

**2014 年全国高等学校
パワーリフティング選手権大会
平成 26 年 8 月 3 日
埼玉県、大宮武道館
写真：物江 毅、吉田寿子**

今年で32回目を迎える全国高校パワーリフティング選手権大会が、夏空の元、埼玉県、大宮武道館で行われた。大会には、JPA 関係者や高校大会を育ててきた先生方（写真下）が高校生の熱い戦いを見守った。また、関東学連に所属する各大学が、補助役を引き受け、5面で行われた大会は、大変、スムーズな試合運びとなった。

8月末には、世界サブジュニア選手権に参加する選手が、壇上で紹介され、世界へ羽ばたこうとする高校選手たちに激励の拍手が送られた。（写真右）

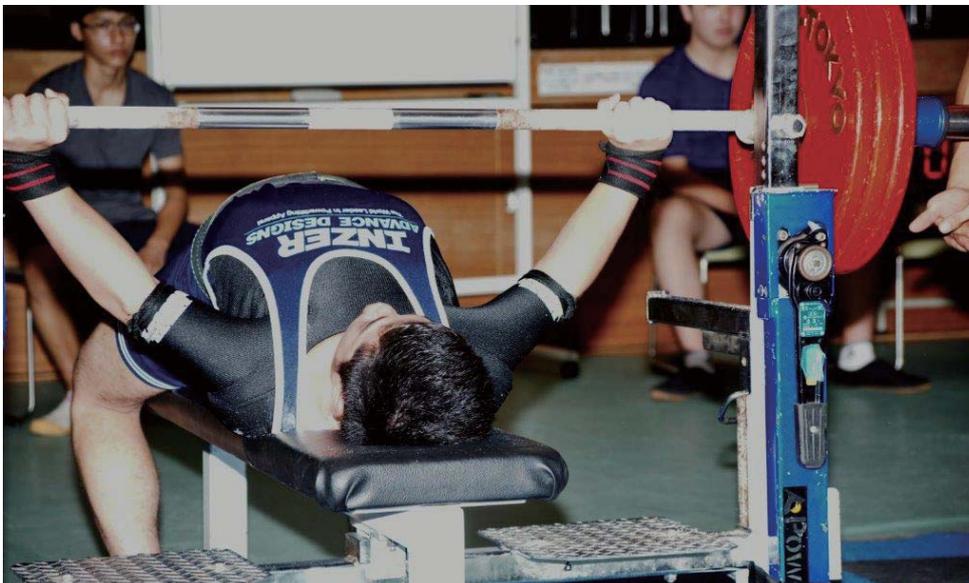




高校生たちの力強い試技。
男子66kg級

スクワット；
春日部高校所属の木内陽介選手。スクワット
250kgに成功。

ベンチプレス；
大阪興国高校岡田治也選
手、190kgの高校新記録
を樹立。K'SGym所属だ
そうです。



デッドリフト；
常総学院高校の瀬尾雅也
選手、記録は、182.5kg。



パワーシーン（写真：編集部、吉田寿子）



高校生の記録向上と個人ジムのオーナーやトレーナーの力は、切ってもきれない関係だ。BIGGUN オーナーの高橋恵介選手と選手。



高校大会では、関東近県の役員が審判として、参加、審判も、陪審員も、真剣そのもので審判に挑む。

写真左；主審の柴原氏と、後ろは陪審員の物江氏と石渡氏（いずれも東京都所属）

写真下；「大丈夫か？」と心配なフォームに思わず、体を乗り出す、アサマTCの浅間氏と北村氏。ジム所属や部活の充実しているところの選手と、我流で練習しているらしい選手のフォームに大きな差があった。





写真上；スクワットで日本新記録をマークした上常総学院高校の澤山選手と嬉しいそうなお両親、そして、健闘をたたえる武井先生。



写真左；17回世界タイトル保持者の因幡英昭氏も高校大会の応援に駆けつける。

写真下；世界サブジュニア出場が決まっている榎本選手とアドバイスを送る春日部共栄の富塚先生。



2014年度

全日本高等学校パワーリフティング選手権大会

平成26年8月5日、会場：大宮武道館

報告、写真：

国士舘高等学校パワーリフティング部

顧問 中谷 幸市

3月の選抜高校パワーで優勝者1名・準優勝者2名ということで、新年度4月始業式では表彰をしていただいた。

しかし、表彰がいけなかったようだ！（表彰していただき申し訳ない…）前日入学式を終えた新入生の前で、いきなり壇上の厳つい体系の3人の姿に……ひいてしまった。

新入生のクラスにも授業に行っているが本当に怖そうに映ったようだ。（特に吉村の体格180cm116kgにビビった?!）

そのおかげで新入部員0である。毎年同じことの繰り返しであるが、サッカー部・硬式野球部には凄い数の新入部員が入るが、知名度のないパワーリフティングはさっぱりである。

