

5月号パラパニュース

特定非営利活動法人日本パラ・パワーリフティング連盟

事務局：〒107-0052 東京都港区赤坂1-2-2-4F

電話：03-6229-5423、FAX：03-6229-5420

メール：jppf.jimu@gmail.com

ホームページ：http://jppf.jp/



写真上；41kg級、優勝、成毛選手

写真上下；躍進、45kg級、中嶋選手

写真右；日本女子第一人者、小林選手

□ 第二回パラ・パワーリフティングチャレンジカップ京都大会 (写真：西岡浩記)

今年のチャレンジカップ京都大会が、4月13-14日の二日間、京都府城陽市のサンアビリティーズ城陽体育館で開催された。大会開催は、連盟と京都府との共催で開催され、城陽市、日本障がい者スポーツ協会日本パラリンピック委員会、京都府社会福祉事業団、NPO法人京都スポーツ・障害者スポーツ推進協会の皆さんの後援を受け、WPPO(世界パラパワーリフティング)の公認大会として盛大な大会となった。大会の参加選手50名の中には、2018年度第二回Jスター発掘事業で発掘された城陽市の選手も参加し、大会優勝者にはお米や記念品が贈呈されるなど、地元の皆様の大きなご支援を頂いた大会となった。大会は、東京パラリンピック参加を占う、世



界パラ・パワーリフティング選手権大会日本代表選手選考会の対象大会となっており、大会は、選手どおし、抜きつ抜かれつの接戦大会となり、大変見ごたえのあ

る試合展開が繰り広げられた。二日間の大会終了後には、世界選手権日本代表選手が発表され、この代表選手の中から、東京パラリンピック出場者が決まる、ということになる。

女子の部



参加 10 名の内、6 名が自己ベストを更新するという大躍進の女子結果となった。

41 k g 級では成毛美和選手 (Apresia Systems 株式会社) が、第 3 試技で 53.5 k g の日本記録を更新し、さらに特別試技で 55 k g をマークし、パラリンピック標準まであと 2 k g と迫った。

45 k g 級では、日本の第一人者小林浩美選手が 59 k g をマークしてパラリンピック標準まであと 1 k g となった。パラリンピック標準を考えれば、競技会内で記録を出して欲しいところだが、73 k g 級の坂元智香選手は、第 3 試技で自己ベスト 70 k g をマークし、特別試技ではパラ標準に当たる 72 k g をマークした。今後の試合では、競技会以内でパラ標準を突破して、パラランキングに名前を連ねていただきたい。ルールでは、選手の記録は第 3 試技までが競技会では認められ、第 4 試技は競技会外の

記録狙い (POWERLIFT) と位置づけられ、残念ながら世界やパラリンピックランキングにはこの記録は数えていただけない。

「躍進」と言えば、一番は、50 k g 級の中嶋明子選手だろう。中嶋選手は自分の障害を見つめながら、時には、体重が減らず試合を断念したり、高地による脱水でいつもは軽く上がる重量が上がらなかつたり、と、この 2 年間、様々な状況と闘ってきた。自己ベストが 53 k g で、あと、1 k g 上がれば世界代表権を取れる、という、東京パラにとっては、瀬戸際試合となった。試合は 51-54 と確実にとり、まず、世界代表権を獲得。3 回目は、イチカバチカ (?) の 58 k g に挑戦し、これを軽くクリアした。外からみていると挑戦と見えたが、案外本人は、計算尽くした試合運びであったのかもしれない。

55 k g 級では激しい戦いが繰り広げられた。このクラス常勝の山本恵理選手 (日本財団パラリンピックサポートセンター) は、世界選手権を前に、体の組成を変えていくことを決意、食生活の改良



