人間再発掘シリーズ

バーベルに恋して

三宅宏実の「いま」＝❺＝

5度目の五輪目指す重量挙げエース

台所から始まった、父との「地味～な」反復練習

【デイリースポーツ制定「ホワイト・ベアスポーツ賞」受賞者編】

三宅宏実（33＝いちご）は、中学3年生で観戦した2000年シドニー五輪をきっかけに、やっと夢を見つけた。夢とはしかし、三宅一家の「現実」だった。

家族には父・義行、伯父・義信ら五輪メダリストがいて、2人の兄もすでに競技を始め全国レベルで活躍している。これほどのエリート一家に、ウエイトリフティングは日常生活の隅々に染み込んでおり、家にはまるでインテリアのようにシャフトが置かれている。宏実も「隣に夢があったのに、見つけるのに十何年もかかってしまいました」と笑う。

過去、スポーツ界の「親子鷹」と呼ばれるようなメダリストの親たちが、幼少期から必ずしもエリート教育を子供に行っていないのはユニークな共通点だ。

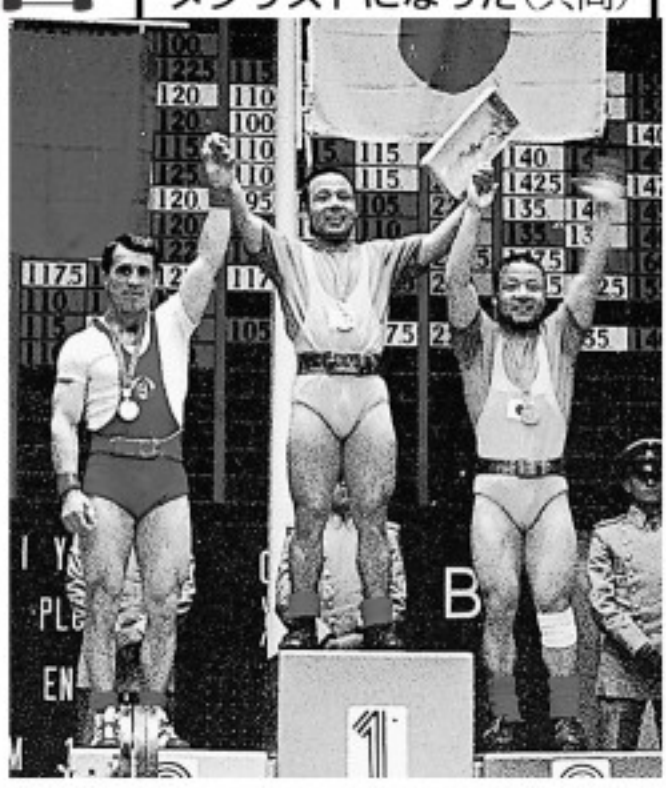
塚原光男・直也の体操金メダリスト父子でも、直也は中学入学までサッカーと体操のどちらを選ぶか迷っていた。ハンマー投げの室伏重信・広治（五輪メダルは広治のアテネ金、ロンドン銅）も、重信が周囲に「息子だからハンマー、と決めつけないでほしい」と伝え、あらゆるスポーツを楽しんだ。義行を含め、父親たちは不思議なことに、まばゆいばかりのキャリアを子どもに一切押しつけていない。

共通点はほかにもある。

塚原直也は1988年ソウル五輪を会場で見た感動から、体操一筋でやって行くと決断。アテネの団体金メダルだけではなく、光男よりも長く体操を続ける目標を追い続けた。

室伏広治もまた、父の応援と合宿のために妹の由佳と滞在した84年ロサンゼルス五輪で、「この舞台に選手で立ちたい」と決めた。こちらも長い競技生活を送ろうと、父の背中を追った。

最強DNA!?68年メキシコ五輪では、父義行（右）が銅、伯父義信（中央）は金で兄弟メダリストになった（共同）



宏実もシドニー五輪の開会式に感動し、父と同じ競技で五輪を目指す。才能より、何かに強く憧れる特別な「DNA」の力に見える。それは一過性のものではない。ただメダルを獲得すれば満足できるものでもない。唯一の父・娘メダリストでもその共通点は変わらず、宏実は女性アスリートでまだ1人しか果たしていない（柔道・谷亮子）夏季五輪5度目の出場を目指し、長く豊かなキャリアを築き上げている。

父・娘での初のメダリストに輝く2人のコンビは2000年、静かなスタートを切った。練習環境はまだ整備されておらず、最初は自宅の台所で基礎練習を黙々とこなした。

「ウエイトリフティングの練習は、本当に地味～なものがほとんどなんです」

宏実は笑う。

「毎日父の指導で基礎体力をつけ、基本動作を覚える。今振り返っても、あの地味～な反復練習が自分の基礎を作ってくれたんだ、と感謝しています」

しかし「地味～な」反復練習も、楽しくて、楽しくて仕方がなかった。

＝敬称略＝

毎週火～金曜掲載　＜取材・文＞増島みどり

(C)神戸新聞社 無断転載 複製および頒布は禁止します。