



少しでも重い重量のバーベルを持ち上げられるよう、男子・女子部員ともに、日々練習に励んでいます。



## “日々の練習がすべて” 努力がそのまま結果に 亀山高校 ウエイトリフティング部

ウエイトリフティング界の名門、亀山高校ウエイトリフティング部は、1970年の創部から現在に至るまで、輝かしい成績を残す多くの選手を輩出してきました。昨年は、ユース世界大会に日本代表選手として2人(石井・柳川)が出場しています。

現在もなお、男子・女子部員ともに、自己記録の更新や全国大会などでの活躍を目標に、日々練習に励んでいます。

### 一どのような練習を？

「2、3人で1本のバーベルを使い、互いのフォームを確認したり、苦しい時は励まし合い練習しています。また、目標を部員自らに設定させ、自主性を心身ともに鍛えています。時に記録が伸びないなど壁にぶつかることもありますが、

それを乗り越え成長する過程を大切にしています。」

### 一ウエイトリフティングの魅力は？

「高校から始める部員も多く、誰にでもできるスポーツです。運の要素が少なく、練習成果がそのまま数字(持ち上げられるバーベルの重量)に現れ、成長を実感することができるスポーツとも言えます。」

### 一今後の目指すところは？

「2018年の全国高校総体は亀山市、2021年の国民体育大会は三重県(現時点では亀山市が予定)がウエイトリフティングの会場となっています。地元で開催する大きな大会に亀山の選手が出場し、活躍してほしいと願っています。そのために亀山高校ウエイトリフティング部としてお手伝いすることができればと思います。」

### 一3年生部員に聞きました！

#### 宮田京太郎さん(みどり町)

「たまたま勧誘されて高校から始めました。今では奥深さに魅了されウエイトリフティングが高校生活の中心になっています。やりがいは、懸命に練習すれば1kgずつ記録が伸びて結果に表れることです。目標は、もっと練習に励み、東海総体に出場することです。」

#### 吉田彩奈さん(津市から通学)

「女子が何十kgものバーベルを持ち上げる姿が格好いいと感じ、高校から始めました。女子には難しそうと思われがちですが、誰にでもできて、おもしろいと感じられるスポーツです。目標は、全国大会(48kg級)で3位までに入り、表彰台に上がることです。」

## 図書館の本棚から 市立図書館 (☎82-0542)



### 『江戸かわいい動物』

金子信久／著  
講談社 (2015年3月刊)

ころがる子犬、踊る亀、物言うカタツムリ…。江戸人を「きゅん」とさせた「かわいい」動物たちの「江戸絵画」動物図鑑。掲載作品がみられる美術館・博物館・寺社のリスト付き。



### 『決戦！本能寺』

伊東 潤 ほか／著  
講談社 (2015年11月刊)

戦国のいちばん長い夜、本能寺の変。天下統一を目前にした織田信長を、討った男、守った男、何もできなかった男…。伊東潤、葉室麟など名手7人が「本能寺の変」を描く。

### ～新着だより～

#### 小説

- 温泉妖精／黒名ひろみ
- やがて海へと届く／彩瀬まる
- 声のお仕事／川端裕人
- ホームズ連盟の冒険／北原尚彦
- 西洋菓子店プティ・フル／千早茜

#### 児童

- ありいぬ うさぎ
- ／サイラス・ハイスミス
- 魔法が消えていく…／サラ・プリネース
- シヨクパンのワルツ／ながすみつき
- くろくまくんのスカーフ／小林ゆき子
- ものしりチャンピオン1000問

#### その他

- マニキュアフラワーでつくるアクセサリー／hina工作室
- タカラは足元にあり！／金丸弘美
- 消化器病の診察室／井出光太郎
- 満腹！ガツン弁当／小林まさみ
- イラストでわかる経済用語事典
- ／水野俊哉

ほか469冊