したがって、またもや団体戦ギリギリの3名での夏の全国大会を目指すことになる。

3年生になったスターズと吉村は最後の公式戦なので、つくづく月日の流れが早いものだと思ってしまう。

スターズは優勝と、とにかくデッドの日本記録を塗り替えることを最大の目標とした。

吉村は春2位であったが、1位の坂口君がとてつもなく強いので少しでも近づこうと頑張り、そのあとの世界大会まで可能性を最大限引き出そうと努力している。

《この原稿を書き始めた5月ころ新入部員が0人で途方に暮れたが、6月20日朝の登校挨拶で何気なく声をかけた授業に行っているクラスのある1年生S君（180cm, 72kg）が見学に来て、体験して入部した！

話を聞くと本人は極真空手をやっていて、筋肉をつけたかったが、パワーリフティング部の先輩がごつくて怖そうで、やはりビビって入って行けなかったようである。この子はさすがに極真空手で活躍しているだけあって、前途有望である。入部時の記録は、S：100, B：55, D：135, T：290である。》

《6月27日（金）》

全国大会まで1ヶ月と1週間までになり、金曜日のデッドはあと5回か4回になっている。

今日の選手は吉村とスターズはスーツを着用し、高島はノーギアで行った。

・デッドリフト

吉村 240kg×1回（完璧、余裕あり。）

スターズ 220kg×7回（スピード・勢いがある。）

高島 170kg×10回（自己ベスト！自信になった。）

2014年全日本高校選手権大会

平成26年8月3日、埼玉県大宮武道館

資料提供：埼玉県協会、内田充彦

男子53kg級

				学年					
1	高野 晃輔	茨城県	伊奈高校	2	51.94	162.5	85	157.5	405
2	村尾 健斗	愛知県	豊川高校	2	52.54	145	80	165	390
3	上野 光記	愛知県	豊川高校	3	52.34	130	85	160	375
4	長谷川 颯太	埼玉県	川越東高校	2	51.76	140	90	140	370
5	山本 隼人	栃木県	作新学院高校	2	49.32	140	70	145	355
6	大塚 燎	愛知県	豊川高校	3	52.52	130	70	150	350
7	武井 康介	埼玉県	川越東高校	2	51.50	135	75	135	345
8	森田 篤史	埼玉県	浦和学院高校	1	51.90	115	100	130	345
9	益子 勇吹	埼玉県	草加高校	1	50.28	90	60	130	280
10	辻森 翔也	愛知県	豊川高校	3	52.08	100	60	120	280
11	加藤 陽向	栃木県	作新学院高校	2	48.96	100	50	110	260
—	松井 研人	埼玉県	川越東高校	2	49.34	—	—	—	—
—	林 紘夢	愛知県	岡崎城西高校	2	51.70	150	—	—	—

