



# power SCRAMBLE

## ■ 世界 16 連覇を 世界ベンチで果たさ た澤千代美さんが八 王子市長にその活躍 を報告されました。

同じ競技を何年、何十年も続けていくことは、精神的、肉体的に大変過酷なことです。

パワーリフティング、ベンチプレス、パラ・パワーリフティングは、年々筋肉作りを積み重ね、年々、記録を向上できること。60歳代、70歳代、そして、80歳代でも現役選手として活動できることは、生涯、この競技を楽しめることでもあり、必然的に、皆さん、競技経験が長くなっています。

その中でも、世界チャンピオン。一番を維持する、ということは、肉体的のみならず、精神的意識の持続は、大変難しいと思いますが、世界ベンチプレスで16連覇をされた澤千代美選手には、その精神力に脱帽です。

また、澤選手は、JPAの理事としても活躍されており、文字通り、パワーリフティング（JPA）の「強いお袋さん」存在です。

益々のご活躍、20連覇の声をぜひ、お聞きしたいものだと、期待したいです。（編集部、吉田寿子）



16連覇を石森市長に報告する沢さん（右）

### ベンチプレス世界16連覇

#### 八王子の沢さん報告

リトアニアで行われた世界ベンチプレス選手権大会で16連覇を果たした元八王子市職員、沢千代美さん(67)（同市横川町）が28日、市役所に石森孝志市長を訪ね勝利報告した。

沢さんは5月22～27日に行われた同大会マスターズⅢ部門72キログラム級で110キログラムを挙げ、2位に35キログラムの大差で優勝。2001年の第1回大会以来の16連覇を成し遂げた（イラク戦争で派遣中止の第3回大会を除く）。

沢さんは「世界記録の128キログラムに挑戦したが失敗したのが残念。次は世界新樹立を」と闘志を燃やしていた。

# power SRAMBLE

## ■ 沖縄県の

## 盛龍也さん

パワーワールドニュースを発行し始めて、25年目に入っています。その当初から、報道される選手を皆さんに紹介することは、パワーリフティングの普及啓発にとっても大切だ、という事をご理解いただき、この25年間、沖縄の選手が沖縄の新聞に掲載されれば、必ず、新聞の切抜きをお送りいただいております。感謝に耐えないところで、その盛さんがパワーリフティングと共に、柔道にも取り組んでこられ、柔道の日本ベテラン国際大会と言う大会で、銅メダルを獲得された、と、沖縄の新聞に大きく報道されました。おめでとうございます。(編集部、吉田寿子)

## ■ 毎日新聞にパラ・

# パワー大会の開催が大きく報道されました。

パラ・パワーリフティング  
小倉北でジャパンカップ

### 尾上選手(北九)が初出場

けがや病気などで、下半身が不自由な人が上半身のみでバーベルを持ち上げる「パラ・パワーリフティング」のジャパンカップが16日、小倉北区の北九州芸術劇場であり、男子10階級、女子4階級が行われた。上位入賞者は9月にメキシコである世界選手権の代表に選ばれ、2020



自己ベストを目指して試技に挑む選手たち

写真は、女子45kg級で自己ベストを出した中嶋選手

### 盛 100キロ以下級3位

柔道・日本ベテランズ国際  
柔道の日本ベテランズ国際 1次大会が17、18日の両日、和歌山県の日高町立総合体育館で開かれ、男子M月から約15年ぶりに権吉を6-55-59歳、100以下級で優勝し、中嶋龍也が3位入賞を果たした。盛が、琉球新報社を打ち込み筋トレ、背職

肩こりともなげ状態になりながらも練習するなど、急げで92歳、58歳でカテゴリーの中では最小年齢。最年長者となり、場違いと思われ、沖縄に帰ろうかと思つた」と振り返る。大会前に右肩と左膝の古傷を痛め、関節炎になつたが、痛み止めを打つたが、初戦は粘りの優勝を勝ち取つた。準決勝では後半はスタミナが切れ、1-2の僅差で敗れたが、「ベストな状態で戦えた」と悔いはない。講習訓練(2011)でも二度の飯前好きなので「やっていた」と言いつつも「今は折れても心は折れない」と言い切る。現在はパワーリフティングを主戦とし、全日本実業団選手権大会の6連覇を目指している。「定年まで仕事も頑張つて、悔いのない競技人生を送りたい」と腕をまわした。

### 盛、国際ベテランズ3位

柔道100キロ以下級55〜59歳  
柔道の日本ベテランズ国際 和歌山県内で行われ、1次大会が17、18日の両日、和歌山県の日高町立総合体育館で開かれ、男子M月から約15年ぶりに権吉を6-55-59歳、100以下級で優勝し、中嶋龍也が3位入賞を果たした。盛が、琉球新報社を打ち込み筋トレ、背職

い柔道で準決勝に進出。惜しくも判定負けとなつたが3位の好成績を収めた。パワーリフティングでも多くの実績を持つ。けがなどはあるが、気持ちは前を向いている。体のケアをしながら現役を続けていきたい」と語った。