



HOSEI SPORTS INFORMATION MAIL MAGAZINE 44 重量挙部 平良 朝順監督インタビュー

平良 朝順監督 プロフィール

高校時代から重量挙げをはじめ、インターハイでは入賞を経験。1978年に法政大学に入学し、4年生ではキャプテンを任された。

卒業後も、後輩たちの指導にあたり、2000年から監督に就任している。就任以降、ロンドンオリンピック銀メダリストの三宅宏実さんをはじめ、日本代表クラスのトップ選手を輩出し続けている。

2021年夏に行われた「第49回東日本大学対抗ウェイトリフティング選手権大会」団体戦では、8連覇中だった強豪・日本大学を破り、11年ぶりの優勝。

さらに、12月に行われた「第67回全国大学対抗ウェイトリフティング選手権大会」でも9年ぶりの優勝を飾り、日本一に輝いている。



頑張っている後輩たちには、 「自分と同じ思いはさせたくない」

創立70周年を迎えた重量挙部の勢いが止まらない。2021年夏に行われた東日本大学対抗選手権、続いて12月に行われた全日本大学対抗選手権でいずれも優勝。

そんな重量挙部を率いるのは、2000年から就任したOBでもある平良 朝順監督。歴史と伝統を守りながら、進化し続ける強さの秘密を伺った。

「自分が大学3年生の頃、失格があり先輩たちを胴上げすることができませんでした。その悔しさと苦しさが心の中にあり『自分と同じ思いを後輩にはさせたくない』と卒業してからも自主的に練習に顔を出していました。その後、コーチに就任し、2000年から監督に。自らスカウトした選手たちの才能を信じて、日々指導しています。また、選手たちの栄養管理は、専属の栄養士が担当しています。何より大切なのは人材。固定概念に縛られることなく、選手たちが一番いい環境で、いいパフォーマンスできるようサポートしています。」

ウェイトリフティングと パワーリフティングの 違いとは？



「重量挙げ」と聞くと、重たいバーベルを持ち上げる姿を思い浮かびます。似ている競技にパワーリフティングがありますが、平良監督曰く「これらは、別物」とのこと。違いをわかりやすく解説いただきました。

▼ウェイトリフティング

「重量挙げ」と呼ばれているのがこちら。地面にあるバーベルを一気に頭の上まで持ち上げる「スナッチ」と、一度肩まで引き上げてから立ち上がり、頭の上に持ち上げる「クリーン&ジャーク」という2種目があり、オリンピックでも採用されている競技。

▼パワーリフティング

「スクワット（脚力）」「ベンチプレス（腕力）」「デッドリフト（背筋力）」の最大挙上重量の総計を争う競技で、パラリンピックのみ採用されている競技。

ウェイトリフティングの練習は、大会から逆算して2勤1休（1日目が競技種目、2日目が補強種目、3日目が積極的な休養日）。曜日関係なく常に試合を見据え、練習を重ねています。実際の競技は、UNIVASでも閲覧できるので、その違いを楽しんでみては？

https://www.univas.jp/project/match_video/weight-lifting/

勝っても、相手に対する礼儀を忘れない それが法政大学らしさ

現在の部員は、17名。選手たちは、栄養士さんの食事管理がされている合宿所で、勉学と部活動を両立させている。さらに、2年前には大会アナウンスを専門とした女子部員も入部し、重量挙げの魅力発信にも力を入れてきたという。

「コロナ禍で大会などは無観客でしたが、YouTubeの配信でたくさんの方に見ていただく機会に恵まれました。三宅宏実以来の女子部員となる彼女の活躍もあり、以前よりたくさんの方に重量挙げを知っていただけたと感じています。」



（2021年全国大学対抗選手権優勝の写真）

最後に、重量挙部の法政大学らしさを伺った。

「他の大学から言わせると、法政大学は“特別”だそうです。勝利してもガッツポーズをしません。腰より上に手をあげないんです。どんな状況でも、相手への礼儀を忘れないようにという総監督の想いを継承しています。これからも法政大学重量挙部らしさを大切にしていきたいです。」

コロナ禍という大変な中でも、優勝を飾った重量挙部。優勝しても祝賀会はできず、来年以降に持ち越しとなったんです……と、平良監督は残念そうに語った。学生同士はもちろん、監督や先輩とも心を交わすコミュニケーションは、自分が部員だった頃から変わらず大切にしているという。身体も心も鍛えられた学生たちと監督との信頼関係があってこそ、今回の成績につながったのだろう。来年度以降の連覇にも是非期待したい。