59kg級

1	佐竹 優典	埼玉県	春日部共栄高校	3	58.74	230.5	135	210	575.5
2	村田 元輝	神奈川県	厚木商業高校	2	57.26	160	145.5	150	455.5
3	植木 信芳	埼玉県	浦和学院高校	3	58.32	170	97.5	180	447.5
4	蔦澤 寛	埼玉県	春日部共栄高校	3	58.30	160	100	170	430
5	岩瀬 司	茨城県	常総学院高校	3	57.88	170	85	170	425
6	原科 大城	茨城県	常総学院高校	3	57.42	145	110	165	420
7	川上 慎之助	埼玉県	浦和学院高校	3	58.38	160	85	160	405
8	新家 和季	愛知県	岡崎城西高校	2	56.96	150	100	150	400
9	今川 翔太	埼玉県	浦和学院高校	3	57.32	145	87.5	165	397.5
10	森脇 康介	岡山県	関西高校	3	56.98	125	117.5	150	392.5
11	鈴木 悠介	栃木県	作新学院高校	2	57.64	150	90	135	375
12	松島 和希	栃木県	作新学院高校	2	56.18	130	70	170	370
13	日馬 啓晶	埼玉県	川越東高校	1	58.16	145	75	140	360
14	窪川 海	埼玉県	越谷北高校	2	57.20	125	80	145	350
15	津崎 琳	京都府	京都府立農芸高校	2	57.48	130	65	155	350
16	生田 航大	愛知県	岡崎城西高校	2	57.90	115	75	160	350
17	河地 順平	茨城県	水海道第一高校	2	57.02	132.5	80	122.5	335
18	重野 将基	愛知県	岡崎城西高校	3	56.08	130	70	130	330
19	山本 俊明	埼玉県	越谷北高校	1	55.98	105	65	145	315
20	山崎 棕太	埼玉県	東京成徳大学深谷高校	1	55.40	105	65	115	285
21	寺澤 大河	神奈川県	金沢総合高校	2	52.06	100	67.5	115	282.5
22	大山 凌加	埼玉県	草加高校	1	55.54	90	62.5	130	282.5
23	孫田 侑真	埼玉県	春日部共栄高校	2	58.28	90	77.5	115	282.5
—	神谷 知弥	愛知県	岡崎城西高校	2	57.72	140	—	—	—
—	久保 雄嵩	栃木県	作新学院高校	2	53.86	—	—	—	—
—	上野 純平	栃木県	作新学院高校	2	54.34	—	—	—	—

66kg級

1	木内 陽介	埼玉県	春日部共栄高校	3	65.24	250	150	247.5	647.5
2	岡田 治也	大阪府	興國高校	3	65.10	177.5	190	155	522.5
3	瀬尾 雅也	茨城県	常総学院高校	3	63.60	205	117.5	182.5	505
4	田中 研輔	愛知県	岡崎城西高校	3	64.62	190	100	200	490
5	中野 涼	埼玉県	春日部共栄高校	3	65.22	185	105	190	480
6	上田 聖耶	愛知県	至学館高校	3	65.74	175	95	200	470
7	遠藤 颯人	埼玉県	川越東高校	2	62.64	180	90	172.5	442.5
8	佐藤 隼	埼玉県	越谷北高校	3	63.56	155	102.5	175	432.5
9	中山 優希	埼玉県	春日部共栄高校	2	64.76	175	100	155	430
10	安本 三世	神奈川県	厚木商業高校	2	63.28	150	105	150	405
11	勢 義章	埼玉県	川越東高校	2	61.82	170	80	150	400
12	尾崎 良太	埼玉県	川越東高校	3	64.48	165	100	100	365
13	益居 秀	埼玉県	越谷北高校	2	64.12	110	90	160	360
14	池田 猛人	大阪府	金光藤蔭高校	3	63.48	130	67.5	155	352.5
15	岩瀬 龍彦	茨城県	常総学院高校	2	60.18	135	65	145	345
16	村上 大輔	東京都	田無工業高校	3	64.14	115	80	140	335
17	南部 大樹	愛知県	岡崎城西高校	2	62.68	112.5	75	140	327.5

18	井波 開翔	茨城県	常総学院高校	2	59.74	110	65	150	325
19	新井 大雅	埼玉県	東京成徳大学深谷高校	1	63.94	120	65	135	320
20	古家 一真	兵庫県	神戸工業高校	1	61.26	95	55	112.5	262.5
—	上野 大輝	栃木県	国学院栃木高校	2	62.58	115	—	140	—
—	中嶋 恭介	愛知県	岡崎城西高校	2	61.36	—	—	—	—

