

## Contents

1. インカレ女子のご案内・主将抱負
2. インカレ男子のご案内・主将抱負
3. パリオリンピック結果報告
4. 第78回国民スポーツ大会結果
5. 第66回早慶定期戦結果
6. 世界ジュニア選手権/東アジア選手権結果
7. 東日本学生個人選手権/新人選手権結果
8. 第32回バーベル会結果 9. 訃報
10. 大沼さんとの思い出やエピソードをお寄せください
11. リレー寄稿 あの先輩はいま
12. 年会費納入のお願い
13. ご支援のお願い (再掲)



五輪のオブジェの前でポーズをとる鈴木梨羅先輩

## インカレ女子のご案内・主将抱負

今年度のインカレ女子の部は以下のとおり開催されます。

女子は連勝記録更新「4連覇」を目指しての対抗戦となります。お近くにお住まいの皆さまにはぜひご来場いただき、ご声援くださいますようお願い申し上げます。会場にお越しただけでない方もオンラインでの観戦・応援をよろしく願いいたします。 ※ライブ配信は大会1日目12月13日(金)のみの予定です。

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

### 第70回全日本大学対抗ウエイトリフティング選手権大会 (女子)

期日 : 12月13日 (金) ~ 14日 (土) 会場 : はびきのコロセラム (大阪府羽曳野市)

日程	競技時間	階級	選手名	補欠
12/13(金)	11:00	45kg級	羽藤美優 (スポーツ科学部1年)	佐次桃香 (スポーツ科学部1年)
	14:10	55kg級	堤茉央 (スポーツ科学部3年)	
			徳田七海 (スポーツ科学部3年)	
	16:10	59kg級	原志歩 (スポーツ科学部4年)	
			川崎菜々紗 (スポーツ科学部1年)	
18:10	64kg級	橋本夏実 (スポーツ科学部4年)		
12/14(土)	10:00	71kg級	山田かな枝 (スポーツ科学部1年)	
	11:40	81kg級	田中陽 (スポーツ科学部2年)	

平素より多大なるご支援を賜り厚く御礼申し上げます。女子主将の原志歩です。

早稲田前人未到の「インカレ4連覇」を目指し、この一年チーム一丸となって邁進してきました。主将就任時に掲げた「全員が主役になるチーム」という目標のとおり、全員が果たすべき記録・行動を明確にして精進してまいりました。部員の度重なる怪我や夏合宿の中止など上手くいかず悩んだこともありましたが、インカレが近づく今、4連覇にかける思いがチームで強くなっていることを実感しています。

女子部員一同、4連覇に挑戦できる舞台を精一杯楽しみ、正々堂々戦ってまいります。皆さまの期待に応えられるよう、プレッシャーを力に変えて必ず4連覇を達成し、後輩達に襷を繋げます。

最後になりますが、日ごろからチームをサポートしてくださった、部長・監督はじめコーチ陣・OBOG・部員のご家族、皆さまに心より感謝申し上げます。

女子主将 原志歩 (スポーツ科学部4年)

# インカレ男子のご案内・主将抱負

今年度のインカレ男子 I 部が以下のとおり開催されます。

首都圏にお住まいの皆さまにはぜひご来場いただき、ご声援くださいますようお願い申し上げます。

## 第70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：11月29日（金）～12月1日（日） 会場：サイデン化学アリーナ（埼玉県さいたま市）

日程	競技時間	階級	選手名	補欠
11/29(金)	16:20	67kg級	奥野伊真 (スポーツ科学部3年)	
11/30(土)	12:10	81kg級	吉野真太郎 (スポーツ科学部3年)	
	13:40	89kg級	須藤之博 (スポーツ科学部3年)	
			東楽映 (スポーツ科学部1年)	
	15:20	96kg級	小山秀斗 (スポーツ科学部4年)	
			長谷川元基 (スポーツ科学部3年)	
	16:55	102kg級	今瀬竜雅 (スポーツ科学部4年)	
			田中稜真 (スポーツ科学部4年)	
12/1(日)	10:15	109kg級	菊地力哉 (スポーツ科学部3年)	

