



# 気になるあの人に チューモク!! ③

## 生涯現役！ベンチプレスで世界記録更新を狙う

しらかわ たけし 白川 猛士さん(詫間町・70歳)



「友達や仲間の良い報告をするためにも負けられません」と白川さん

競技を続ける秘訣は「勝ちたい！」という思い

「全国大会で日本記録を更新してきたで」  
白川猛士さんから届く報告にはいつも驚かされるばかり。1月19～20日に大阪府で開催されたジャパンクラシックベンチプレス選手権大会マスターズ4（70～79歳）男子59キロ級で、120・5キロの記録を出して優勝。他を寄せつけない強さで、自身の日本記録を塗り替えました。  
白川さんは、世界でもトップの実力の持ち主。昨年5月



▲自宅の納屋に作った練習部屋で、大会3カ月前から約2時間のトレーニングを積みま

には、世界大会で初優勝を飾っています。  
「70代でもがんばれるんや、ということを示したいですね。記録更新が当たり前に思われるのが苦しいところですが（笑）、自分に勝ちたいという思いで続けています」  
40代からベンチプレスのマスターズ大会で活躍していた白川さん。一時期は退いていたものの、60代半ばで再開してからは、ずっとトップの座を守り続けています。  
「この年齢になると、けがをせずに、いかに力を維持していくかが大切です。若い選手に『白川さんが目標です』と言われると、励みになります」



▲カレンダーには、日々の練習内容がびっしりと書き込まれていました



▲踏ん張る力を付けるため、スクワットも取り入れています

す。彼らが競技を続けていけるように、その道筋を作る存在になりたいですね」  
大会で勝つためには、練習通りに力を発揮するのが肝心だと話します。次に狙うは、5月に千葉県で開催される世界大会。「122・5キロを持ち上げて、世界記録更新をめざしたい」と、今日も白川さんは練習に打ち込みます。

突 然ですが、皆さん。編集後記のイラストが月によって違うのはご存知ですか？私は広報担当になるまで、気付いていませんでした。実はこのイラストは担当者ごとによってもらっているもので、編集後記を書くときに自身のイラストを使っています。現在、広報みとよは3人の担当者で作っていますので、3種類のイラストがあるわけです。  
さて、うれしいことに県広報コンクールで最優秀賞をいただきました。それから取材先では、「賞を取って良かったですね！いつも読んでいますよ」と声をかけてもらえることが増えました。毎月の取材や撮影、編集では試行錯誤の連続ですが、担当3人で少しでもベストに近づけるようにがんばります！



**訂正のお知らせ**  
広報みとよ2月号「三豊市の人口」について、下記の通り、訂正します。  
※平成31年1月1日現在（ ）内は前月比

- 世帯数 23,130 世帯(-18)
- 総人口 63,252 人(-74)
- 女 32,934 人(-48)

※香川県人口移動調査による