74kg級

1	古川 潤	京都府	京都府立農芸高校	3	72.82	237.5	105	242.5	585
2	宇津木 啓	埼玉県	越谷北高校	3	73.36	220	145	215	580
3	林 巧	愛知県	豊川高校	3	66.18	185	125	215	525
4	清水 雅信	神奈川県	金沢総合高校	3	69.66	180	130	200	510
5	佐藤 哲裕	茨城県	水海道第二高校	2	67.50	205	107.5	187.5	500
6	中嶋 幸磨呂	大阪府	金光藤蔭高校	3	70.28	200	120	180	500
7	梅澤 昂樹	栃木県	作新学院高校	3	66.06	170	125	180	475
8	夏目 裕也	愛知県	豊川高校	3	70.08	190	100	180	470
9	伊藤 直登	北海道	帯広市立南商業高校	2	71.86	170	117.5	180	467.5
10	國芳 雅也	広島県	高陽高校	3	72.50	165	95	205	465
11	栗津 剛	茨城県	常総学院高校	3	69.70	170	90	202.5	462.5
12	岩田 宏希	茨城県	つくば工科高校	2	69.72	150	151	150	451
13	小鹿 凌平	埼玉県	川越東高校	2	69.50	170	90	190	450
14	伊藤 真人	愛知県	至学館高校	3	66.82	165	95	180	440
15	築瀬 秀賢	茨城県	常総学院高校	3	67.92	165	100	170	435
16	高見澤 龍	埼玉県	春日部共栄高校	2	70.56	170	95	165	430
17	杉本 士恩	埼玉県	川越東高校	3	71.50	170	90	170	430
18	寺田 勇	栃木県	作新学院高校	2	66.06	160	90	170	420
19	小松崎 直人	茨城県	真壁高校	3	71.44	155	115	140	410
20	千口 貴也	東京都	田無工業高校	3	74.36	145	85	180	410
21	山中 俊樹	茨城県	真壁高校	3	69.94	160	105	140	405
22	佐原 一揮	埼玉県	浦和学院高校	3	73.42	140	87.5	140	367.5
23	晝間 翔登	埼玉県	浦和学院高校	3	73.42	145	85	130	360
—	並木 康真	栃木県	作新学院高校	3	66.94	—	—	190	—

83kg級

1	田中 スターズ	東京都	国土館高校	3	75.16	205	150	220	575
2	堀口 徹也	埼玉県	浦和学院高校	2	79.26	190	140	182.5	512.5
3	箕 成司	愛知県	至学館高校	3	77.34	190	105	210	505
4	小野口 雄俊	栃木県	作新学院高校	2	77.72	210	110	177.5	497.5
5	横溝 英紀	埼玉県	川越東高校	2	80.94	200	95	165	460
6	中村 大輝	埼玉県	川越東高校	2	75.82	170	85	180	435
7	秋本 凌	埼玉県	春日部共栄高校	1	81.86	140	85	185	410
8	橋本 直樹	茨城県	常総学院高校	1	76.24	160	60	165	385
9	田中 眞	京都府	京都府立農芸高校	1	74.26	120	80	155	355
—	許 英萬	茨城県	常総学院高校	3	74.06	200	—	—	—

93kg級

1	安中 一貴	埼玉県	川越東高校	3	91.74	250	125	241	616
2	高島 皓介	東京都	国土館高校	2	84.96	215	132.5	200	547.5
3	志田 将太	茨城県	常総学院高校	3	89.72	215	127.5	190	532.5
4	小林 弘平	栃木県	作新学院高校	3	92.28	205	125	190	520
—	柏木 悠太郎	埼玉県	春日部共栄高校	2	92.2	—	—	—	—

93kg以上級

1	坂口 諒丞	愛知県	豊川高校	3	109.26	285	165	280	730
2	吉村 優	東京都	国土館高校	3	116	260	145	240	645
3	須藤 健介	茨城県	下館工業高校	2	115.78	230	218	175	623
4	高橋 芳城	埼玉県	浦和学院高校	2	117.44	210	112.5	185	507.5
5	齋藤 怜馬	栃木県	作新学院高校	2	93.22	190	95	160	445
6	山下 晃	埼玉県	浦和学院高校	2	93.18	120	95	150	365

女子47kg級

1	植村 茉由	埼玉県	浦和学院高校	2	44.22	70	40	92.5	202.5
2	清水 優里奈	埼玉県	草加高校	3	41.30	50	40	95	185
3	須藤 結希	埼玉県	草加高校	3	46.20	60	30	95	185
4	高野 朋美	埼玉県	春日部共栄高校	2	43.84	45	30	95	170
5	土居 奈優	埼玉県	草加高校	1	45.72	50	27.5	82.5	160