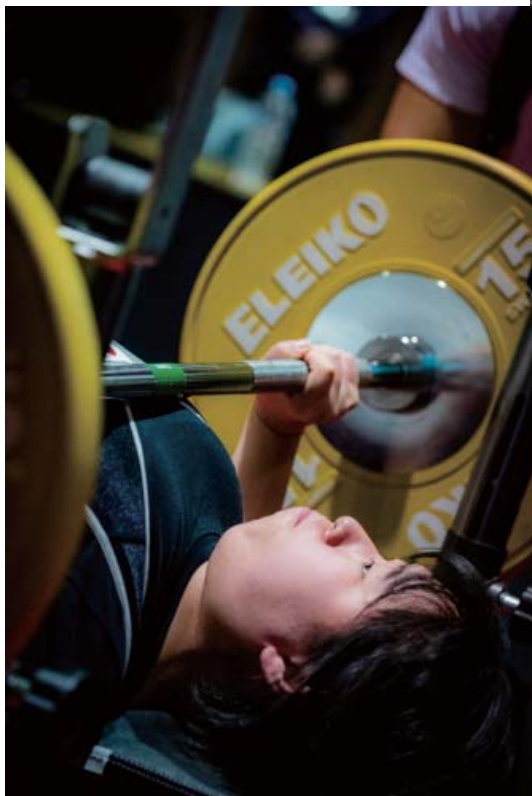
少しずつ記録を伸ばし競技会をエンジョイする軽森選手



で、体重が4kg落ちる。そのため記録的には、自己ベストはならなかったが、世界に向けての準備試合として、大変有意義な試合となった。2位に入った中村光選手(パワーハウス)は、この2ヶ月、練習態度に変化が見られた、バーベルに挑む真剣な表情がそのまま、練習成果に現れ、ぐんぐん記録を伸ばしてきた。54kgの強化指定選手Cとなる記録を確保した後、世界選手権選考基準となる56kgに挑戦。見事クリアー！と、思ったが、残念ながら赤2、白1の判定で失敗となり、世界代表権を失った。とは、いえ、まだ20歳代。これからのがんばりで、パリ、ロスと上を目指して躍進し続けてもらいたい。こ

のクラス3位となった、軽森選手。51kgをマークしたあと、世界選手権標準突破を目指し56kgに果敢に挑んだが、残念ながら失敗となってしまった。

女子61kg級では、龍川崇子選手が、自己ベストの50kgを軽くクリアーし、優勝を確保した後、56kg、59kgと重量を上げ、世界標準突破を目指したが、残念ながら失敗となった。このクラス2位となった水江加奈子選手(パワーハウスつくば)は48kgを第一試技でとり、第二、三試技で50.5kgの日本記録に挑んだが、惜しくも失敗となった。龍川選手、水江選手とも、是非、次の目標、パリを目指してがんばってもらいたい。



視覚障害者のスポーツは、JPCの管轄下であり、JPCからの支援を受けて、視覚障害の部の国際大会に参加している。そのためには、年に一度は、当連盟の開催する大会に参加することが、国際大会派遣の条件となる。女子の部、67.5kg級、瀬川真澄選手は、自己の持つ記録を上回り64kgの日本新記録をマークして優勝した。男子では75kg級の大谷重司選手が120kgをマークして優勝した。大谷選手は、2018年の世界選手権では、マスター部で145kgをマークして金メダルを獲得している。本年も11月に世界選手権がエジプトで開催されるので、連覇目指してがんばってもらいたい。視覚障害の部のルールは、健常者の過去のルールから変わっておらず、体重区分もパラ・パワーの部とは異なっている。

男子49kg級は、ベテラン三浦浩選手(株式会社東京ビッグサイト)と、新進気鋭の加藤尊士選手(豊田市役所)の一騎打ちとなった。昨年のアジアオセアニア大会では加藤選手がリードし、

やったね！満面の笑顔坂元選手



昨年度の全日本では、接戦を制して三浦選手が加藤選手を下して優勝した。今大会でも二人の接戦が期待されたが、三浦選手は本来の力を取り戻しつつあるのか（自己ベストは135kg）加藤選手を8kg引き離して優勝した。世界選手権での2人のバトルを期待したい。

地元の高校生、中川翔太選手が出場。中川選手は、Jスター二期生に合格し、新しい育成選手として、京都が期待する選手だ。体重がまだ32kgしかないが、体重を上回る35kgを上げて優勝した。

54kg級は、西崎哲男選手（株式会社乃村工藝社）と市川満典選手（今回は欠場）の力が飛びぬけており、このクラスを避ける選手が続出。西崎選手と林剛史選手のただ二人の出場となった。西崎選手は、134-138-140とも完璧試技で優勝。さらに特別試技では142kgの日本新記録をマークした。本人は、「140kgの壁」と言う言葉を使っていたが、この壁を破った今、一気に記録の向上を、期待したいところだ。林選手は、第一期のJスターで発掘された選手。障害と付き合いながらの仕事、練習は、大変そうだが、記録は、しっかり試合のたびに上昇している。諦めず、コツコツと上を目指し