主将の小山秀斗です。

今年度は「インカレ団体3位入賞」という目標を掲げ、男子部員9人の少人数ながら一人ひとりが責任と覚悟を持ち練習に取り組んできました。

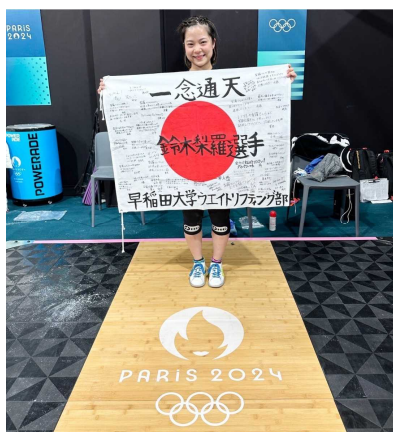
部員の怪我や台風による夏合宿の中止など、これまでチームとしての道りは決して順調と言えるものではありませんでしたが、部員全員で励まし合いながら何度も困難を乗り越えてきました。そして、春おりも結束が固くなり難局を乗り越えられるチームに成長することができました。

インカレに臨むにあたり、私たちの結束力と粘り強い試技を皆さまにお見せし、日頃から支援して下さる方々へ結果で恩返しができるよう最後まで全力で戦い抜きます。応援よろしくお願いたします。

主将 小山秀斗 (スポーツ科学部4年)

## パリオリンピック結果報告

階級	選手名	所属	BEST				TOTAL	
			S	順位	C&J	順位	記録	順位
W49	鈴木梨羅	ALSOK R3年卒	83	13位	108	6位	191	8位



競技会場で応援の日章旗を手に

いつも応援していただきありがとうございます。

自身初のオリンピック、パリ大会は8位入賞という結果でした。メダル獲得の目標に届かずとも悔しい思いですが、皆さまの温かい応援のおかげで最後まで諦めずに挑戦することができました。長期に渡る選考レースから試合当日に至るまで全力で戦うことができたからこそ、多くの学びを得ることができました。誠にありがとうございました。

私が夢舞台に立つことができたのは、紛れもなく早稲田大学での出逢いやご縁があったからです。貴重な経験を活かし、ロサンゼルス大会での金メダル獲得を次の目標に掲げ、引き続き精進してまいります。また、コーチとしても今回の経験を学生に還元していけるよう努めます。

未熟な私ですが、これからも応援よろしくお願申し上げます。

鈴木梨羅 (R03卒)

# 第78回国民スポーツ大会結果

10月6日～10日、佐賀県有田町で国民スポーツ大会が開催され、早稲田勢は部員・OB・OGあわせて17名が各都道府県の代表として出場しました。

なかでも、パリオリンピック代表を目指して佐賀県に移籍した安嶋千晶選手(H31卒)は6本すべての試技を成功させ、2019年茨城国体で達成して以来2度目となる完全優勝を果たしました。

同じく佐賀県代表としての重責を果たした生頼永人選手(H30卒)とお二人からのメッセージをご紹介します。



引退試合と決めていた佐賀国スポでは感謝を伝えられるような6本にしたいと、全試技成功させて優勝すると決めていました。

絶不調で本番を迎えたなか、それを達成できたのは会場全体に包み込まれるような温かく、心強い多くの声援があったからでした。その声援を胸いっぱい吸い込んで、「たかさんの味方が一緒に持ち上げてくれるから大丈夫だ」と自信を持ってバーベルを握ることが出来ました。卒業後も応援して下さった早稲田大学OB・OGの皆さまをはじめ、ウエイトリフティングが私にもたらしてくれた出会いと経験に心から感謝しております。

今後はスポーツを通して人生を豊かにする手助けができるような指導者になれるよう努力してまいりますので、引き続きご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。

安嶋千晶 (H31卒)

佐賀に来て今年で4年目、ついに本番となる佐賀国スポ2024を迎えました。

今年は優勝を目指して67kg級で出場しましたが、結果は両種目とも2位で有終の美を飾ることはできませんでした。悔しさ半分・やり切った気持ち半分と色々な思いが混ざっていますが、まあこれも自分らしいかなと思っています。

本当に色々な方に応援していただき、ここで4年間頑張ってきてよかったなと改めて感じました。応援、サポートしていただいた皆さま、ありがとうございました。

来年からは地元兵庫県に戻ってクロスフィットジムを運営しつつ、競技も続けていこうと考えています。加えて、少しでも早稲田大学ウエイトリフティング部の力になることができれば幸いです。改めまして、今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

生頼永人 (H30卒)



