

20年東京で日本女子2人目の夏季五輪5大会出場を目指す三宅宏実の「いま」を描く

回	名	競	技
87	西橋本	スキー	ジャンプ
65	杉谷	水泳	飛込
5	山松	水泳	水球
4	武田	柔道	柔道
3	谷原	スキー	ジャンプ
2	田畑	スキー	スピードスケート
1	岡崎	スキー	スピードスケート
0	上村	スキー	モーグル

※競技の背景ピンクは夏季、水色は冬季

五輪5大会以上出場の手
 常に「重み」と格闘し続けてきた三宅宏実、軽やかな笑みを浮かべていた。

春から大学院生に
 都内のキャンパスで夜9時から始まる7限目の講義に通う。法政大を卒業して10年が経過した今、スポーツマネジメント、プロモーションを中心とした講義のノートでも改めて学べる機会はとも楽懸命に取り、レポートを作成し、エクセルも教えられた。

「改めて学べる機
 練習環境を変える。コーチを変えた。トップ選手たちの推進力と向きな精神が、常に重さや戦つていた33歳の女性が軽やかに見える理由なのだろう。

常に「重さ」と戦う 33歳の女性が軽やかに見える理由

後輩指導にもプラスに
 大学院進学にはもう一つ動機がある。所属する「いちご」では選手兼任コーチを務めており、若手を指導する立場にある。



ナショナルトレーニングセンターで取材に応じた三宅宏実

「人間再発掘シリーズ」新章 毎週火曜 金曜掲載



第1回
 連続メダリスト三宅宏実33歳が、2020年東京五輪へ挑戦する。出場すれば5度目の五輪。夏季大会の日本女子では柔道の谷亮子と並ぶ偉業だ。68年メキシコ五輪銅メダルの父・義行は、日本ウエイトリフティング協会会長であり、伯父・義信は64年東京、68年メキシコの金メダリスト。重量挙げ一家に育ったが、その道のは決して平たんではなかった。長くトップに立ち続ける現在進行形の競技人生を、スポーツライターの増島みどり氏が敬称略で追う。

【日本の親子五輪メダリスト】

父	相原信行	60年ローマ	体操	団体	総合	金
子	相原豊	92年バルセロナ	体操	団体	総合	銅
		68年メキシコ	体操	団体	総合	金
		72年ミュンヘン	体操	団体	総合	金
	塚原光男	76年モントリオール	鉄棒	個人	総合	銅
			鉄棒	個人	総合	銀
			個人	総合	銅	平行棒
	塚原直也	04年アテネ	体操	団体	総合	金
	三宅義行	68年メキシコ	重量挙げ	フェザー級		銀
		12年ロンドン	重量挙げ	48kg級		銀
	三宅宏実	16年リオデジャネイロ	重量挙げ	48kg級		銅

日本女子初の重量挙げ五輪メダリスト
WHO'S WHO 三宅宏実(みやけ・ひろみ) 1985年11月18日、埼玉県新座市出身。シドニー五輪に感動し、中3から重量挙げを始める。04年アテネ五輪から4大会連続で出場し、12年ロンドン五輪では重量挙げの日本女子初の表彰台となる銀メダル。16年リオデジャネイロ五輪は2大会連続メダルとなる銅を獲得した。06、15年世界選手権で3位。父の義行は68年メキシコ五輪銅メダリスト、伯父の義信は64年東京、68年メキシコ両五輪金メダリスト。法大出。147kg。



副賞のぬいぐるみはメダルより大事!?
 2012年度のホワイトベア受賞者。左からアーチエリーの古川高晴、ボクシングの村田諒太、三宅、大阪桐蔭高野球部の西谷浩一監督。