てがんばってもらいたい。

59kg級は世界代表のあと一枠の獲得合戦に試合前から大きな関心を持たれるクラスとなった。このクラス第一人者の戸田雄也選手がクラスを上げて、65kg級にエントリーしていることも、注目の一つであった。戸田選手は、このクラスの代表権利を持っているので、優勝者が世界に行ける。村井都稚夫、岡田有史選手（株式会社電通国際情報サービス）の戦いになると思われるこのクラス。村井選手は直前に頸椎ヘルニアを起こし、欠場。岡田選手の独走か、と、思われたが、フタを開けてみると、光瀬智洋選手（54kg級）、奥山一輝選手（順天堂大学）（49kg級）の2人が階級変更し、このクラスに参加してきた。光瀬選手の自己ベスト111kg。奥山選手は109kg。この数字が階級を上げたことでどう変わるか、注目の第1試技が始まる。岡田114kgスタート。奥山117kg、光瀬118kg。三人ともに白判定スタート。試合前、このクラスの攻防は120kgを確実に上げた者が勝ち、と予想された。第2試技、岡田選手は119kg申請。奥山120kg、光瀬121kg。岡田選手が確実に取れば、岡田選手かな？奥山選手、練習から見て120～123kg位かな、光瀬選手、非公式で120kgを上げたのは見



視覚障害の部は、コーチと二人三脚（写真上の上）、アウトリーチで子供達にアンチドーピング指導（写真上）

選手の紹介



たものの、止めが甘かったかな？など、頭の中で、様々想像しながら選手の試技を待つ。おっと、岡田選手 119 k g 惜しくも失敗。奥山 120 k g、光瀬 121 k g いずれも白判定。岡田選手 3 位に後退。第 3 試技は？奥山選手 121 k g 申請。光瀬選手 125 k g 申請。これを見て、奥山コーチ陣 125 k g に変更。光瀬選手再び 126 k g に変更。奥山コーチ陣 126 k g に変更。これ以上の変更はルール上できない。すると光瀬コーチ陣 127 k g に変更。さて、結果待ち。奥山選

手失敗。これで光瀬選手の優勝が決まる。光瀬選手 127 k g を見事に上げて、優勝に花を添えた。コーチ陣もまさか、光瀬選手が 127 k g を上げてくるとは予想しておらず、ビックリの拍手。光瀬選手に聞くと試合前には 125kgx2 回を上げていたので、127 k g は行くかな、と、思っていたとの事。光瀬選手の集中力と爆発力に脱帽。

この 3 人に続き、東京の蛭名敏正選手が 81 k g の試合での自己ベストをマークして 4 位。まだ、始めたばかりの奥山選手と同学年の清水健悟選手が 80 k g で 5 位。練習では止めないで、ぎりぎり 80 k g。それをきちんとルールどおり上げる集中力に将来が期待される。6 位には島根県の古田康和選手が 3 本成功の 70 k g を上げて入った。北海道から参加の志賀選手は、不運なことに、前日、ホテルで骨折。本人は出場を希望したが、ドクターストップがわかり、参加を断念。まずは、怪我を治して、全日本には復帰してもらいたい。

65 k g 級も目が離せない。

佐野義貴選手 (アクテリオンファーマシューティカルズジャパン株式会社) が現在このクラスストップ、下のクラスから上がってきた戸田雄也選手 (北海道庁)、長年このクラスをリードしてきた城隆志選手。スキーマスター森井大輝選手。佐野、戸田、城選手のスタートは全員 130kg。森井選手は、直前までスキーマスターの遠征で練習ができていなかったらしく 120kg スタート。トップ 3 人が 130 k g に成功。森井選手は、第 1 試技を落とす。この失敗で、上位陣を崩すのは難しく、4 位確定。第 2 試技はトップ全員 135kg を申請。これを佐野、戸田が取って、城が落とす。この後、3 回目も城選手は、同重量を目指したが、判定の厳しさに赤判定で、失敗。順位を 3 位確定とした。順位争いは最後の第 3 試技に持ち込まれ、何度か、重量変更が行われた後、佐野選手が 138.5 k g の日本記録を申請。佐野が成功、戸田がこれを失敗して、佐野の優



54kg 級、優勝の西崎選手と、コーチ。



勝が決まる。更に特別試技では、戸田選手が負けじと139 kgに挑む。が、惜しくも失敗。佐野選手が140 kgに果敢に挑戦して、成功。佐野選手は優勝と日本記録を獲得した。