令和6年度第78回国民スポーツ大会								
階級	選手名	学部学年	BEST				TOTAL	
			S	順位	C&J	順位	記録	順位
M67	生頼永人	Team SSP H30卒	128	2位	165 CR	2位	293	2位
M67	奥野伊真	スポ3	100	15位	130	14位	230	15位
M73	生頼啓輝	兵庫県ウエイトリフティング協会 R04卒	123	6位	158	2位	281	3位
M81	西野溪心	自衛隊体育学校 R04卒	-	-	140	15位	-	-
M81	佐藤康太郎	自衛隊体育学校 R05卒	146	2位	181 CS	3位	327	2位
M81	東楽映	スポ1	145	3位	186 CR	1位	331	1位
M89	小山秀斗	スポ4	130	9位	160	12位	290	11位
M89	須藤之博	スポ3	122	15位	153	13位	275	13位
M109	菊地力哉	スポ3	141	3位	180	2位	321	3位
W49	安嶋千晶	Team SSP H31卒	77	1位	98	1位	175	1位
W49	鈴木莉乃	岩谷堂高校教諭 R05卒	60	14位	84	8位	144	10位
W49	羽藤美優	スポ1	61	12位	75	14位	136	14位
W59	小堀美穂	宇都宮市役所 R04卒	81	6位	104	7位	185	7位
W59	原志歩	スポ4	82	5位	106	5位	188	4位
W71	橋本夏実	スポ4	55	13位	70	13位	125	13位
W71	田中美奈	自衛隊体育学校 R06卒	92	5位	121 CR	2位	213	2位
W71	吉武温子	早稲田大学大学院 R05卒	96	3位	111	9位	207	5位

【凡例】 スポ：スポーツ科学部 CR：大会新記録 CS：大会タイ記録

# 第66回早慶定期戦結果



原志歩選手（スポーツ科学部4年）

選手、+96kg級で菊地力哉選手の三選手が大会記録を更新。菊地選手がC&ジャーク最終試技で180kgを挙げて会場を大いに沸かせたほか、各選手が確実に試技を成功させ加点。団体戦は早稲田131点、慶應義塾109点で早稲田が勝利し、64回目の優勝を果たすとともに、第8回大会から続く連勝記録を59に伸ばしました。

試合後にはキャンパス内グリーンマルシェで懇親会が行われ、互いに健闘を称え合い親睦を深めました。最後は、両校インカレでの活躍と今後益々の発展を期して校歌斉唱とエール交換で終了となりました。

9月22日、日吉記念館において第66回早慶定期戦が開催されました。当日は早慶両校応援部も参加し、リーダー・チャリーダーズの強力な応援が加わり、それに呼応して両校の選手も気迫に満ちた試技を展開し、かつてない盛り上がりを見せました。

競技は前半、女子が中心の早稲田に対し男子選手を揃えた慶應が優位に展開。早稲田は73kg級で奥野伊真選手が2種目とトータルで1位を確保、67kg級で原志歩選手が慶應男子に競り勝つ活躍で盛り上げ、確実に得点を挙げるも、56対64と慶應に8点リードを許し、追いかける展開で折り返します。

後半、慶應の各選手も奮闘を見せますが、早稲田は89kg級で小山秀斗選手、96kg級で長谷川元基



菊地力哉選手（スポーツ科学部3年）

第66回早慶ウエイトリフティング定期戦

階級	55kg	61kg	67kg	73kg	81kg	89kg	96kg	+96kg	合計
早稲田	13	11	17	15	15	21	20	19	131
慶應	17	19	13	15	15	9	10	11	109



両校の先輩方をはじめ多くの観客を迎えて開催

# 世界ジュニア選手権/東アジア選手権結果

9月にスペインで開催されたIWF世界ジュニア選手権、同じく9月に韓国で開催された東アジア選手権に、早稲田から男女あわせて5人の選手が出場しました。

令和6年度世界ジュニア選手権大会								
階級	選手名	学部学年	BEST				TOTAL	
			S	順位	C&J	順位	記録	順位
W49	羽藤美優	スポ1	60	14位	74	13位	134	14位
M81	東楽映	スポ1	144	14位	182	9位	326	10位

【凡例】 スポ：スポーツ科学部



W49kg級 羽藤美優選手



M81kg級 東楽映選手

令和6年度東アジア選手権大会								
階級	選手名	学部学年	BEST				TOTAL	
			S	順位	C&J	順位	記録	順位
W64	橋本夏実	スポ4	77	4位	111	4位	188	4位
M96	長谷川元基	スポ3	142	3位	177	3位	319	3位
M102	菊地力哉	スポ3	140	3位	185	3位	325	3位

