

Contents

1. 全日本大学対抗選手権大会のお知らせ
2. インカレに向けて 主将抱負
3. 年会費納入のお願い
4. 全日本学生個人戦 男女4階級で優勝
5. ご支援のお願い (再掲)
6. 早慶ウエイトリフティングオンラインカップ模様
7. リレー寄稿 あの先輩はいま
8. 今後の活動予定
9. 訃報



早慶オンラインカップ開会式で選手宣誓を行う生頼主将

全日本大学対抗選手権大会のお知らせ

今年度の男子インカレ I 部と女子インカレが以下のとおり開催されます。
 コロナ感染防止対策として入場者を制限して行われます。事前登録済みの方を除き、会場にお越しいただいても入場できませんのでご注意ください。ライブ配信での観戦・応援をお願いいたします。

◆ライブ配信URL (UNIVAS LIVE) : https://www.univas.jp/live/univas_cup/

第67回全日本大学対抗ウエイトリフティング選手権大会 (I 部)

期日 : 12月7日 (火) ~ 9日 (木) 会場 : サイデン化学アリーナ (埼玉県さいたま市)

日程	階級	選手名	補欠
12/7 (火)	13:30	55kg級 家吉理空 (社会科学部3年)	
	15:15	61kg級 上野大瑚 (スポーツ科学部4年) 宮下一心 (社会科学部3年)	
12/8 (水)	10:30	73kg級 佐藤康太郎 (スポーツ科学部3年)	坂本拓夢 (スポーツ科学部3年)
	11:50	81kg級 生頼啓暉 (スポーツ科学部4年) 駒阪勇氣 (スポーツ科学部2年)	
	13:35	89kg級 西野溪心 (スポーツ科学部4年)	小山秀斗 (スポーツ科学部1年)
12/9 (木)	15:50	96kg級 岡村幸尚 (社会科学部4年)	森田恭平 (教育学部4年)
	10:30	109kg級 柏木良太 (スポーツ科学部3年)	田中稜真 (スポーツ科学部1年)
	12:00	+109kg級 西堅也 (スポーツ科学部3年)	羽田創 (スポーツ科学部1年)

第22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

期日 : 12月16日 (木) ~ 17日 (金) 会場 : 金沢市総合体育館 (石川県金沢市)

日程	階級	選手名	補欠
12/16 (木)	10:30	45kg級 鈴木莉乃 (スポーツ科学部3年)	佐藤日路 (スポーツ科学部2年)
	11:40	55kg級 原沙織 (スポーツ科学部3年) 原志歩 (スポーツ科学部1年)	奥村紀香 (スポーツ科学部4年)
	13:00	59kg級 山口千尋 (スポーツ科学部4年)	木村咲紀 (社会科学部2年)
	14:30	64kg級 橋本夏実 (スポーツ科学部1年)	小堀美穂 (スポーツ科学部4年)
12/17 (金)	16:10	71kg級 田中美奈 (スポーツ科学部2年)	西村深聡 (スポーツ科学部4年)
	10:00	76kg級 伊藤紗彩 (スポーツ科学部2年)	吉武温子 (スポーツ科学部3年)
	11:10	+87kg級 吉田琴乃 (スポーツ科学部2年)	佐熊汐梨 (社会科学部4年)

インカレに向けて 主将抱負

今年度のインカレに向けて男子・女子主将から抱負をいただいていますのでご紹介します。
昨年に続き早稲田にとって実り多い大会となるよう、また男女揃っての活躍を期待します。

平素は多大なるご支援賜り厚く御礼申し上げます。スポーツ科学部4年の生頼啓暉です。

この度の全日本大学対抗選手権が無事に開催されることをたいへん嬉しく思います。私をはじめ4年生は大学での締めくくりの試合になります。指導者の方々や諸先輩方、一緒に練習してきた部員たち、これまでお世話になった方々に少しでも恩返しができるよう、より一層奮起して参ります。また、この一年間優勝を目指してチームとして取り組んできたことを全員が発揮できるよう、最後の瞬間まで抜かりなく準備して臨みます。

