



月号のChallengerは田村高校（以下、田高）ウエイトリフティング部に所属する吉田紳之介さん。吉田さんは、昨年8月の全国高校総合体育大会で5位入賞、昨年10月のかごしま国体（国民体育大会）で7位入賞を果たしました。この経験を糧にさらなる高みを目指し、ウエイトリフティングの強豪校で、競技を続けていくことを決めました。

高校進学と同時にウエイトリフティングを始め、その魅力に心を奪われた吉田さん。一心不乱にバーベルと自分自身に向き合い続けた3年間について、お話を伺いました。

Profile

2005年12月31日生まれ。滝根中出身。169cm、96kg。階級は96kg級。恩師・尊敬する人物は顧問の小野寺先生。好きなスポーツ選手は田村高校OBの近内三孝選手、遠藤梨季選手。趣味は読書、温泉、筋トレ。好きな食べ物は鍋、ハンバーグ、カレーライス。将来の夢は警察官、学校の先生またはスポーツインストラクター。座右の銘は「粉骨砕身」。



新たな覚悟を抱いて

挑戦者 - 第23回 -

田村高校3年 ウエイトリフティング部 吉田紳之介

始めたきっかけ

中学2年の時に交通事故に遭い、ケガの治療で通っていた接骨院の先生から「ウエイトリフティングをやってみたら」と勧められ、田高にウエイトリフティング部があることを知りました。その頃、少し太っていることがコンプレックスで「かっこよくなりたい、自分に自信を持ちたい」と思っていました。ケガが治った頃から筋トレを始めるようになり、高校でウエイトリフティング部に入学しようと決意しました。

入部後、バーベルを使った練習に慣れず、最初はケガばかりしていました。一番つらかったのは、記録が伸び悩んだ高校2年の夏で「才能がない」と感じ、モチベーションが下がってしまいました。その時に、先生や先輩方から「メリハリをつけた練習」をするようにアドバイスいただきました。計画性を持ち、練習頻度や内容に強弱をつけることで、記録が出るようになり、最後のインターハイでは5位入賞を成し遂げられました。

ウエイトリフティングを始め、継続することの楽しさを感じていました。

知り、身体が大きく変わったことで、気持ちもポジティブに、自分に自信が持てるようになりました。また、身体や心のケアほど大事なものはないと学び、ストレッチや温泉に行くなど練習以外の過ごし方も工夫するようになりました。

新天地での挑戦

この3年間は周りの方々に恵まれ、「世界」を経験した田高OBの先輩方から教わる機会も多く、目指すべき存在が近くにいることが競技を続ける原動力になりました。「先輩たちの記録に追い付きたい、勝ちたい」と強く思うようになり、大学でもウエイトリフティングを続けます。悩むこともありますが、新しい環境で、新たな刺激や影響を受けてもつと上の「世界」を目指して頑張ります。



クリーン&ジャークの種目で自己ベストを樹立した瞬間（昨年8月のインターハイ）



顧問 小野寺 浩亀 先生

1年時は、真面目でなんでも慎重すぎるタイプでしたが、とても研究熱心で、2年の後半から身体も大きくなり、記録も伸びてきたので、目標を持ってしっかり頑張れる選手だと実感しています。大学進学後は、挙上スタイルを確立し、もう一つ上のレベルで頑張ってほしいと期待しています。競技以外のところでも見聞を広め、さまざまなことを経験して、人間としても一回りも二回りも大きく成長することを願っています。



田高での練習風景