【凡例】 スポ：スポーツ科学部



M102kg級 菊地力哉選手



W64kg級 橋本夏実選手

# 東日本学生個人選手権/新人選手権結果

令和6年度第48回東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	BEST				TOTAL	
			S	順位	C&J	順位	記録	順位
M81	吉野真太郎	スポ3	115	3位	145	3位	260	3位
M89	須藤之博	スポ3	128	1位	158	1位	286	1位
M102	長谷川元基	スポ3	137 CR	1位	170	1位	307	1位
M102	田中稜真	スポ4	123	6位	150	6位	273	6位

【凡例】 スポ：スポーツ科学部 CR：大会新記録



M81kg級 吉野真太郎選手



M89kg級 須藤之博選手



M102kg級 長谷川元基選手



M102kg級 田中稜真選手

令和6年度第21回東日本学生ウエイトリフティング新人選手権大会								
階級	選手名	学部学年	BEST				TOTAL	
			S	順位	C&J	順位	記録	順位
W55	川崎菜々紗	スポ1	80 CR	1位	93	1位	173	1位
W71	山田かな枝	スポ1	83 CR	1位	107 CR	1位	190 CR	1位

【凡例】 スポ：スポーツ科学部 CR：大会新記録



W55kg級 川崎奈々紗選手



W71kg級 山田かな枝選手

# 第32回バーベル会結果

10月25日、真名カントリークラブ真名コースにおいてバーベル会（早慶重量挙OB親睦ゴルフ会）が開催されました。当日は絶好のゴルフ日和で、参加者全員のびのびとプレーを楽しむことができました。

慶應重量挙三田会から8名、探球会から9名、計17名がエントリーし5組に分かれてラウンド。競技方法は両校上位5名のグロス合計による団体戦と新ペリア方式による個人戦が行われました。

プレー後に表彰式・懇親会が行われ、団体戦は慶應516ストロークに対し早稲田507ストローク。9ストロークの差で早稲田が勝利し通算成績は早稲田20勝、慶應12勝となりました。個人戦は探球会・森武彦先輩（S45卒）が優勝。ベストグロスも87ストロークで森先輩でした。

探球会では新規メンバーを募集しています。バーベル会を含め年に2～3回開催していますので、ゴルフの経験がある方、まだ始めたばかりの方も、親睦を深めるためぜひご参加ください。

幾島稔（H03卒・探球会幹事）



第32回バーベル会 表彰式後に参加者全員で記念撮影

## 訃報

10月11日、大沼賢治先輩（S28卒）が永眠されました。

早稲田ウエイトリフティングが誇るオリンピックとしての功績、また長年にわたる後輩部員への指導・激励に対し敬意を表するとともに、わが部ならびに当会へのご支援に対し心から感謝し、哀悼の意を捧げます。

## 大沼さんとの思い出やエピソードをお寄せください

監督・総監督として長きにわたり部員と接してこられた大沼さんですので、指導していただいたOBは年代も広く人数も多いため、またご高齢の先輩もいらっしゃるため一堂に会しての催しは控えさせていただきます。

偲ぶ会に替えてOBの皆さまから大沼さんとの思い出やエピソードをお寄せいただき、追悼文集にまとめ皆さまと共有させていただくとともに、記念資料として部の後輩たちに伝えていこうと存じます。

形式：文字数制限なし・感謝の言葉など短文も可、テキストファイル・メール本文、手紙・はがきも可  
※写真をお持ちの方はぜひご提供ください。画像のデータ化も対応いたします。

締切日：2025年(令和7年)3月31日必着

送付先：幹事長・野中弘一(H01卒) メール宛先 [twc@coffee.ocn.ne.jp](mailto:twc@coffee.ocn.ne.jp)