52kg級

1	花田 結衣	栃木県	作新学院高校	3	49.26	90	60	102.5	252.5
2	澤山 あおい	茨城県	常総学院高校	1	47.24	100.5	35	97.5	233
3	塚本 奈津美	大阪府	金光藤蔭高校	2	49.36	82.5	45	95	222.5
4	柳澤 美保	埼玉県	春日部共栄高校	3	51.74	80	40	87.5	207.5
5	丸山 こころ	栃木県	作新学院高校	2	47.54	50	50	65	165
6	千葉 千耀	埼玉県	草加高校	1	48.08	35	25	82.5	142.5

57kg級

1	榎本 茜	埼玉県	春日部共栄高校	3	56.46	135.5	55	120	310.5
2	小林 展代	埼玉県	春日部共栄高校	2	55.76	120	65	90	275
3	来栖 彩	茨城県	常総学院高校	1	55.46	95	32.5	95	222.5
4	浦野 萌々	埼玉県	草加高校	1	52.30	55	37.5	80	172.5

63kg級

1	吉田 真優	埼玉県	春日部共栄高校	2	61.52	110	40	130	280
2	斎藤 あすか	埼玉県	草加高校	3	59.36	85	55	120	260
3	堀北 夏未	東京都	東京都立町田総合高校	3	62.56	90	62.5	100	252.5
4	篠田 あさみ	埼玉県	浦和学院高校	2	61.14	90	45	100	235
5	西尾 渚	埼玉県	春日部共栄高校	2	60.68	65	35	90	190

72kg級

1	工藤 みちる	茨城県	常総学院高校	2	66.90	120	72.5	125	317.5
2	鈴木 恵美里	茨城県	真壁高校	3	66.80	110	65	132.5	307.5
3	内田 なつめ	愛知県	岡崎城西高校	2	63.44	70	30	100	200

高更新記録樹立者

*	榎本茜	女	サブジュニア	57kg級	135.5kg
*	榎本茜	女	高校	57	135.5
*	沢山あおい	女	高校	52	100.5
*	花田結衣	女	高校	52	60
*	坂口諒丞	男	サブジュニア	74	280
*	坂口諒丞	男	高校	74	280
*	安中一貴	男	高校	93	241
*	岩田宏希	男	サブジュニア	74	151
*	岩田宏希	男	高校	74	151
*	岡田治也	男	サブジュニア	66	190
*	岡田治也	男	高校	66	190
*	村田元輝	男	高校	59	145.5
*	佐竹優典	男	サブジュニア	59	230.5
*	佐竹優典	男	高校	59	230.5

まずまずのいい調子である。

このままで行けばいいのだが、7月9日から定期試験である。

これで、体力と気力を奪われてしまうが、致し方ない。

《7月11日(金)》

試験の終わった日の練習。やはり、みんな体力を吸い取られていて、‘重い、重い’を連発している。毎回のことでしょうがないので、焦らず回復を待つのみである。

《7月14日(月)》

多少回復してきている。スクワットスーツ、バンテージ着で重さに慣れる。

ノーギアでも重さに耐える練習で回数は減らす。

《7月16日(水)》

ベンチシャツ着

吉村 155kg×1回 (胸につきにくい。)

スターズ 160kg×1回 (完璧、スピード・勢いがある。)

高島 130kg×1回 (なんとかフィニッシュ。)

《7月18日(金)》

デッドスーツ着

吉村 230kg×4回 (余裕あり。)

スターズ 220kg×7回 (スピードあるが最後はギリギリ。)

高島 200kg×5回 (最後は粘って成功。)

《7月21日(月)》

スクワットスーツ、バンテージ着

吉村 235kg×1回 (軽く成功。)

スターズ 205kg×1回 (軽い。本人は腰が痛いと言っているが、まずまず。)

高島 225kg×1回 (完璧。)

《7月22日(火)》

エントリー表が発表された。うちは3月の選抜大会の記録だが、茨木は5/18、埼玉は6/22の記録が載っている。

吉村…春は2番であったが、+93kg級の上から3番目の位置につけている。

共に世界へ行くトップの坂口君が飛びぬけて強い。差は100kg

スターズ…春は1番で今回も1番。しかし、成長著しい他校の選手には油断はできない。

高島…春は2番であったが、93kg級の上から4番目の位置につけている。

(トップとの差は85kgであるが、もちろん抜き返すつもりである。)