また、このクラスには中学生の大宅心季がお父さんと二人三脚で出場。64 kgのジュニア新記録をマークした。

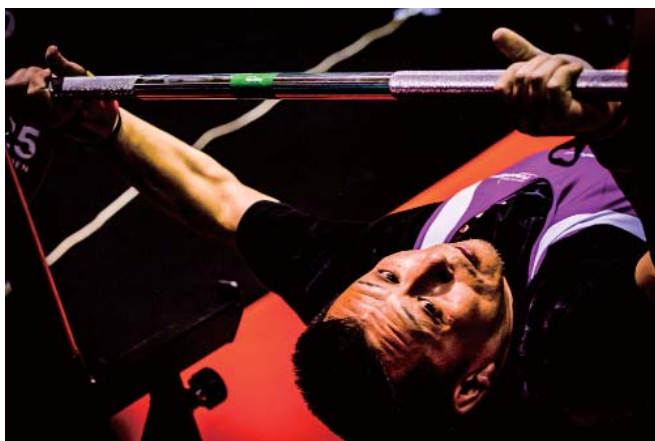
72 kg級は、斉藤伸弘選手の独走で、147 kgの自己ベストをマークして優勝。2位には、体調不良が続いていたが、やっと、調子が上がってきたと言う鈴木昭一選手が132 kgの自己ベストをマークして2位に入った。3位は、岐阜県出身の川島豪選手が、100 kgをマークして入った。

80 kg級は、2位以下の攻防次第で、全く順位の予想がつかなかったクラス。優勝は、アテネ、ロンドンと二度のパラリンピック参加経験のある宇城元選手(順天堂大学)で、172 kg。180 kgを



取りたかったところだった。が、半年前のアジアオセアニア大会で、突然、全く力が入らなくなり、どん底を味わった宇城選手は、この半年、怪我のないトレーニングとは何か、を追及し、172 kgまで、回復してきた。世





界、そして東京に向かって、記録の向上を期待していききたい。さて、問題の2位。田中翔悟選手（三菱重工高砂製作所）は72 k g級から1階級上げて参加、佐藤芳隆選手（パワーハウスつくば）と金谷晃央選手は、アジアオセアニアも、全日本も1 k g差で金谷選手に軍配が上がっていた。今回も同じような展開があるかと期待されたが、金谷選手は、135 k gに留まり4位となった。田中選手は、作戦を駆使して佐藤選手に挑んだが、佐藤選手は、151 k gまで記録を伸ばしに2位の座を確保した。田中選手は、第3の150 k gに失敗し、記録145 k gで3位となった。4位には、野沢哲也選手が125 k gをマークして入った。

88 k g級では、北京、ロンドン、リオと三大会連続でパラリンピックに参加している大堂秀樹選手（SMBC 日興証券株式会社）が、リオ以来二年かけて怪我を克服し、197 k gの日本記録をマークして優勝した。現在、世界ランキング3位。東京を目指して、益々邁進していただきたい。2、3位の接戦も激しく、南出悠有選手が146 k gで3位、石原正治選手（オリンパステルモバイオマテリアル株式会社）が

147 k gの自己ベストで2位となった。4位は、千葉県の名根口和樹選手が90 k gであった。

97 k g級では、佐藤和人選手がどれくらいの記録を上げるか注目されたが、大自己ベストの155 k gをマークして優勝した。2位には、試合初参加の山下貴久雄選手が95 k gで入った。100 k gを目指していたが、100 k gは上がるものの、白判定が貰えず、厳しい判定を身をもって知ることとなった。

107 k g級では、気合では一番、中辻克仁選手（日鉄環境プラントソリューションズ株式会社）が、2月の全日本の記録を更に上回る200.5 k gをマークして優勝、日本新記録を更に引き上げた。2位には、97 k gに出場するはずだった馬島誠選手（日本オラクル株式会社）が、減量に失敗、一つ上のクラスで165 k gを上げた。

107+ k g級では、ジュニアの松崎泰治選手が、世界大会参加標準記録という、壁に向かって戦った。参加選手は1人なので、優勝。問題は、何k g上がるか。今まで見たことのない気合を入れて集中した松崎選手、世界ジュニア標準である153 k gを見事クリアーして、世界大会参加を決めた。

このチャレンジカップで、2017年のメキシコ選手権から、いくつかの大会で戦い、日本選手ランキングで上位2位に入る選手が2019年の世界選手権参加権利があり、この一年半、選手は、必死に記録を伸ばしてきた。チャレンジカップが終了し、世界選手権日本代表選手選



