

例会報告

第2287回例会報告議事録

日時 25年4月9日(火曜日)

場所 ホテル マークワン 我孫子

時間 12:15点鐘

ロータリーソング「奉仕の理想」

ゲスト: 三宅義行様(日本ウェイトリフティング協会理事)

ビジター: 柏RC 長谷川会長 浅野会員 松丸会員

柏東RC 石戸会員 荒木幹事 渡辺会長エレクト

会長挨拶

丸田会長



本日はゲストスピーカーとして三宅義行様に来て頂いています。お越しいただき、本当にありがとうございます。

このように大勢の方において頂き、三宅先生のお話を伺う事ができ、幸せなことだと思います。

昨日4月8日で58歳になりました。フェイスブックというものをやっていて、色々な方からお誕生日おめでとうと言って頂きました。お世辞とはいえ「若くて、そんなお年だとは思いませんでした」等言って頂き大変に喜んでいたのですが、昨日の帰りに山手線に乗ったら、同年代の女性の方に席を譲られて、非常にショックを受けました。

我孫子のメンバーの皆さんにお願いがあるのですが、4月29日に次年度の地区協議会があります。今日の週報の裏に次年度の組織図がございます。連休の祝日ですが、ぜひとも参加をお願いします。部会参加の人数が10名必要になります。ご予約のある委員の方は、代理出席の手配をお願い致します。

5月28日(火)に柏RCの創立記念移動例会があり、この日を我孫子RCの移動例会にして参加したいと思いますので、理事会にかけて決定したいと思っております。

今日の卓話は私のバースデープレゼントだと思って楽しみにしております。ありがとうございます。

親睦委員会報告

塩毛委員長



今年度最後の親睦活動は6月8日(土)・9日(日)の上高地への旅行になります。我孫子からバスで行きます。お一人あたり約3万円を予定しております。ぜひ会員の方、ご家族の方、ご参加ください。詳細は後程ファックス致します。早めに人数を確定したいと思っております。よろしく願い致します。

出席報告

鈴木会員代理

18名出席(全員で25名) 出席率75%

幹事報告

松本幹事



- ・4月16日(火) 記念コンペと柏三井サンガーデンにて合同例会
- ・5月12日(日) 流山50周年記念に会長と幹事が参加予定。
- ・レンゲまつりは5月18日(土) 開催予定。実行委員会を開催予定。
- ・本日、湯下会員のご自宅で預かって頂いていたロータリーの物品を丸田会長のご自宅に移動するので、お時間ある方はご協力お願い致します。

ゲストスピーカー紹介

上村晃一会員



本日は大変お忙しい三宅さんに来て頂きました。三宅さんとは、荒川さんというLEDの会社関係の本社から工場をやらせていただいた関係で、ゴルフ等お付き合いさせていただきました。

三宅さんは宮城県ご出身で、昭和43年にメキシコオリンピックでお兄様と金と銅を取られ、先般のロンドンオリンピックではお嬢様の宏実さんが銀メダルを取られました。日本レスリング協会の監督をされていて、大変お忙しい中来て頂きました。ゴルフでびっくりするのは、パターの入る比率が高い事です。

3、4メーターは絶対に外しません。世界のアスリートの集中力はすごいと思います。お話しも非常におもしろく、楽しみに聞いて頂ければと思います。どうぞ宜しくお願い致します。ありがとうございました。



皆さん、こんにちは。只今、上村会長からゴルフのプロだなんてお褒めの言葉いただき、帰りに近くのゴルフ場に寄りたいたいな、なんて気分になりました。上村さんだけでなく、毎年合宿に行っている津南町の町長さんをされている弟さんにもお世話になっており、ご兄弟でお世話になっています。そんなこともあり、昨年メダルが取れたのかなと思っております。

今日はご年配の方が多いかと思いましたが、若い方もいらして、少くくは子育ての参考になればと思っております。

ウェイトリフティングは競技人口も少ないし、浴びる脚光も少ないのですが、いつも地道に一步一步進む人生を送って行きたいなと思っております。

16歳で競技を始めて52年になりました。自分が通って来た道で失敗はたくさんありますが、失敗を二度としないようにしながら、過去を振り返らず、常に前向きの姿勢で、物事に挑戦し続けてきました。挑戦し続けることが私のモットーです。

メダルをなくして先日叱られました。メダルに興味がありません。メダルを取った事は事実ですが、形としてなくても自分の心に残っていればいいと思っています。三日間探したのですが、ありませんでした。奇様な記者の方が見つけてくれました。地元の資料館にあったそうです。私は子どもが3人いますが、一つとして家にメダルやトロフィーや写真を置いていません。ボクシングの清水が銅メダルをなくしたニュースが出ていましたが、あいつはそのうち何かしでかすなと思っていましたが、やっぱりしでかしましたね。メダルはその人の勲章ですが、心に残っていればいいのかと思います。金メダルは97%位が銀で、金は約1パーセントしか入っていないそうです。私のメダルは娘のメダルより二周りくらい小さくて、なんだグリコのおまけじゃないかと思いました。

