

# power SRAMBLE

## ■ 世界クラシックパワー が沖縄新聞に大きく 報道されました

資料：沖縄県

### 盛 龍也

世界クラシックM1の部、男子66kg級に出場した沖縄の我那覇選手が沖縄の新聞で大きく報道されました。大学時代は重量挙げの選手だったとのことで、競技歴は24年あるそうです。初めての世界大会で、環境の変化に対応できなかったそうだが、支えてくださった方々の為、と、頑張り、ベンチでは表彰台に登れた、と、充実感が漂っていたという報告でした。ますますのご活躍をお待ち申し上げます。(編集部)

**我那覇66kg級3位**  
パワーリフティング世界クラシック

**ベンチプレス130kg**



パワーリフティングの2級我那覇庸介(奥武山)は5月14日、フィンランドのサロで3位入賞を果たし、口市で行われた。マスターズ1(40~49歳)男子66kg。スクワットは175kgで

ベンチプレスで3位に入賞した我那覇庸介(奥武山)は、(右)フィンランド(本人提供)

5位、デッドリフトは200kgで7位、3種目トータルは6位だった。

高校、大学時代は重量挙げ選手だった我那覇は、競技歴24年。今回が初の世界大会。どの種目もベストに届かず、「環境の変化に対応できなかった。世界で勝てる人はすごい」と話した。スクワット後に脱水症状でいれいれを起した。失格も頭をきつたが、支えてくださった方々のために、最後まで頑張ったと充実感も漂った。

**我那覇 ベンチプレス3位**  
パワーリフティング世界大会



パワーリフティングの世界大会が5日から14日、フィンランド・サロで行われ、日本代表としてマスターズ1(40代)66級に出場した我那覇庸介(奥武山)がベンチプレスで130kgをあげ、3位に入賞した。3種目総合では6位だった。

同大会には世界から千人の選手が出場。我那覇は昨年9月の国内選考会で優勝し、派遣された。来年はアメリカで開催予定で、我那覇は「また日本選考で勝ち残り、さらには上を目指したい」と抱負を述べた。

パワーリフティングの世界大会ベンチプレスで3位となった我那覇庸介(右) = 6月7日、フィンランド・サロ

週4回練習をしている我那覇は「努力の結果が数字に表れるのが楽しみ」と語った。報告のため我那覇とともに16日、琉球新報社を訪れた。パワーリフティング協会事務局長の藤田方は「生涯スポーツでもある。体幹とともに精神面も強くなる」と魅力を語った。

power

SRAMBLE

# ■ 全日本パワー

## 資料提供

### 盛 龍也

6月27-28日、神奈川県小田原市で行われた全日本男子並びに女子の結果が沖縄新聞で大きく報道されました。

照屋選手は、女子84kg級で、145kgの一般並びにM1の日本新記録を樹立、照屋選手は、「万全ではなかった状態で、ベンチプレスで自己新が出て良かった」と、話しておられたそうです。

また、直前に行われた、伊差川選手の全日本の活躍と同時に、国際パラリンピック委員会公認国内審判員資格を取得した事が報道され、伊差川選手の精力的な活動が報告された。

**照屋、女子84kg級優勝**  
全日本パワーリフティング

パワーリフティングの全日本選手権大会(6月27、28日・小田原アリーナの)40歳の照屋はベンチプレス145kgを挙げ、自身が持つ日本記録(200kg)を5kg更新、スクワット、デッドリフト、トータルを含めた全4種目でマスターズ1(40歳の部)の日本記録を樹立した。照屋は「万全ではない中で、ベンチプレスで自己新が出てよかった」と振り返った。

全日本選手権で(左から)女子84kg級の照屋利恵、男子59kg級の伊差川選手、男子59kg級の伊差川選手。同59kg級の伊差川選手は「試合前に体調を崩した」と話した。

男子66kg級の瑞穂貴典(同)はトータルで自己新の605kgをマーク。強い選手に刺激を受け、次につながる内容だったと評価した。

同59kg級の伊差川選手は、POWER代表の伊差川選手は、2020年東京パラリンピックに向け、国際パラリンピック委員会(IPC)の審判員資格を取得するを機に活動する。

東京パラリンピックを目指すには、日本選抜(IPC)に登録し、IPC公認の国内選手権出場するなどの処置があるという。

伊差川代表は「今年から準備を進めないと間に合わない。一人でも多くの人に東京大会を目指してほしい」と話した。

**照屋が日本新記録**  
全日本パワーリフティング ベンチプレス145kg

パワーリフティングの全日本選手権大会(6月27、28日)に神奈川県で行われ、女子84kg級の照屋利恵(PowerSport)がベンチプレスで日本新の145kgを記録した。

照屋はスクワット145kg、デッドリフト140kg、トータル440kgで同級M1(40歳)の日本記録を塗り替えた。同級の大会出場者は入った。

男子59kg級の伊差川選手は「試合前に体調を崩した」と話した。

(同)はトータル515kg(スクワット182.5kg、ベンチプレス155kg、デッドリフト177.5kg)で9位、同66kg級の瑞穂貴典(同)は605kg(235kg、190kg、230kg)で6位に入った。

