

岩崎修平先生（舉重）



－開始舉重的契機為何？

身體虛弱，小時候身體差到無法去上學。即便上了大學，我的體重也才 49 公斤，在出社會之前就想要好好地鍛鍊體力，而開始運動。但是舉重之前，我接觸的運動大多是因為我的體型經常都贏不了人家。

此時，我遇見了舉重社的學長。參觀舉重社的練習時，舉起了斷了一半的空槓，學長稱讚我說我很強，因此獲得了勇氣，心想或許我可以挑戰看看舉重。

整個大學四年都沉迷於舉重，繼學長之後擔任了舉重社的社長。出社會工作繁忙漸漸沒在繼續舉重，但和學長都有連絡，保持聯繫。

他雖然已不在人世，但關於舉重，在我心中留下了很深的影響。而我決定重新復出是在我退休之後了。

－復出之後，為什麼您會積極參加世界老將運動會等眾多國際大會？

初次參加國際比賽十分戰戰兢兢，但初次參加我就會得了第 8 名，之後的比賽名次漸漸上升，第六名、第七名．．．。說穿了，就是參賽人數一個又一個減少，我總是最後一名（笑）

上一屆 2017 年在紐西蘭舉辦的奧克蘭世界老將運動會時，在無數經驗累積之下獲得了銀牌。現在即將舉辦「2021 年關西世界老將運動會」，這次一定要獲得金牌，我興奮立下了這個目標。



在 2021 年關西世界老將運動會的宣傳攤位前和夥伴拍下了紀念合照（攝於 2017 年奧克蘭世界老將運動會）

— 從事終身運動讓您覺得不錯是哪一點？

重新開始練舉重，讓我實際感受到自己朝著自己喜歡的目標前進。在工作時，比起個人，注重的是組織怎麼向前邁進，或許都是朝著企業給我們設定的目標前進。

退休之後，從零開始從事自己喜歡的項目，朝著目標邁進，令人感到開心。現在對於專心舉重的自己充滿自信。

— 在繼續運動時，什麼支持您繼續運動的動力？



其中一個就是辛克萊係數。公布了世界舉重資料以及隨著年齡增長衰退的體力能夠掌握身體現況的係數。參考這些資料，就能判斷成績不佳是否因為年齡導致，進而不沮喪，重新立訂一個適當的目標。

另一個就是一起熱衷於舉重比賽的朋友。每次和海外的朋友在比賽時相見，都等不及和對方分享近況和國內的朋友一起練習，練習過後的交流也十分開心。無論哪一方的友誼都是支持我前進的重要存在。

— 請教您今後的目標為何？

2018年冬天我罹患了脊椎管狹窄症，目前就只能鍛鍊柔軟度以及做一些輕度的練習。身體慢慢復原之後，朝「2021年關西世界老將運動會」金牌目標調整狀態。現在還不能好好地練習，讓我有點焦急，但是通往夢想的大門就在前方。

我每天早上都用寫著「夢想與希望」的茶杯喝茶唷。

打從心底希望能夠運動到百歲。