

オリ・パラ かわらばん No.9

香川県教育委員会

いま じぶん 「今の自分にできること」



(経歴)

バルセロナオリンピック ウェイトリフティング 日本代表
香川県スポーツ協会 **伊禮 淳 (いれい あつし)**

おきなわけいとまん し しゅつしん おきなわけんりついとまんこうとうがっこう へ きゅうしゅうきょうりつだいがく しんがく へいせい ねん
沖縄県糸満市 出身。沖縄県立糸満高等学校を経て九州 共立大学に進学。平成3年
香川県スポーツ振興財団に就 職

せ かい ぜん しゅけんたいかい しゅつじょう
世界ジュニア選手権大会 出場(1986、1987)、全日本実業団選手権大会 優勝
(1989・52kg級、1990・56kg級)

こくみんたいいくたいかい ゆうしょう
国民体育大会 優勝(1990福岡国体、1993東四国国体)

ぜん に ほんぜんしゅけんたいかい
全日本選手権大会 52kg級 準優勝(1991)

せ かい ぜん しゅけんたいかい
世界選手権大会 52kg級 7位(1991)、バルセロナオリンピック 52kg級 9位(1992)

皆さんは、ウェイトリフティング(重量挙げ)の選手と聞いて、どんな人を想像しますか？ 身体が大きく筋骨隆々で力持ちといったところでしょうか。

私は、皆さんが思っているタイプとはちょっと違うかもしれません。見た目が小柄で細身のせいか、ウェイトリフティングをしているなんて誰も想像がつかないようです。「なぜ、ウェイトリフティングを始めたのか」とよく聞かれます。きっかけは大したことではありませんが、この競技がいつの間にか、私にとってかけがえのないものになっていきました。

この競技を通して、たくさんの方々との出会い、支えられながら成長してきました。悩んだり、迷ったり、時には大きな決断をしたりしてきましたが、そんな時はいつも「今、自分にできることは何だろう」と考えて、この競技に取り組んできました。

決断

私の出身地である沖縄県では、ウェイトリフティング競技はそんなに珍しい競技ではありませんが、地味で敬遠されがちな競技の一つでした。

そんな競技を始めたきっかけは、高校に入学して間もなく、ウェイトリフティング部の顧問だった担任の先生の勧めで、練習を見学に行ったことです。入部するつもりはありませんでしたが、次の日にはなぜか入部した事になっていました。「見に行っただけなのに・・・でも毎日顔を合わす担任・・・」とありあえずやってみる決断？ をしました。

初めは、小柄で特に力が強い訳でもない自分に、この競技が向いているとは到底思えませんでしたし、他の競技のように相手がいる訳でもなく、練習も地味で楽しいとは感じませんでした。でも、上げられなかった重さが上がるようになってくると、楽しくなるというか、だんだん自分に自信が持てるようになりました。頑張った分だけ結果が自分に返ってくる、自分の限界を超えた時の達成感に、この競技の魅力を感じ、意外に自分に合っているのではないかと感じてきました。

しかし、競技を始めた頃は、そんなに有望な選手でもなく、練習嫌いで先生の手を煩わしていました。そんな私でしたが、大学進学を機にこの競技と真剣に向き合うようになりました。一つ一つの目標に向かっていくことで記録も少しずつ伸び、世界ジュニア選手権大会や世界選手権大会の代表に選ばれるようになり、初めてオリンピックを意識するようになりました。

可能性を信じて

私が香川県に来たのは平成3年です。その頃の私は、国体での優勝経験はあるものの、世界と戦うにはまだ力不足で、オリンピックには手が届きそうもありませんでした。それでも夢だったオリンピック出場のために、自分に足りないもの、強くなるために何が必要なかを考えていましたが、足りないのは「絶対に出てやる」という強い気持ちだと気づきました。



平成5年 東 四国国体

就職していた福岡県に残って競技を続けるか、生まれ育った沖縄県に帰るかの選択に迫られた時期、香川県ウェイトリフティング協会の川平建三郎理事長(現)に声を掛けられました。当時、香川県ではウェイトリフティング競技はあまり普及しておらず、県内では一つの高校にやっとな部ができたばかりでした。「平成5年の東四国国体に向けこの競技を普及したい、一からの出発だけと一緒にやらないか」という熱い言葉に惹かれ、ここなら自分の可能性を試せるのではないかと、香川県でお世話になる決断をしました。大きなプレッシャーは感じていましたが、それが自分を強くしてくれると思いました。

あと1kg

ウェイトリフティング競技は、スナッチとクリーン&ジャークという2種目を行い、その合計が相手より1kgでも重い重量を持ち上げた人が勝ちという競技です。昨日上がった重量が、明日も上がるとは限りません。試技が3回ずつしかない競技であるため、練習でも失敗しないように意識しながら取り組んでいました。

また、競技を続けていく上で一番苦労したのが体重管理でした。普段の大会は56kg級で出場していましたが、オリンピックに出場するために、その階級で戦うにはまだ力が足りないと感じ、出場できる可能性がある52kg級で勝負する決断をしました。5kgほどの減量ですが、体脂肪が少ない時で3%台、脂肪を全部落としてもリミットの52kg以下に絞るのは難しく、あと1kgが、なかなか落ちませんでした。

当時は、一選手に対するサポート体制がなく、自分自身で食について調べたり、節制したりしながら体重を管理するしかなく、競技会直前は水さえ飲まない生活を送っていました。オリンピック出場が決まった時は、嬉しい反面、また減量が始まると思うと少し憂鬱な気分にもなりました。



平成6年わかしゃち国体

オリンピックに出場して

私は、1992年開催のバルセロナオリンピックに出場しました。世界中の人々が注目する中、国の威信をかけて戦うオリンピックは、アスリートにとって夢の舞台です。そのような大会に日本代表として参加でき、素晴らしい経験を得ることができました。

自分を応援してくれた方々や支えてくれた方々のために、一つでも上の順位をと焦っていたのが、純粹に競技を楽しむ余裕などなく、結果は9位という成績でした。「これが今の自分の力なんだ」と改めて世界の壁を痛感するとともに、「まだ、やれることはあったんじゃないか」と、悔しい気持ちを抱えながら大会を終えました。しかし、私には、4年後のアトランタオリンピックまではとても長く感じられ、次の大会を目指すことなど考えられませんでした。

つよ ころろ 強い心をもって

今、新型コロナウイルスにより世界のスポーツ界が大きく揺れています。

2020東京オリンピックの延期だけではなく、日本国内でも様々なスポーツイベントの開催が危ぶまれ、多くのアスリートの葛藤が聞かれます。

一年一年が勝負のアスリートですが、この状況を前向きに捉えている人達の言葉を聞いて、目標や信念を持っている人は、本当に強い心を持っているのだと感じます。今の状況を嘆くのではなく「今の自分にできること」を精一杯することで、なりたい自分に一歩でも近づいていくのだと思います。

強い心を持って何度でも挑戦してください。そこで勝ち取れるものは、とても素晴らしいものになると信じています。



1992年バルセロナオリンピック閉会式会場にて