考会が開催された。この日本選手ランキングで、二つのクラスで参加権利を持っているのが、戸田雄也選手と馬島誠選手。どちらのクラスに出るかは、各選手の選択にゆだねられる。戸田選手 65 k g 級、馬島選手 97 k g 級を選択。選考会に掛けられた。その結果、喜んだ選手、失望した選手、悲喜こもごもではあるが、ここを終わりとせず、次の 2024 年のパリパラリンピックへの道が、まさにこの瞬間から始まっていることに思いを馳せ、希望を次につなげてもらいたい。

大会結果は、添付資料をご覧ください。

2019 年世界選手権日本代表選手

女子	41 k g 級	成毛美和	
	45 k g 級	小林浩美	
	50 k g 級	中嶋明子	
	55 k g 級	マクドナルド山本恵理	
	67 k g 級 (ジュニア)	森崎可林	
	73 k g 級	坂元智香	
	以上 6 名		
男子	49 k g 級	三浦浩	加藤尊士
	54 k g 級	西崎哲男	市川満典
	59 k g 級	光瀬智洋	奥山一輝
	65 k g 級	佐野義貴	戸田雄也
	72 k g 級	樋口健太郎	斉藤伸弘
	80 k g 級	宇城元	佐藤芳隆
	88 k g 級	大堂秀樹	石原正治
	97 k g 級	馬島誠	佐藤和人
	107 k g 級	中辻克仁	
	107 k g + 級 (ジュニア)		松崎泰治
	以上 18 名		





◆大会1日目◆ 4/13(土)

第1セッション(女子全階級)

階級	氏名		ヨミ	居住地	生まれ年 (西暦)	所属	検査結果 体重	試技			特別試技 4th	大会結果		
								1st	2nd	3rd		記録	順位	
41Kg級	成毛	美和	ナルケ ミワ	茨城県	1969	APRESIA Systems 株式会社	40.78	50	52.5	53.5	55	53.5	1	日本新記録(55)
45Kg級	小林	浩美	コバヤシ ヒロミ	福岡県	1969		42.63	57	59	60		59	1	
50Kg級	中嶋	明子	ナカジマ アキコ	兵庫県	1975		48.89	51	54	58		58	1	
55Kg級	マクドナルド山本	恵理	マクドナルド ヤマモト エリ	東京都	1983	日本財団パラリンピックサポートセンター	51.14	55	59	59		55	1	
	中村	光	ナカムラ ヒカリ	東京都	1991	パワーハウス	51.67	51	54	56		54	2	
	軽森	亜希	カルモリ アキ	東京都	1972		53.68	46	51	56		51	3	
61Kg級	龍川	崇子	タツカワ タカコ	福井県	1976		59.61	50	56	59		50	1	
	水江	加奈子	ミズエ カナコ	埼玉県	1987	パワーハウスつくば	60.16	48	56.5	56.5		48	2	
ジュニア 67Kg級	森崎	可林	モリスaki カリン	滋賀県	2002		66.31	53	56	59		56	1	日本新記録
73Kg級	坂元	智香	サカモト 智香	大分県	1982	医療法人メディケアアライアンスあおぞら病院	70.69	63	66	70	72	70	1	日本新記録(72)

第2セッション(IBSA部門)視覚障害の部

階級	氏名		ヨミ	居住地	生まれ年	所属	検査結果 体重	試技			特別試技 4th	大会結果		
								1st	2nd	3rd		記録	順位	
女子 67.5Kg	瀬川	真澄	セガワ マスミ	大分県	1966		65.5	55	63.5	64		64	1	日本新記録
男子 75Kg	大谷	重司	オオタニ ジュウジ	東京都	1957		74.18	120	---	---		120	1	

第3セッション(男子49Kg級、54Kg級、59Kg級)