郵便宛先 \*\*\*\*\*

今回は副幹事長の平成25年卒・神田(吉野)千枝里先輩に筆を執っていただきました。

このたび副幹事長を仰せつかりました、平成25年卒の神田(旧姓・吉野)です。

高校から競技を始め、早稲田大学を卒業後、縁あって警視庁で選手を続けさせていただき、2022年に引退し、競技人生に幕を下ろしました。

自身の試合との兼ね合いもあり近い後輩のインカレを見に行きたきりでしたが、昨年何年かぶりにインカレを観戦し、インカレ女子団体三連覇の偉業を成し遂げる瞬間を目の前で見届けることができました。年甲斐もなく大声を張り上げて応援してしまい(びっくりされた選手はごめんなさい笑)、とても胸が熱くなりました。同時に学生時代のインカレの記憶が蘇り、今も昔もこうしてチームの全員が戦い励まし合うこの瞬間は変わらずそこにあり、17年の長い競技人生を振り返ってもほかでは経験できない何物にも代え難いものだったのだということを改めて思い起こさせてくれました。

「人生はケルンの一石である」という言葉があります。わが部の先輩から納会までのご挨拶としてお話しいただいたもので、私はそれがずっと心に残っており、ぜひ後輩の皆さんに贈りたいと思いました。

ケルンの石とは登山道に道しるべとして置かれる石のことで、「先人たちが置いていった石のおかげで後から来た人間は歩きやすくなる。だから自分はどのような石を足していくのか考えないといけない。自分たちも先人達に助けられてここまで来たのだから、この先は後から来る人達に手を差し伸べていきたい」というお話です。



平成25年卒同期の仲間と

コロナ禍の影響で人と人との繋がりがより難しくなってきた昨今、「今」が一杯一杯で先のことまで考えられるか!と思いがちですが、「今」に集中ですることも、家族であったり先輩であったり、「先人」がいてくれたからこそだということを思い、学生である後輩の皆さんも常に周囲への感謝の気持ちを忘れないでほしいと思います。

そういう願いを込めて、成功した事でも失敗談でも、後から来る人のために皆さんに自分なりのケルンの石を置いていってほしいと思います。

これまでなかなか思うように早稲田大学や学生の皆さんへの支援ができませんでしたが、これから副幹事長を務めさせていただくなかで、自身もケルンの石のひとつとして、少しでも何か皆さんに遺すことができればと思っています。

神田千枝里 (H25卒)

## 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： 2024年度分は2024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：15,000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**

# ご支援のお願い（再掲）

メール配信でもご案内のとおり、ポストコロナでの部活動継続に向けて今年度も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、OB・OGの皆さまに広くご協力を賜れますと幸いです。

## 【女子大阪遠征等に向けた助成金の募金について】

今年度の女子インカレは、12月13日～14日に大阪府羽曳野市で開催される予定です。女子部員10名を主体とした遠征になりますが、往復交通費と宿泊費だけでも概算で80万円程度かかる見込みです。女子は連勝記録更新「4連覇」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励み、目標とする成果を挙げられるよう、部の経済的負担軽減に向けてOB/OGの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。

また、今年度の夏合宿は台風の影響により中止となりましたが、11月29日～12月1日にさいたま市で開催されるインカレ男子の諸経費支援も助成金の目的に追加し、募金目標額は当初のままとします。

なお、募金はOB・OGが対象です。部員保護者の皆さまはご心配なさらないでください。

### 【募金目標額】

410,000円

福井合宿：一人10,000円×25名分（部員19名＋指導スタッフ6名）

大阪遠征：一人10,000円×16名分（女子10名＋指導スタッフ6名）

※福井合宿分相当をインカレ男子・女子の諸経費支援に充当します。

### 【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】

2024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**

## 【部奨学金の安定的運用に向けた支援金の募金について】

資源価格高騰の影響や気候変動に伴う風水害等の発生により、わが部においても家計急変で修学の継続が難しくなる部員が出てくるのが懸念されます。志を持って早稲田に進学・入部してきた後輩たちが誰一人として経済的理由により修学をあきらめることのないよう準備しておきたいと存じます。

### 【申込方法】

早稲田大学の寄付制度による「ウエイトリフティング部」指定寄付

※ 本制度による寄付は、寄付金控除の対象となります。

指定寄付は通年、以下のURLからお申込みいただけます。

<https://kifu-form.waseda.jp/waseda/exp/explanation.htm>

[操作手順]

1. 上記URLのページで『下記(上記)の条件に同意し「寄付を申し込む」』をクリック
2. STEP1申込入力で必要事項を入力、「寄付の種類」欄で「**体育各部または早稲田スポーツ全般**」を選択、続いて「**指定先**」欄で「**ウエイトリフティング部**」を選択
3. 決済情報入力後、『入力内容確認へ』をクリック、その後、STEP2確認画面～STEP3完了へと進む