3人が3日、琉球新報社を訪れ、結果を報告した。照屋は「試合前に体調を崩したが、得意のベンチプレスは思いきりいけた。記録を更新していきるよう頑張りたい」と意気込んだ。

瑞穂は「選手のスクワットで自己新が出せたのが収穫だった」と喜んだ。61歳の伊差川は「全日本選手権は最高峰の舞台。できなかったらダメだ」と話した。

power  
S R A M B L E  
C M L E

## ■ フルートジムニー クラブ走行会

報告：

編集部、吉田寿子

7月4-5日、フルートジムニークラブ走行会が、長野県、パワーハウス長野の宮本代表によって、企画された。このクラブは、ベンチプレスやパワーリフティングが好きで、ジムニーの好きな人ならだれでも大歓迎というクラブで、年に一度か二度、「青年」に戻って、ジムニーを走行し、自然を満喫するというもので、今年も、上信越道佐久インターに集合した。ジムニーが6台そろい、緑の森の中を走行し、非日常を満喫、(されたそうです。)

写真は、JPAの中村一生さんに送っていただきました。

この会の、とりあえずの会長の吉田進と私も、この走行会を楽しみに、朝、出かけていきましたが、途中で、どうしたことか、ギアが入らなくなり、やむなく、リタイヤ。皆さん、古い車が好きで、直し、直し、何十年も乗り続けておられます。ですが、故障も、頻繁です。

「ああ、またか。」

と、横に乗っていた私は、あわてず、騒がず、あきらめて、成り行きを見守りましたが、案の定、JAFが来ても直らず、高速道路のサービスエリアで、自動車を手で押して、レッカー車に載せ、レッカー車と一緒にすすぐと、自宅に戻りました。こういう時は、パワーリフティングが役立ちます！



power  
SRAMBLE

## POWER LINE 訪問

### コマンドー金澤



アブベンチの脚についてるピンは特殊な材料を使用

使やすさに定評がある世界に誇る逸品である。

実は15年ぐらい前にも一度お邪魔したことがあったが、大会等に関係なく岡崎に来る事がなかったので、久しぶりに道路地図を見ながら走ると全く解らない。予定時刻より30分遅れで無事に到着。星野会長とジムメンバーの近藤さんが御出迎えをして下さった。

改めて御邪魔すると、あのときの感動が一瞬で蘇った。

POWER LINEのベンチ台兼用スクワットラックは全日本女子パワーが1994年に愛知で開催が決定したときに2ヶ月ぐらいで何とか完成したそう。

星野会長は鉄鋼関係されてる仕事であるので、ジムの中の機材を拝見すると納得出来る。

例えば、アブベンチの足についているピン。一見何でもない様なピンであるが、これは建築材料で型枠大工が使う「ポスト」と呼ばれるもののピンを使用。コンクリートを流し込む時にパネルの立ちを圧迫調整をするので強度は確か。

星野会長ご自身は設計にあたり、補助が楽に出来て壊れにくいものを考えられたとのこと。

レバーアクションを採用されたのは、仕事でワイヤーなどを引っ張るのに使われてたものを代用すると楽に出来ると確信されてた。勿論レバーアクションを採用したのはPOWER LINEが世界初である。

今やPOWER LINEの器具は当たり前の様に使われているが、全日本女子パワーの会場に登場した選手は、さぞびっくりしたことだろう。近畿ブロックでは少し遅れをとったが、第20回近畿パワーの時

暑中お見舞い申し上げます。

急激に暑い日が続きますね。毎日水を4～5リットル飲んでる始末です。先月から過密な土日が相次ぎ、どっかで休憩したいな～と考えてたときに、暫く出来てなかった取材を入れんかと思ひ、愛知県岡崎市にあるPOWER LINEの星野会長にアポをとったら、こちらの希望日にOKを頂けたので、焼酎引っ下げて訪問した。

POWER LINEのベンチ台、スクワットラックは、言うまでもなく最高の強度で品質、



# power SCRAMBLE

に初めて採用された。黄色の塗装がされてるもので、記憶違いでなければ神戸市西区のリハビリセンタースポーツ交流館にあると思う。

自分も初めて見てすっごいカルチャーショックであった。どこから来たのか一切の情報がない。手作りであることもすぐに解った。前にも書いてるが自分も少しこの業界で仕事をしてたことがあったからで、量産型ではなく1台、1台丹念に作られてる証として、罫書き線とポンチによる数字の打痕を挙げる。



罫書き線が、実は一番大切

実は数字よりも、この罫書き線が大事であって、補助員の間違いを防ぐものでもあるようだ。読者の中でも鉄鋼などに従事されてる方が居られると思うが、普通にトレーニングしてる人には、この有り難みが解らないのは仕方が無い。しか〜し、前から記事にしたかったのは、この器具についての解剖を行うことによって、POWER LINEが如何に何処よりも優れたものであるかを解って頂きたかった思いもある。

