



三浦 浩

株式会社東京ビッグサイト

階級 男子 49Kg級

居住地 東京都

生年月日 1964/10/14

障害の種類 両下肢機能障害

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。

パワーリフティングを選んだ理由と選んでよかったこと

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。

[全文はこちら](#)