私がメダルを取った時はテレビに1回だけ出て当時2万円もらえて嬉しかったのですが、お金ではなくて、目標に向かってやるのがスポーツだと思います。

私は平成13年の誕生日の9月30日に防衛庁を退職しました。2000年にシドニーオリンピックで何故か娘が競技をやってみたくと突然言い出しました。家内がピアノをやっており、物心ついた頃からピアノを習っていた女の子が、中学3年の終わりに突然ウェイトリフティングをやりたいと言い出し、家族みんな反対しましたが、本人が、ピアノは向かない、身体を動かしたいと言いました。私は、女の子のやる競技じゃないと反対しましたが、嬉しい気持ちもありました。私自身が高校1年で始めて、たくさん失敗しました。4回オリンピックに挑戦して、1回しか出られませんでした。失敗だらけの人生でしたから、娘にはやってほしくありませんでした。が、三ヶ月じっくり見ました。本当にやる気があるのかないのかを見ました。

私はやるに当たって条件を2つ出しました。一つは途中で絶対に投げないこと。もう一つは、どうせやるなら金を取ること。金を取るまでは徹底してやること。そこから始まりました。3年半後にシドニーオリンピックがありました。3年でオリンピックに出るにはどうすればいいのか、それはただただ練習するしかありませんでした。高校の先生にまかせては、勝つ為のチーム作りはできませんでした。毎日4時半に私が学校に行って、2時間半のトレーニングをして、家に戻り、キッチンで練習をしました。よく星飛雄馬のおやじかと言われました。鍵盤



しか叩いていなかったので全く練習量が足りず、自衛隊で土日も練習しました。そしてアテネオリンピックを迎えたとき、ドーピングの関係で2つあった枠がゼロになりました。ステロイドを打つと2割くらい力がアップします。一週間位前にやめるとドーピング検査に出ないので、当時はいたちごっこでした。4月にカザフスタンに行って、枠を一個取って来て、5月に5キロ減量して全日本に出ました。ライバルが二人いましたが、彼女たちは48キロ級で、むすめは53キロだったので、5キロ減量しました。

スポーツ選手は筋肉を酷使します。練習後すぐ食事をするのは、痛めた身体に栄養を入れて修復しないと怪我に結びつき記録が出せなくなるからです。我々の時代は水を飲むな、うさぎ跳びをやれ、でしたが、今は水は飲み、うさぎ跳びはするな、です。昔と今は違います。

競技を始めて10年くらい経って、やっと要領や規則、練習方法も覚えて、どうやったら強くなるか知恵もついてきます。スポーツ選手は大体26、27、28あたりが一番力を出し易く、精神的に安定しています。ですからアテネは出るだけでいいという戦略でした。重量挙げは馬鹿力でできる競技ではなく、非常に繊細な競技です。10ccの体重の差で47.99キロの人が金になり、48キロの人は銀になります。

北京は22、3歳ですから、メダルを取りに行きました。その頃、大学に通っていました。4年間の間、一日6時間くらい練習が出来ました。が、47.75キロ以下にはするなと言ったにもかかわらず、オリンピック委員会の係の人達が慣れておらず、体重を計るのに38分もかかり、47.35キロでした。内心、メダルは取れないと思いました。明らかにマイナス思考になっており、この試合は経験として次につなげようと思いました。終ってみて悔し涙でした。悔し涙には色々ありますが、人に言われることが悔しかったです。メダルを取れば「すごい!!」と拍手してくれますが、負けると「教え方が悪い、親が悪い、子離れしない」とか色々な事を言われます。そう言う人達はたまに来るおばあちゃん、おじいちゃんです。甘やかさず、毎日来てくれ、教えてくれ、と思います。

親子はリスクもあります。周りがみんな応援するから、痛い、ということを隠します。痛いと言う時はどうに
(次ページへ続く)

もならない時です。それが大きなリスクです。他の人はちょっとでも痛い、すぐ「痛い」と言います。うちは殴ったり蹴ったりは絶対しません。殴っても何も生まれません。女性は特にそうです。誕生祝いも平等にしないとそっぽ向けれます。根に持たれます。大変です。毎月誕生祝いをしているようなものです。

北京の時は、7時間やっても勝てない、作戦を変えなければならぬと思いました。プチ家出もありました。何が一番大切かと言うと、監督も親父も絶対ではないので、悪かったら「ごめん、今後気をつけるよ」と謝ることです。他人だとなかなか修復できないこともあります。親子だと簡単に修復できます。