この一年を振り返ると、新型コロナウイルスの影響でチームでまとまって練習ができなかった時期や、夏合宿が行えなかったことなど仕方のない部分は多くありましたが、その分個々の力が試された一年だったと感じます。多くの方が様々な形で新型コロナウイルスに苦しめられたかと思いますが、このような状況下でも練習を続けさせてもらったことや、試合をさせていただけることに対する感謝の気持ちを忘れることなく、磨いてきた個々の力と早稲田大学ウエイトリフティング部の底力を信じ、誇りを持って今回のインカレに挑んでいく所存です。何卒、ご声援のほどよろしくお願いたします。

男子主将 生頼啓暉（スポーツ科学部4年）

いつも応援していただき誠にありがとうございます。女子主将の山口千尋です。

昨年先輩方が引退されてから早くも一年が経とうとしています。今年も昨年同様コロナ禍での活動となりましたが、時間ごと人数制限を設けて練習するなど、感染防止に務めながら活動を停止することなく練習に取り組むことができました。

今年度のチームは目標に向けてコツコツと努力できる選手たちが揃っています。「昨日の自分を超える」ということを常に全員が意識しながら練習に取り組むことでこの一年着実に力をつけてきました。日々の練習の中では上手いかず涙を流す日々もありました。そんなときには仲間と手を取り合い助け合ってきました。目標はもちろんインカレ団体戦優勝です。苦楽を共にしてきたからこそ必ず優勝して喜びを分かち合いたいです。

そして最後に、お忙しいなかいつも私たちを支えてくださった部長、監督はじめコーチ陣OB・OG、部員ご家族の皆さまに深く御礼申し上げます。

女子主将 山口千尋（スポーツ科学部4年）

年会費納入のお願い

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育成・強化のため、また勧誘活動・受験指導のため、当会からの経済的支援が不可欠です。年会費の納入がまだお済みでない方はお振り込みをお願いします。

納期：	2021年度分は2021年12月末までに（なるべくお早めに）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／支店	=	みずほ銀行 新宿新都心支店
	科目／口座番号	=	普通 8220922
	受取人名	=	トウモンウエイトリフティングクラブ

全日本学生個人戦 男女4階級で優勝 (1/2)

10月22日～24日、金沢市のいしかわ総合スポーツセンターで全日本学生個人戦が開催されました。

男子は、73kg級で佐藤康太郎選手、81kg級で生頼啓暉選手、109kg級で柏木良太選手が優勝しました。佐藤選手はスナッチとトータル、柏木選手は2種目とトータルで大会新記録をマーク。生頼選手も得意のC&ジャークで逆転するなど、インカレに向けて3階級は盤石な印象を与えました。

女子では、59kg級で原志歩選手が優勝を果たしたほか、出場5階級で合計7個のメダルを獲得するなど、12月のインカレに向けて弾みをつけました。

令和3年度 第67回全日本学生ウエイトリフティング個人選手権大会									
階級	選手名	学部学年	体重	BEST				TOTAL	
				S	順位	C&J	順位	記録	順位
M61	上野大瑚	スポ4	59.58	94	12位	115	10位	209	10位
M73	佐藤康太郎	スポ3	72.86	141 CR	1位	170 CS	1位	311 CR	1位
M81	生頼啓暉	スポ4	77.22	128	4位	172	1位	300	1位
M81	西野溪心	スポ4	80.88	130	3位	棄権	-	0	-
M81	駒坂勇氣	スポ2	80.02	123	8位	152	5位	275	6位
M89	小山秀斗	スポ1	83.38	119	9位	0	-	0	-
M109	柏木良太	スポ3	105.8	146 CR	1位	177 CR	1位	323 CR	1位

【学部表記凡例】 スポ：スポーツ科学部 社学：社会科学部 【記録表記凡例】 C：大会 R：新記録 S：タイ記録



全日本学生個人選手権大会に109kg級で出場させていただきました。このたびは沢山のご声援とサポートをありがとうございました。結果はスナッチ、クリーン&ジャーク、トータル全てにおいて優勝。また、大会新記録を樹立することができ大変嬉しく思います。