階級	氏名		ヨミ	居住地	生まれ年	所属	検査結果 体重	試技			特別試技 4th	大会結果		
								1st	2nd	3rd		記録	順位	
49Kg級	三浦	浩	ミウラ ヒロシ	東京都	1964	株式会社東京ビッグサイト	47.44	123	126	128		126	1	
	加藤	尊士	カトウ タカシ	愛知県	1988	豊田市役所	48.48	112	118	121		118	2	
ジュニア 49Kg級	中川	翔太	ナカガワ ショウタ	京都府	2003		32.27	30	35	40		35	1	
54Kg級	西崎	哲男	ニシザキ テツオ	大阪府	1977	株式会社乃村工芸社	53.45	134	138	140	142	140	1	日本新(142)
	林	剛史	ハヤシ タケフミ	愛知県	1981		52.34	94	98	100		100	2	
59Kg級	光瀬	智洋	コウセ トモヒロ	兵庫県	1993		55.3	118	121	127		127	1	
	奥山	一輝	オクヤマ カズキ	千葉県	1997	順天堂大学	57.42	117	120	126		120	2	
	岡田	有史	オカダ ユウジ	東京都	1976	株式会社電通国際情報サービス	57.76	114	119	122		114	3	
	蛸名	敏正	エビナ トシマサ	東京都	1973		55.78	77	81	82		81	4	
	清水	健悟	シミズ ケンゴ	千葉県	1998		57.89	75	80	85		80	5	
	古田	康和	フルタ ヤスカズ	島根県	1975		56.26	60	66	70		70	6	
	志賀	貴之	シガ タカユキ	北海道	1976		欠場							
村井	都雅夫	ムライ ツチオ	兵庫県	1961		欠場								

◆大会2日目◆ 4/14(日)

第4セッション(男子65Kg級～男子107Kg超級)

階級	氏名	ヨミ	居住地	生まれ年 (西暦)	所属	検査結果 体重	試技			特別試技 4th	大会結果		
							1st	2nd	3rd		記録	順位	
65Kg級	佐野 義貴	サノ ヨシキ	神奈川県	1968	アクテリオンファーマシューティカルズジャパン株式会社	63.28	130	135	138.5	140	138.5	1	日本新記録(140)
	戸田 雄也	トダ ユウヤ	北海道	1982	北海道庁	60.42	130	135	138.5	139	135	2	
	城 隆志	ジョウ タカシ	大分県	1960		63.97	130	135	135		130	3	
	森井 大輝	モリイ タイキ	東京都	1980		63.93	120	120	133		120	4	
ジュニア 65Kg級	大宅 心季	オオヤ シキ	広島県	2004		59.7	60	64	88		64	1	ジュニア 日本新記録(64)
72Kg級	斉藤 伸弘	サイトウ ノブヒロ	北海道	1967		71.53	147	147	---		147	1	日本新記録(147)
	鈴木 昭一	スズキ ショウイチ	東京都	1975		71.96	127	132	137		132	2	
	川島 豪	カワシマ ツヨシ	岐阜県	1988		69.44	95	100	105		100	3	
	串間 政次	クシマ マサツグ	長崎県	1962		欠場							
80Kg級	宇城 元	ウジロ ハジメ	千葉県	1973	順天堂大学	76.13	165	172	180		172	1	日本新記録(172)
	佐藤 芳隆	サトウ ヨシタカ	茨城県	1974	パワーハウスつくば	79.09	145	150	151		151	2	
	田中 翔悟	タナカ ショウゴ	兵庫県	1985	三菱重工高砂製作所	74.61	140	145	160		145	3	
	金谷 晃央	カナヤ アキヒサ	埼玉県	1990		77.32	135	135	138		135	4	
	野沢 哲也	ノザワ テツヤ	東京都	1973		77.66	125	130	130		125	5	
88Kg級	大堂 秀樹	オオドウ ヒデキ	愛知県	1974	SMBC日興証券株式会社	84.6	180	190	197		197	1	日本新記録(197)
	石原 正治	イシハラ マサハル	埼玉県	1972	オリンパスヘルモバイオマテリアル株式会社	86.56	138	145	147		147	2	
	南出 悠有	ミナミデ ユウ	大阪府	1985		86.66	136	140	146		146	3	
	卯名根口 和樹	ウナネグチ カズキ	千葉県	1995		82.34	80	90	100		90	4	
	田中 清成	タナカ キヨナリ	岐阜県			欠場							
97Kg級	佐藤 和人	サトウ カズヒト	兵庫県	1980		94.5	147	152	155		155	1	日本新記録(155)
	山下 貴久雄	ヤマシタ キクオ	東京都	1975		89.43	95	100	100		95	2	
	廣川 大喜	ヒロカワ タイキ	岡山県	1998		欠場							
107Kg級	中辻 克仁	ナカツジ カツヒト	大阪府	1969	日鉄環境プラントソリューションズ株式会社	102.87	192	197	200.5		200.5	1	日本新記録(200.5)
	馬島 誠	マジマ マコト	長野県	1971	日本オラルクル株式会社	97.51	155	165	165		165	2	
ジュニア 107Kg級以上級	松崎 泰治	マツザキ ヤスハル	大分県	1999		132.64	140	148	153		153	1	ジュニア 日本新記録(153)