御礼・お願い
- 12、Webサイト引っ越しのお知らせ



<女子インカレ会場にて>

総会・予餞会のご案内

今年度の総会ならびに予餞会を下記のとおり開催いたします。

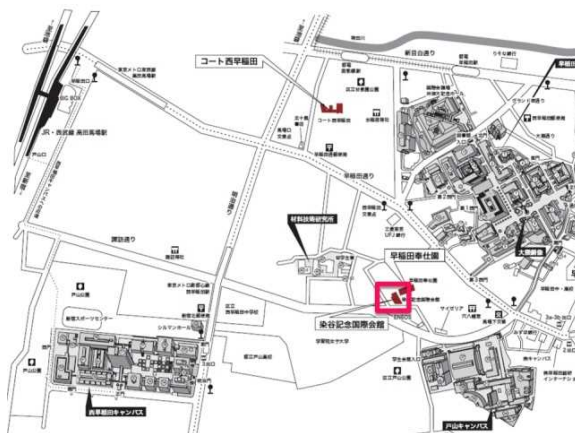
先輩の皆様には万障お繰り合わせの上、ご出席くださいますようお願い申し上げます。

1. 日時
平成27年3月22日（日）
平成26年度 総会 14時00分～15時00分
予餞会 15時30分～17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26年度活動報告及び収支決算報告
・平成27年度活動計画及び収支予算案 他
4. 会費
5,000円（予餞会）

先輩皆様のご出席をお待ちしております。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までご一報をお願い致します。

《連絡先》

早稲田大学ウエイトリフティング部
主務 高橋まどか（3年）
電話/FAX 03-3202-1090



インカレ結果報告

11月7日～9日、大阪府羽曳野市総合スポーツセンターにて、第60回全日本大学対抗ウエイトリフティング選手権大会（2部）が開催されました。

4階級を制しての圧倒的な勝利で、目標としていた1部復帰を果たしました。

階級	選手名	学部 学年	体重	BEST				TOTAL	
				S	順位	J	順位	記録	順位
M62kg級	森川芳樹	スポ科 1	60.14	97	3	130	2	227	2
M69kg級	生頼永人	スポ科 1	68.68	128	1	160	1	288	優勝
	神谷勇斗	スポ科 4	68.94	115	2	146	2	261	2
M77kg級	生頼佑馬	スポ科 3	71.16	120	2	150	1	270	優勝
M85kg級	伊藤大永	スポ科 4	77.94	121	2	151	1	272	優勝
	菊池幹広	社学 4	80.98	123	1	145	2	268	2
M105kg級	菅野真央	社学 3	103.10	141	1	170	1	311	優勝
M+105kg級	武田健	スポ科 2	108.08	120	2	165	1	285	2

イトリフティング連盟 後援 文部科学省 近畿各府県ウエイトリフ



<M85kg級表彰式>



<表彰式を終えて>

11月28日～30日、埼玉県さいたま市総合記念体育館にて、第15回全日本大学対抗女子ウエイトリフティング選手権大会が開催されました。

目標としていた団体3位には惜しくも届きませんでした。内門選手・見附選手・高岸選手の3選手が見事上位入賞を果たしました。

階級	選手名	学部 学年	体重	BEST				TOTAL	
				S	順位	J	順位	記録	順位
W53kg級	中山桃花	スポ科 1	52.88	61	4	76	6	137	6
W58kg級	内門沙綾	スポ科 1	57.02	68	3	87	3	155	3
W63kg級	野本なつみ	スポ科 2	61.44	55	4	73	4	128	4
W69kg級	見附絵莉	スポ科 4	63.02	91	1	110	2	201	2
W75kg級	高岸冴佳	社学 4	69.02	86	3	104	2	190	3

2014年度総括

－その日を信じて－

平成23年から月一回のOB練習会が定着し、学生と一緒に練習させてもらっています。学生は非常に明るく元気で、女子も多く所属し活気にあふれています。長期的展望にたった練習を行い、練習後には手作りのおにぎりが用意されるなど栄養管理も行き届いています。また学生トレーナーの存在も大きく、けがの分析なども行われています。そして監督や部長は常に温かい目で見守っています。入部してくる学生も、男女を問わず高校時代に高いレベルの競技成績を残している者が多いため、当然練習の質も高く、お互いの刺激が部員をたくましくさせているように思います。OBの目から見ても素晴らしい部だな、もし自分が高校生ならぜひ入部したい部だなと感じる次第です。

さて、男子は2014年度のインカレで1部復帰を決め、今はさあこれからということでしょうか。ライバルである明治大、中央大、そしてあの日体大までもが過去に2部落ちを経験しています。女子は、長らく遠ざかっているインカレ優勝杯奪還に向けて、力を結集したいところです。