今回の試合に挑むにあたって、失敗しないことを心がけ、日々の練習に取り組みました。失敗練習をしないことで良いイメージが残り、試合当日も自信を持って、試技を行うことができました。しかし、クリーン&ジャークの第3試技で、クリーンを立つことができず失敗してしまったことが唯一の心残りです。

次の試合はインカレです。今回の反省を活かして優勝を目標に頑張りますので応援よろしくお願いたします。

柏木良太(スポーツ科学部3年)

10月の全日本女子学生選手権は私が早稲田大学の選手として出場する初めての試合でした。

今大会は階級を一つ上げて59kg級での試合であったため、順位よりも記録を出すことを目標にしていました。結果として6本成功、自己新記録と自分の力を出せた試合になりました。私自身としてはウエイトリフティングを始めて以降初の全国優勝となります。偶然が重なった優勝かもしれませんが、1年目で優勝できたことは素直にとっても嬉しいですし、価値のある試合となりました。

今後はインカレ団体優勝に向けて、自分のやるべき事を精一杯やって、チームに貢献できるよう準備します。個人としてはジュニア日本新記録を目標に、優勝を目指して日々努力し続けます。これからも応援よろしくお願いたします。

原志歩(スポーツ科学部1年)



全日本学生個人戦 男女4階級で優勝 (2/2)

令和3年度 第67回全日本学生ウエイトリフティング個人選手権大会									
階級	選手名	学部学年	体重	BEST				TOTAL	
				S	順位	C&J	順位	記録	順位
W55	奥村紀香	スポ4	54.54	76	2位	90	5位	166	3位
W55	原沙織	スポ3	54.68	74	3位	95	2位	169	2位
W59	後藤虹海	社学4	57.14	67	13位	93	10位	160	10位
W59	小堀美穂	社学4	58.52	77	5位	98	3位	175	3位
W59	山口千尋	スポ4	58.14	75	7位	93	8位	168	9位
W59	木村咲紀	社学2	57.7	78	3位	96	6位	174	5位
W59	原志歩	スポ1	56.48	82	1位	99	1位	181	1位
W71	西村深聡	スポ4	68.96	72	6位	100	4位	172	4位
W71	伊藤紗彩	スポ2	68	85	1位	102	3位	187	3位
W76	吉武温子	スポ3	棄権	0	-	0	-	0	-
W76	田中美奈	スポ2	73.54	84	3位	107	3位	191	3位
W87	佐熊汐梨	社学4	85.52	75	2位	93	2位	168	2位

【学部表記凡例】 スポ：スポーツ科学部 社学：社会科学部 【記録表記凡例】 C：大会 R：新記録 S：タイ記録

ご支援のお願い (再掲)

総会資料やメール配信でご案内のとおり、コロナ禍での部活動継続に向けて当会として以下の部財政援助の取り組みを企画いたしました。取り組みの趣旨をご理解の上、皆さまのご協力を賜れますと幸いです。

【女子インカレ金沢遠征に向けた助成金の募金について】

女子インカレが12月15日～17日に石川県金沢市で開催されます。

わが部は女子部員20名を主体とした遠征を計画していますが、往復の交通費と宿泊費だけでも概算で120万円もの費用がかかる見込みです。

一方、大学の強化費制度の見直しに伴い試合遠征に係る支出に対し強化費を充当できなくなったことに加え、緊急事態宣言並びにまん延防止等重点措置の実施により、部員が自助のためアルバイトに就くのも厳しい状況が続きました。

女子は2017年以来4年ぶりの団体戦優勝を目指しての対抗戦となります。部員が安心してトレーニングに注力できるよう経済的負担の軽減に向けて、皆さまから広く助成金を募り援助に充てることとします。

なお、10月末までに計380,000円の協賛をいただいております。ご賛同いただいた皆さまに心よりお礼申し上げます。引き続き12月末まで受け付けておりますので、ご協力をお願いいたします。

