

G3 のツイッター その 15

烈剛河内 竹井 保満

全日本マスターズ・ウェイトリフティングの大会は、大幅な自己記録更新を、と、万全を期して臨みましたが、残念ながら失格に終わりました。

スナッチ、バーベルを一気に頭上に引き上げる競技ですが、昨年より2キロも向上しました。次の競技クリーンアンドジャークは、バーベルをいったん肩まで引き上げ、反動をつけ一気に頭上に挙げる競技ですが、肩から押し挙げるスピードが遅く、ポンと拳がらずプレス（押拳げ）と判定され失格に成りました。

指導者講習会で東海大の有賀誠司教授に教わったピリオダイゼーション（期分け）をしっかりと踏まえ、筋肉強化よりも技術的なトレーニングを組み込めなかったのが失格の原因と反省しています。

私は、色々な競技に参加していますが、メダルには届かなくとも失格は有りませんでした。今回は、大変なショックでした。

町に出ても秋田美人には出会えず目に入るのは、包丁や桶を持った生剥（ナマハゲ）ばかり、飛行場は、大声で喋りまくる外国人、英語、韓国語、中国語の案内板、オ・モ・テ・ナ・シも程々に、オ・ヒ・ト・ヨ・シではないかと、年甲斐もなく関係のないものまで腹立たしく感じました。

競技には参加したものの、競技が出来なかったことと自戒しています。

本年10月1日からスポーツ庁が発足し、幾つかの省庁にばらばらになっていたスポーツ行政を一括することだそうです。

私が一番気になるのは、今までは厚生労働省の管轄であった、老人の福祉に関すること、老人の保健に関するものがどの様になるか心配です。

団塊の世代の認知症もそろそろ始まっています。

目的を持って動かない老人は万病の素、私の同窓も生き残った者は例外なく病院通い、10種類以上の薬を処方され、山ほどの薬を飲み忘れています。治療代も薬代も9割か7割は国のお金です。為政者も国家予算を人気取りのばら撒きでなく、数年先の老人医療費の削減のためにも何をすべきかよく考えて頂きたい。

新しいスポーツ庁は、スポーツ健康推進課なるものが出来るそうです。老人福祉、老人の健康について、良い施策をお願いしたいと思います。