競技力向上は練習場だけではつきません。普段の姿勢が表れてきます。学生が第一にやるべきことは勉学です。そして授業料を払ってくれている両親に感謝しつつ日々の生活を送り、学生らしく振舞い、不祥事は起こさないなど、将来の日本を背負って立つんだという自覚がある者にだけ、新記録というプレゼントが届きます。部員全員がそうなったとき、部の最高目標であるインカレ優勝がやってくるのでしょうか。部長、監督、コーチ、そして部員の皆さん、またそれを支えるOB/OGの皆さん、その日を信じて頑張っていこうではありませんか。

数野裕之（S59卒・副会長）



OB練習会の模様

新体制紹介・主将抱負

梶田大和主将を中心に部の新体制が始動しました。

主将	梶田大和（スポ科3）
副将	菅野真央（社会学3）
副将/女子主将	小町史華（スポ科3）
主務	高橋まどか（人科2）

主将、女子主将に次年度の抱負を伺いました。先輩の皆様、応援をよろしくお願いいたします。

主将 梶田大和

ウエイトリフティング部の主将を務めることになりました、スポーツ科学部3年の梶田大和です。昨年のインカレが終わってから、新体制で活動を行っています。男子は一昨年に2部に降格し、悔しい思いをしました。そこから1年間練習に励み、2部インカレは他大学に力の差を見せつけ、無事に1部に昇格することができました。その経験を糧に、今年こそはという強い思いで日々の活動に取り組んでいます。

今年の男子の目標は「インカレ3位入賞」です。この大きな目標を達成するために、グループ練習を取り入れました。これは、3人程度のグループを作り、その中で練習メニューを考え、練習に取り組むというものです。そして、約2か月の周期で、グループ間で記録の伸びを競い合います。グループ練習を始めて2か月ほどですが、みんなの練習に対する意識も高まり、順調に記録が伸びています。新体制として良いスタートができたのではないかと思います。ですが、目標は簡単に達成できるものではないので、これからも全員で気を引き締めて、練習に励みたいと思います。応援よろしくお願いいたします。

副将/女子主将 小町史華

早稲田大学ウエイトリフティング部の女子主将になりました、小町史華です。インカレが終わり、新体制になって約2か月がたちました。4年生の先輩方が引退されて、人数は少なくなりましたが、選手それぞれが次の目標に向かってスタートし始めました。女子の今年の目標はインカレとレディースカップの団体二冠です。昨年はチーム全体で怪我に悩まされ、インカレ団体4位と悔しい結果になりました。しかし、怪我から立ち直り、次に進むとする精神力が早稲田にはあります。今年は個々の土台をしっかり作り、怪我をしない体づくりでチーム全体の底上げを目指します。春から新しいメンバーを迎え、目標に向かって選手、サポーター、一丸となって一生懸命頑張ります。また、私自身、早稲田大学ウエイトリフティング部の選手として競技ができる最後の年になります。ウエイトリフティングの歴史に早稲田の名をしっかり刻めるようにチームとともに成長し、最後は全員が笑顔で終われるように努力していきます。一人一人が最高のパフォーマンスを発揮できるよう全員で目標達成を目指します。応援よろしくお願いいたします。

新幹部との対話会を開催

2月7日、西早稲田・サイゼリヤにて、部の新幹部との対話会を開催しました。学生は梶田主将はじめ8名、OBは志田副会長はじめ3名、計11名が参加し、部の運営や支援のあり方について意見交換を行いました。

チームとして連携・協力して取り組むことの意義など、早稲田ウエイトリフティングの価値伝承の一環として毎年行っているこの取り組みですが、今回は、目標とするインカレでの戦い方や記録の底上げを図るための工夫、夏合宿（兵庫県）の計画など広くチームの強化や更なる活性化に向けた課題について話し合いました。

また、午前中の合同トレーニングに引き続き、岩崎久和先輩も参加し、企業で働く様子や就職活動のことなど話をしてもらいました。なお、今後も学生とOB/OGが互いに協力して部を盛り上げていくことを確認し、お開きとしました。