ここに足を運んだ方しか解らん凄いものが

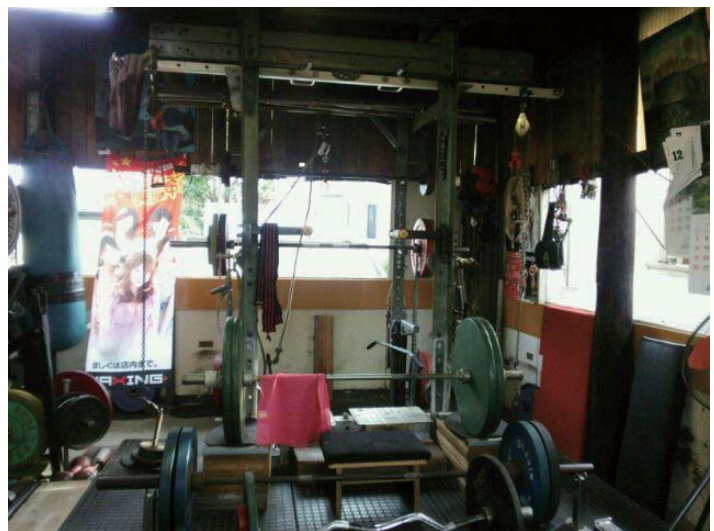
ある。

国内では最強のパワーラックである。仮柱（かりちゅう）と呼ばれる頑丈なもので、鉄柱の一番下の部分という感じです。国内にあるパワーラックで、これに強度が勝てるものは先ず無いと断言する。星野会長自身がスクワットの日本記録保持者でもあるが故に、最低でも400キロに耐えられるものでないと困るのもあっただろうが、使われてる鋼材の種類にも秘密がある。

日本工業規格の材料番号などはここでは明かさないが、鋼材屋さんには売ってないもので、発注しないと来ない特殊なものであることだけお伝えする。これだけで、単価が結構高額であることが解る。敢えて言おう「エエもんは高い！」

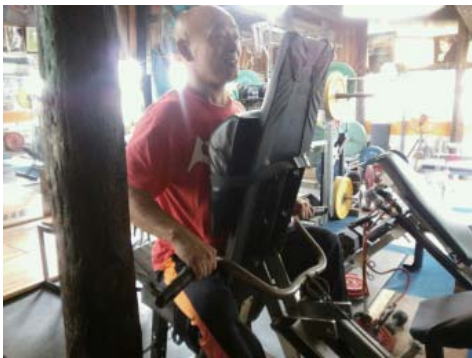
国内の器具メーカーの製品を見ると、低価格なものが多く、その分材質も柔らかいことは紛れも無い事実で、若し自分がジムでも作るのであれば、このパワーラックを星野会長に発注したいぐらいだ。

パワーラックの手前にあるバーベルは、これだけで225キロで（笑）最近では会場で見かけないがM.B.C.POWERの宇佐美さんがデッ



国内最強のパワーラック

# power SCRAMBLE



ローイングマシンでとーれーにんぐする近藤さん

ドリフトに使用されてたとか。

手前はアブベンチ兼用ロウイングマシン  
奥はアブベンチと六角ナットを利用したダンベル。ダンベルは12キロで、ハンマーカールなどにも気楽に使える。有名メーカーのダンベルとは違い非常に握りやすい。このアブベンチは組み替えることが出来、何種類かのトレーニングが出来る様に工夫されてる。

兼用ロウイングマシンを使って実践して下さってる近藤さん。このハンドルは自転車のハンドルをそのまま使用されてる。

手作りのものは、こういうアイディアが嬉しい。

まだまだ続く。ここの機材は何を見てもかっこ良く逞しいイメージにぴったりで、インクラインベンチプレス、ショルダープレスなども出来る名前がついてない？器具。

このラックは、15年前に訪問した時にもあったが、試作品の段階であったと御聞きした。

前述の兼用アブベンチには、ピンを差せる穴が沢山あるがこれにも理由がある。兼用のものが、兼用でなく単体で発注が来た場合、穴の位置はどこがいいのだろうか？と探っておられるからである。

ベンチ台、スクワットラックが考案されてから何度もマイナーチェンジしてることは恐らく誰でも知ってると思うが、星野会長に御聞きしたところ少しずつ改良していると申された。

ジムのメンバーの意見なども聞いて改良してみて、良ければOK、ダメなら元に戻すという試行錯誤が繰り返され現在のモデルが完成してる。細かい変遷については

POWER LINE のマニアでもない限り解らないでしょう。

ジムは外観からは全く解らず、小屋にしか見えないが半分は工房（星野会長の作業場）で半分がジムになってます。台所もきちんと設置され、ちょっとしたアウトドア的な気分がまたいいです。

回は取材にお伺いしてはいるものの、星野会長、近藤さん、自分と鋼材を扱うことに従事してる者が集まったせいか？溶接や仕上げの話、大会会場での裏方業務での苦労話などが多かったが、なんだかんだと4時間程お邪魔しました。2時間ほどと御願ひしてたにも関わらず、4時間もお付き合い頂いた星野会長と近藤さんにこの場を御借りして御礼申し上げたい。ありがとうございます。

