

男子49Kg級		三浦 浩	株式会社東京ビッグサイト
ずばり、「強さ」とは？		パワーリフティング用語ではより重い重量を持ち上げられたり、試合で勝った人に「強い」と言うが、心・技・体・人間性などの視点から言えば・・・ 1.継続力 ： 苦しい日々を積み重ねることができる粘り強さ。 2.集中力 ： 一瞬の勝負に全神経を注ぎ込む力。 3.自己超越 ： 昨日の自分を乗り越えようとする挑戦心。 4.覚悟 ： 勝負に立ち向かう責任と勇気を持つ姿勢。 5.冷静 ： プレッシャーの中でも平常心を保てる精神力。 6.謙虚 ： 強くなっても学ぶ姿勢を忘れない柔軟性。 7.リカバリー力： 失敗やケガから立ち直る回復力と精神力。 8.仲間への敬意： チームや対戦相手を尊重する姿勢。 9.感謝の心 ： 支えてくれる人への思いを忘れない強さ。 10.本気 ： どんな場面でも自分の全力を出し切る覚悟。 かな。	
なぜパワーリフティングを選んだんですか？ 選んでよかったところはどこですか？		可能性は、終わりの中から始まると今思う それは突然の出来事だった。 仕事中、400キロの重量物が倒れてきた。 支えきれず、背骨は折れ、脊髄を損傷。 その瞬間、立って歩く人生は終わった。 そして、車いすで生きる日々が始まった。 けれど、俺は決めた。 「400キロに負けたまま、終わりたくない。」 もう一度、自分の力で400キロを持ち上げられる身体をつくる。 その思いが、俺をパワーリフティングへと導いた。 重りと向き合う日々。 痛み、葛藤、不安。 でも、人間には可能性がある。 それを信じて、何度でも立ち上がった。 その結果 俺はパラリンピックに3度出場し、 50歳と60歳で、健常者のベンチプレス世界大会を制した。 あの時、潰されたはずの400キロ。 その重さが、今は俺の誇りになっている。 絶望の中に希望を見つけた。 人間の可能性は、終わりから始まる。 俺のパワーリフティング競技の歩みはその証だ。	
パラ・パワーリフティングの魅力は何ですか？		1.限界への挑戦 ： 自分の力を信じて、限界を超える姿が感動を呼びます。 2.静と動のドラマ ： 一瞬の集中、そして爆発的な力が織りなす緊張感。 3.誰もが主役 ： 障がいの有無を超えて、舞台の上では誰もが輝けるスポーツ。 4.心の強さ ： 見える筋力だけでなく、見えない心の力も試される競技。 5.ミリ単位の世界 ： 正確さ、コントロール、わずかなフォームの違いが勝敗を分ける。 6.応援の力 ： 会場全体が選手の一挙手一投足に熱くなる一体感。 成功も失敗も選手と共に感情を共有できる。 7.勇気と誇り ： 自分を信じてバーベルに向かう姿に、多くの人が勇気をもらえる。 8.重さの向こうにあるもの ： 持ち上げるのは重さだけでなく、自分自身の過去や壁そして思い。 9.国境を超える感動 ： 世界中のアスリートが集い、互いの力を認め合う舞台。 10.一発勝負の緊張感 ： たった3回の試技にすべてを賭ける究極の集中力。	
居住地		東京都	
生年月日		1964/10/14	