【出席者（敬称略）】

主将/梶田大和 主務/高橋まどか 副将/菅野真央

生頼佑馬 松本浩志 野本なつみ 藤本雅大

千葉健介

志田典明（S51卒/副会長）

野中弘一（H01卒/幹事長） 岩崎久和（H02卒）



高岸選手、都道府県対抗女子優勝

10月4日～5日、石川県にて第4回全国都道府県対抗女子ウェイトリフティング選手権大会が開催され、高岸冴佳選手(社学4)が69kg級で見事優勝しました。

出場選手コメント

昨年10月5日に石川県で行われた都道府県大会に出場させていただきました高岸冴佳です。今回試合の結果は、スナッチ88kg、ジャーク106kg、トータル194kgで優勝することができました。今回の試合では、スナッチのスタートを初めて84kgに設定して出場しました。1本目は緊張して失敗してしまいましたが、2本目は成功することができました。その結果3本目のスナッチで自分の試合での新記録を出すことができました。またスナッチで記録を出すことができたお陰で自信を持つことができ、その流れでジャークも試合での新記録を出すことができました。そしてトータルも試合での新記録となり、初めて190kgを超えることができました。この試合のために練習を重ね調整してきて本当に良かったと思います。また優勝することで兵庫県の団体戦優勝2連覇に貢献することができたのが嬉しかったです。今回試合での新記録を出すことができ、優勝することができたのは応援して下さいました方、支えて下さった方がいらっしゃったお陰です。応援してまた支えて下さりありがとうございました。これからも練習を積み重ね良い結果を出せるよう日々精進していきます。

高岸冴佳

生頼永人選手ジャークでジュニア日本新！

10月24日～25日、茨城県高萩市にて、International Friendship Weightlifting Tournamentが開催されました。我が部から生頼永人（スポ科1）が日本代表として出場し、ジャークで167kgのジュニア日本新記録を樹立しました。

階級	選手名	学部 学年	体重	BEST				TOTAL	
				S	順位	J	順位	記録	順位
M69kg級	生頼永人	スポ科1	68.66	125	2	167	1	292	2

世界大学選手権結果

12月5日～8日、タイ・チェンマイにて世界大学選手権大会が開催され、生頼佑馬選手（ス3）、見附絵莉選手（ス4）が日本代表として出場しました。見附選手は世界レベルの大会で3位入賞という素晴らしい成績を収め、卒業後もさらなる飛躍が期待されます。

階級	選手名	学部 学年	体重	BEST				TOTAL	
				S	順位	J	順位	記録	順位
M69kg級	生頼佑馬	スポ科3	68.91	126	6	154	5	280	6
W63kg級	見附絵莉	スポ科4	60.80	92	3	105	5	197	3

出場選手コメント

私は2014年12月にタイのチェンマイで行われた、世界大学選手権大会に女子63kg級で出場しました。試合がインカレの1週間後にあり、インカレの試合が終わって翌日には成田に向かうといった非常に慌ただしい状況でしたが、監督、コーチ陣のサポートや、応援し支えてくださった皆様のおかげで、結果としてスナッチ92kg、ジャーク105kg、トータル197kgで、スナッチとトータルにおいて3位入賞という成績をおさめることが出来ました。しかし、タイは日本と違い暖かく過ごしやすい環境でしたが、食事の管理が不可欠で対応が難しかったです。管理はしているつもりでも体重が落ちてしまっていたので、少し試合に影響が出てしまったのが今回の反省点でした。

今回の試合が私の大学生としての最後の試合でした。こうして日本の代表として試合に出場させていただくことが出来たのは、日頃から私を支えてくださっている皆様のおかげであると思います。大学の試合はこれで終了となりましたが、これからは社会人としてまたウエイトリフティングを頑張っていきたいと思います。今後ともよろしくお願いいたします。

見附絵莉

今回で4回目の国際大会となりました。毎年日本代表として出場させていただき、非常に光栄に思います。またこの成果は部長、監督、OBの皆さんの御指導、御支援あってのものであり、非常に感謝しております。ありがとうございます。

さて、今回出場させていただいた、世界学生選手権大会はタイ王国チェンマイにて開催されました。非常に暖かく、また食事も美味しかった為、コンディションは整えやすく感じました。インカレが不甲斐ない結果だったのでそのリベンジも意識して臨みました。結果はスナッチ126kg、ジャーク154kg、トータル280kgで6位入賞。6本成功で記録を積み重ねていけたのが大きいと思います。しかし、今回の試合はアクシデントも多くアップ中もあたふたしていましたが、今までの経験である程度予測はしていたので、特に大きな影響なく終わることが出来ました。この大会で69kg級は引退させていただき、次からは77kg級の選手として、また結果を残していきたいと思います。しかし、トップとの差は実に大きく、代表として、また世界で戦うにはまだまだ力が足りません。ですので、これからもチームの皆さん、また部長、監督、コーチ、OBの皆さんの御指導御支援を仰ぎながら、恩返し出来るように結果を残していきたいと思いますのでこれからもよろしくお願いいたします。