茨城・埼玉の選手の成長をマークしながら、作戦を立てねばならない。

《7月23日(水)》

ベンチシャツ着

吉村 世界大会のメディカルチェックのため休み。

スターズ 160kg×1回

高島 130kg×1回

《7月25日(金)》

ラストデッド(スーツ着…3人とも気持ちよくスタート重量を挙げてお仕舞。

吉村 240kg×2回 (1本目軽い、2本目粘る。)

スターズ 230kg×1回 (余裕あり。)

高島 210kg×3回 (1、2本目軽い、3本目粘る。)

《7月28日(月)》

ラストスクワット…3人それぞれのスタイルでお仕舞。

吉村 210kg×1回(スーツのみ)(軽く成功。)

スターズ 200kg×1回(バンテージ着)(軽い。腰が痛いと言っているが、まずまず。)

高島 170kg×1回(ノーギア)(完璧。)

《7月30日(水)》

ラストベンチ…3人ともノーギアで最後の練習。

吉村 100kg×8回×2セット。

スターズ 110kg×8回×2セット

高島 90kg×8回×2セット

7/31～8/2日は完全OFF、しっかり体を休め、しっかり栄養を摂ることを指示する。

《8月3日(日)全国大会当日》

	スクワット			ベンチプレス			デッドリフト			トータル・順位
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	
吉村	230○	,245○	,260○	145○	,155×	,155×	230○	,240○	,パス	645kg・2位
スターズ	200○	,205○	,パス	150×	,150○	,155×	210○	,220○	,230.5×	575kg・優勝
高島	200○	,215○	,230×	120○	,127.5○	,132.5○	200○	,215×	,215×	547.5kg・2位

※ 団体戦参加ぎりぎりの3名の得点合計が16点で、団体戦3位

(去年が同じく3名で3位だったので、今回も同じく本校の伝統を貫く形であった。)

人生つくづく上手くいかないものである…。

吉村とスターズ、3年間本当に先輩のハードな攻撃的な練習を競い合って頑張った。

私も刺激を受け自分も追い込める練習ができた。

彼らのセット数にブレーキも掛けた。

3年間の集大成になって、スターズは腰がいい状態でなく試合が近づいた。

最初の伸び率と腰の状態が良ければ間違いなく日本記録は取れたはず…。



顧問・監督としては、なんとか最高の結果・最高のパフォーマンスをさせてやりたい気持ちが非常に強い。

スターズの日本記録達成が叶わないことに対して心が痛む。

8歳で日本にやってきて、いきなり全く違う環境で生活し、日本語もままならない状態で、日本の学校に通い、中学から国士館で6年間、補習に明け暮れ、山ほ

どの課題提出に迫られ、片道3時間近い通学をして頑張った。(自宅は神奈川県の上野原である。自ずと睡眠時間はしっかり摂れなかったであろう。)

日本での暮らしが10年、彼は日本人のような気質、感情がそなわって、日本人らしくなってしまった。

試合・表彰式が終わり、部員・OB全員で恒例の焼肉に行ってしっかり食べ、帰路に着くと、彼ひとり次のようなメールを私に寄越した。

『先生、今日は1日暑い中本当にありがとうございました。あまり良い結果は出せませんでしたが、3年間国士舘パワー部で本当によかったです！腰のこともあり、辛いことたくさんありましたが本当に楽しかったですし、中谷先生の生徒で本当に良かったなって心から思います。3年間本当にありがとうございました！そして残り短い間ですが、これからもよろしく願い致します。』

これに対し私は

『お疲れ様！正直、最大限力を出し尽くしましたね！

欲を言えば日本記録は取らせなかった！！しかし、優勝したのだからOKでしょう！！！！』

と返した。このように彼は繊細で相手を気遣うことのできる子なのである。

可愛い、いい生徒である。

吉村はやはり相手が強すぎた！しかし、強い選手に向かっていくことで、本人も随分成長させてもらった。スクワット260kg、デッド240kgは、我が部の歴代1位である。

ハンガリーの世界選手権でもいい経験を積んで頑張ってもらいたい。

高島は相変わらず経験不足が出てしまい肝心なところで集中力・気魄が途切れてしまう。

まだ2年生なので今後に期待をしたい。伸びしろはまだまだ沢山ある選手である。

あと1年、大化けさせてみたい！