北京の最大の敗因は心の弱さでした。9年10年の2年間は勝つ為の練習と、メンタル面を鍛える為に徹底的にコミュニケーションをしました。残りの11年、12年は自分で考えてトレーニングしなさいと言いました。

ロンドンで問題だったのは、ひとつにはコミュニケーションですが、もうひとつ大きいのはマスコミ対策でした。新聞テレビの取材がすごく、5社受けたら、3ヶ月間まともに練習できません。ご飯を食べている所を撮られるのは緊張します。スタッフの人達もお腹がすいていますから、みんなにご飯を食べさせました。取材を断れば、あの野郎、断ったとずっと言われます。私達の競技はマイナーですから、取り上げてもらうのは嬉しいし、広報活動は大切です。でも、怪我をしてもケアができません。練習中も100キロ挙げる時に1メートル前にカメラを構えられると集中できません。一番だめなのは同じ事を何回も何回も聞かれて嫌になることです。ロンドンの時は、3月31日以降、取材をシャットアウトしました。本当に申し訳ありませんが、必ずメダルを取りますので決断式と開会式は勘弁してくださいとはっきり申し上げました。

205キロ以上だと金が取れる、200キロなら銀、と思っていましたが、7月12日の練習でいとも簡単に205キロを挙げてしまいました。が、ロンドンに着き、練習をすると重くなっていたので、金から銀に切り替えました。7月12日が娘にとってピークでした。95%の力を出せばメダルは絶対取れたので、余裕をもって出来ました。無理はしませんでした。オリンピックに魔物がいるというのはこういうことです。皆がその日に100%合わせてメダルを取りに行くのですが、1%の人しか合わないのです。試合というのは何が起るかわかりません。すべてが想定外で終わります。

12年の戦略の中で、絶対メダルを取れる、と子どもを信じてやった結果だと思います。メダルを取ったから止めると言っていましたが、50万人の銀座のパレードに参加したら又火がついてしまいました。私の携帯メールに、もう身も心もぼろぼろだと、もうやりたくない、と書いて来ましたが、4月1日から又スイッチが入り、バリバリやっています。これから3年半、リオデジャネイロはどうなるかわかりませんが、コンディションを整えながら、一日一日を大切に前に進もうと気持ちを作っているようです。本人がやりやすいように持って行くのが監督の役目ではないかと思えます。我々が主導権を握るのではなく、側面から応援するだけです。

ニューヨーク Yankees のイチロー選手ですが、彼のしている事はオリックス時代から常に一貫しています。自分のバット、グローブ、靴を試合後に必ずロッカーで磨いています。周りにいた人がお金があるのだから人にやらせたらいいじゃないかと言います。今のイチロー選手の夢は多分ワールドシリーズで優勝して世界一になることだと思います。デレク・ジーターという Yankees の顔のような人がイチローのやっていることを見て、我々アメリカ人が忘れていた事だ、とイチロー選手はデレク・ジーターの先生になっています。一つ楽を覚えたら、次の楽を覚える、とイチロー選手は言っています。

私は今年68です。毎日20歳前後の女の子達を7、8人教えていて大変ですが、我々も楽を覚え、皆さんのロータリークラブの奉仕の精神でやって行きたいと思えます。

私は一日10時間監督をやって一日4,500円しかもらえず、一ヶ月12万円しかもらえません。プロ野球の監督なら億単位でもらえるのですが、私は12万円です。それでも夢を実現させたい、後継者を作りたいと思っています。

オリンピックの東京招致があります。なんとしても2020年に東京でオリンピックをやってほしいと思えます。スポーツ施設も良くなるし、経済効果もあるし、是非皆さんも応援していただきたいと思えます。

40分と言われていたのに、約50分になってしまいました。何と言っても時給400円ですから。ありがとうございました。



ご挨拶

丸田会長

三宅さん、本当にありがとうございました。本当の意味のコーチングのお話しをしていただき、参考になりました。我々も会社に戻り、よく従業員の話しを聞きたいと感じております。

ロータリーの友 事務局 ホームページ www.rotary-no-tomo.jp
メールは web@rotary-no-tomo.jp

環境NPOオフィス町内会が中心となって2005年に立ち上げた新たな間伐促進活動が「森の町内会」です。この活動に賛同して「印刷用紙」や「コピー用紙」を使用する企業は2009年9月現在、92社にのぼり、その環境貢献として促進される岩手県岩泉町・葛巻町・青森県三沢市での間伐は、年間30haの規模になっています。グリーン購入大賞で大賞を、山村力コンクールで林野庁長官賞を受賞しています。



森の町内会
間伐に寄与する紙
www.mori-cho.org

この印刷物に使用している用紙は、森を元気にするための間伐と間伐材の有効活用に役立ちます。

我孫子ロータリークラブは、環境貢献として、「森の町内会」を応援します。