生頼佑馬

リレー寄稿 あの先輩はいま

リレー寄稿のコーナーです。先輩の皆様にご近況や現役時代の思い出、また現役部員へのメッセージなど寄稿していただいております。今回は、昭和60年卒・森田(塚本)卓司先輩です。

ウエリフのジャンパーの追加購入を野中幹事長に依頼したことからこの拙稿を書くことになりました。経験者ぞろいの現在では考えられない話と思って一読頂ければ幸いです。

あれは昭和56年(1981年)の入学式後の記念会堂前辺りでの出来事でした。「ウエイトリフティング部に入らない？ 今入ったらすぐに試合に出られるよ」と、たしか相場先輩に背後から抱きつかれたのです。半信半疑で文学部裏の「道場」に行くと、いかつい先輩達に混じって丹野君と小谷君(同期で唯一の経験者)が既に練習をしていました。その後何となく入部しましたが、大きな人生の転換点でした。入部のきっかけとなった約束は事実守られ、入部間もない私が、早実の体育館で行われた早慶戦に出場したのです。体重が足りず、当時はポカリなんてない時代で、増量のためにひたすら水を飲んだ記憶があります。

こうして始まった大学生活は、今となればウエリフの思い出抜きには語れません。同期は前出の2人に加え、今も親友である加藤良夫、社会人から学士入学した杉崎さん(前回の寄稿者)、今は中国で活躍している川田、女子校勤務のかい田村、「学院パワーの底力を見よ」が口癖で奇行の多かった高橋、唯一の一発芸(まりもの歌)の持ち主東雲、語尾がいつも「ジャン」と湘南なまりの真貝、四国・新居浜合宿行きの新幹線にサンダル履きで乗り込んで来た立松、そして東大失敗組で当初は弁護士志望だった主務の故中村。卒業後も互いの結婚式や、島根県警の小谷氏が出世して上京した時など、ことある毎に集まり旧交を温め、昔話を肴に飲みました。何しろ、丹野と小谷以外は全員ド素人集団。成績は部史上最低でしたが最高に仲が良い学年だと思っています。

その4年間とは言う、いつも偉大であった大沼大先輩、優しく指導して下さった加藤監督・平原コーチ。練習後の体育館内の風呂、その後いつも行った定食屋、悪夢？の合コン、エルドラド、四国の合宿でのスクワット千回……。さらに、偉大過ぎる大久保先輩やとにかくユニークな後藤先輩、強くて厳しい加納先輩、同じ軽量級のよしみでいつも面倒をみて下さった松澤先輩……。多くの思い出や、一緒に過ごした皆さんを挙げたらこの紙面では書き切れません。

私は現在都内中学校の教員として社会科を教えています。教員になった時から剣道を始めて20年、顧問として生徒とともに約500gの竹刀を振る毎日ですが、昔は20kgのシャフトと闘ってたなあと時折ふと、思う時があります。もしもウエリフに出会わなかったら、たぶん今の自分はいないでしょう。濃くて充実した4年間であり、その後の自分を作ってくれた、ウエリフで出会った皆様にご心から感謝しています。世界を舞台に強い現在の部の皆様のご健闘を念じております。

森田(塚本)卓司 (S60卒)

ジャンパー/タオル助成金付販売協賛のお礼

11月の男子インカレ2部大阪遠征等を支援するために実施した早稲田大学ウエイトリフティング部のロゴ入りジャンパーおよびタオルの助成金付販売にて、先輩の皆様より多数お申込みをいただき、約8万円の収益金がありました。多大なるご支援、誠にありがとうございました。

【収入】		【支出】	
助成金付販売および寄附	¥206,100	ウェア代	¥112,025
		梱包・発送代	¥12,876
合計	¥206,100	合計	¥124,901

会費納入のお礼・お願い

早稲田大学ウエイトリフティング部の運営ならびに選手の強化・育成のため、また近年は新入部員の勧誘活動のため、稲門ウエ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。

納期：平成26年度分は3月末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 = トウモンウエイトリフティングクラブ

自動引き落としをご利用の皆様へ

今年度分は、昨年7月に振替えさせていただきました。誠にありがとうございました。
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、下記へお願いいたします。

【連絡先】

会計幹事 蔵山潤哉 E-mail: *****@*****.***
携帯電話: ***-****-****

Webサイト引越しのお知らせ

稲門ウエイトリフティングクラブWebサイトは引越しました。
ブックマーク（お気に入り）の変更をお願いいたします。

引越し先のURLは以下のとおりです。

<http://twc.server-shared.com/>