【募金目標額】

250,000円 [参考] 一人10,000円×部員25名分 (女子20名+トレーナーほか)

【募集金額】

一口5,000円 (5,000円以上1,000円単位で任意)

【募集期間】

2021年12月末まで (予定)

【申込方法】

当会口座に直接お振り込みください。

振込先： 金融機関／支店 = みずほ銀行 新宿新都心支店

科目／口座番号 = 普通 8220922

受取人名 = トウモンウエイトリフティングクラブ

早慶ウエイトリフティングオンラインカップ模様

9月26日、昨年に続き早慶ウエイトリフティング定期戦に替わる「早慶ウエイトリフティングオンラインカップ」が開催されました。正式な定期戦ではないため、団体戦や大会記録の認定はありませんでしたが、両校選手による気合いこもった試技で盛り上げました。

今回、早稲田は高い成功率とともに、柏木選手のトータル319kgをはじめ駒阪選手、西野選手、生頼選手の3人がトータル290kgを超える好記録をマーク。佐藤選手の復調も確認することができました。

また、YouTubeライブ動画の配信では競技の合間に慶應義塾重量挙げ部のプロモーション動画が流れるなど視聴者を飽きさせない工夫も加えられました。日吉と早稲田に跨っての競技進行、開会・閉会のセレモニーも円滑に行われ、記録・運営の両面で早慶両校の進化を印象づけるイベントとなりました。



写真左：
YouTubeライブの中継映像
(慶應義塾URL)



写真右：
Zoomを使って行われたクロージング
セレモニーの映像

2021年度早慶ウエイトリフティングオンラインカップ								
階級	選手名	学部学年	ベスト				トータル	順位
			Snatch	順位	C&Jerk	順位		
55kg級	奥村紀香	スポーツ科学部4年	71	1	85	2	156	1
	佐々木暁	社会科学部2年	65	3	81	4	146	4
61kg級	上野大瑚	スポーツ科学部4年	95	1	120	1	215	1
	家吉理空	社会科学部3年	80	2	105	3	185	2
67kg級	宮下一心	社会科学部3年	101	2	134	1	235	1
	橋本夏実	スポーツ科学部1年	77	4	101	4	178	4
73kg級	佐藤康太郎	スポーツ科学部3年	130	1	160	1	290	1
	伊藤紗彩	スポーツ科学部2年	84	3	102	3	186	3
81kg級	生頼啓暉	スポーツ科学部4年	128	2	163	2	291	2
	駒阪勇氣	スポーツ科学部2年	133	1	165	1	298	1
89kg級	西野溪心	スポーツ科学部4年	136	1	156	1	292	1
	小山秀斗	スポーツ科学部1年	115	2	150	2	265	2
96kg級	森田恭平	教育学部4年	110	3	125	4	235	3
	岡村幸尚	社会科学部4年	120	1	155	1	275	1
+96kg級	柏木良太	スポーツ科学部3年	143	1	176	1	319	1
	吉田琴乃	スポーツ科学部2年	70	3	95	3	165	3

リレー寄稿 あの先輩はいま

今回は昭和49年卒・野口清志先輩にリレー寄稿再開の筆を執っていただきました。

マスターズのこと・近況など

今回は近況についてということで、私のマスターズ参加のいきさつから最近のOBメンバーとの交流について書いてみたいと思います。

2015年に鈴木靖二先輩（S43卒）が逝去され、その通夜の後に近くの居酒屋に集まったマスターズの仲間から「靖さんの後を継いでマスターズに出てみないか？」とお誘いがありました。卒業して40年以上もリフティングから離れていた自分が、その時一緒に飲んでいて同期（S49卒）の鷺田徹夫、岡田文男（故人）からの「やれよ！応援するから」と後押しを受けて、また酔った勢いもあって（？）「オレ、やります！」と日ハムの新庄監督のような返事。ついに、65歳から新たにマスターズへの挑戦が始まりました。ただし、その時はリフティングシューズもベルトもない状態。しかし、岡田から鈴木先輩の遺品として受け取った新品のシューズを借り、鷺田からベルトをプレゼントされ、不思議なつながりで準備が整ってきました。

さて、あとはやるだけと覚悟を決めて始めてみると、自分の現役時代のイメージと実際の体の動き、バーベルの重量とのギャップに苦しみました。こんなにも体が思うようにならないのかと練習で感じながらも、何とかしようと久しぶりに真剣に取り組み始めたわけです。郷土の森総合体育館での練習では加納修さん（S59卒）にアドバイスをもらったり、若手のリフターたちから励まされたりして刺激をもらいました。（練習後「鷺田・岡田と分倍河原の串揚げ屋で一杯」が楽しみでした）

初めての全日本マスターズ出場は2017年、新潟県津南町での大会。ゴリさん（高橋明先輩・S46卒・故人）と同期で新潟県所属の徳橋政實先輩（故人）も出場され、お世話になりました。翌2018年の和歌山市での大会には、山内英雄先輩（S42卒）、谷川吉史先輩（S45卒）、牧野雄児先輩（S46卒）、同期の田原良英、数野裕之さん（S59卒）、野中弘一さん（H01卒）と、多くのOBが出場され、試合後の懇親会が盛り上がりました。応援には榎先輩（S45卒）、ゴリさん、水谷吉朗先輩（S48卒）、鷺田、岡田、梅本和義（S49卒）が来られ、力をいただきました。

2019年の宮崎での大会には水谷先輩が初出場され、好成績を収めました。私は残念ながらその年に手術を受けて欠場。2020年・2021年はコロナの影響で大会の中止が続き、練習もできない状態となりました。



2018年7月、和歌山市（全日本マスターズ）にて
2列目向かって左が本人

マスターズを続けていくなかの楽しみは、マスターズ開催先でのOBメンバーとの旅行です。鷺田を中心に旅行の企画や声かけを行い、参加メンバーとの打ち合わせ飲み会となります。旅行については前回のクラブニュース、ゴリさん追悼文も参考にお読みください。旅行先でも中心には必ずゴリさんがいて、笑いの絶えない旅行でした。

また、今年10月にはキャンプ大好き水谷さんのリードで、鷺田と三人で道志川周辺でキャンプを体験。夜の焚火を囲んでのひとときが最高！

一年前から水彩画の師匠、鷺田画伯から指導を受けながら水彩画を始めました。70歳になって、まだまだ新たに挑戦することが加わり、欲が出るのもいいんじゃないかと考えています。

まだまだこれからですね。

野口清志（S49卒）

今後の活動予定

既にご案内のとおり部や当会の活動も新型コロナウイルス感染拡大防止のため関係機関からの指針に従い三密（密閉・密集・密接）を避ける工夫をしながら続けているところです。

競技大会や関連行事についてここに現時点で最新の状況をお知らせしますが、感染の再拡大が予断を許さない時季となりますので今後変更となる可能性があります。どうぞご注意ください。

■ 競技大会（2022年3月まで）

大会名	会期	場所	備考
全日本大学対抗選手権1部 （男子インカレ）	12月7日(火)～9日(木)	サイデン化学アリーナ （埼玉県さいたま市）	制限緩和 * 登録制
全日本大学対抗女子選手権 （女子インカレ）	12月15日(水)～17日(金)	金沢市総合体育館 （石川県金沢市）	制限緩和 * 登録制
全日本ジュニア選手権	2月4日(金)～6日(日)	倉敷運動公園 （岡山県倉敷市）	
全日本学生選抜選手権 全日本学生新人選手権	3月3日(木)～6日(日)	スポーツ総合センター （埼玉県上尾市）	

※ 大会は観戦・応援を目的とした入場に制限が設けられる可能性があります。ご注意ください。

■ 関連行事

行事	日程	場所	備考
稲門体育会会員総会	11月26日(金)	リーガロイヤルホテル東京	中止
2021年度総会・予饗会	未定	未定	後日判断

応援はご自宅でインターネットで！



訃報

9月に道康二先輩（S37卒）が永眠されました。
在りし日の活躍を偲び、心から哀悼の意を捧げます。