

今月の Fujimist

ゆあさまさのぶ
湯浅正信さん
(クラシックベンチプレスアジア記録保持者)

210キロを持ち上げるトレーニングのようす



鋼鉄がひしゃげるほどの重りを載せたバーベルを、丸太のような腕が軽々と持ち上げる。湯浅正信さんはクラシックベンチプレスのアジア記録保持者で、4月にテキサス州キールで行われた第2回世界クラシックベンチプレス選手権大会120kg級マスターズⅡで準優勝を果たした猛者である。

クラシックベンチプレスとは、通常のベンチプレスと違い、反発力を生むサポートシャツ「ギア」を着ずにバーベルを持ち上げる競技。高校時代はボート部に所属し、国体にも出場した湯浅さんは、トレーニングとして好んでベンチプレスをしてきた。社会に出て、長く運動から離れた後、健康のために通い始めたスポーツジムでバーベルと再会。腕試しのつもりで出場した大会で好成績を残し、以降、

競技者となった。今年で55歳となる湯浅さん。トレーニング時間は短く、30分もかけない。年齢による回復力の低下が目立つ今、過度な負荷は体を壊すためだ。がむしゃらなトレーニングで自分を奮い立たせられた若いころに比べ、自信を保つことが難しくなった。いかに体を仕上げても、最後に結果を分けるのは気持ち。「少しでも迷いがあると絶対に上げられない」と湯浅さんは語る。

いつしか人生の大事な一部となったクラシックベンチプレス。かけがえのない出会いも多くあった。そのことに感謝する湯浅さんは、いつまでもバーベルを持ち上げ続けるつもりだ。

9月の土曜開庁と業務時間延長
取扱い業務など、詳しくは市ホームページをご覧ください。
お問い合わせください。

市役所本庁舎 ☎049-251-2711
【土曜開庁】
9月2日(土)午前8時30分～午後0時30分
【業務時間延長】
毎週木曜(祝日を除く)午後7時まで
【開庁課】
市民課・保険年金課・税務課・収税課・子育て支援課・保育課

西出張所 (鶴瀬駅西口サンライトマンション1階) ☎049-252-2331
【業務時間延長】 9月28日(木)午後8時まで

人口と世帯数 (8月1日現在)

人口	…110,755 人	(前月比 - 31 人)
男	54,961 人	(前月比 - 43 人)
女	55,794 人	(前月比 + 12 人)
世帯数	… 50,424 世帯	(前月比 + 20 世帯)

【市ホームページ】
http://www.city.fujimi.saitama.jp/

【携帯版アドレス】
http://www.city.fujimi.saitama.jp/mobile

【ココシル☆ふじみ】市の観光情報アプリ。「ココシル」で検索

【市公式 facebook】
https://www.facebook.com/fujimikouhou

【市公式 twitter】
https://twitter.com/fujimi_city

【テレ玉データ放送】テレ玉(地デジ3ch)視聴中にdボタンで市の情報をご覧になれます

【マチイロ】スマートフォンでも広報「ふじみ」をご覧になれます
マチイロ 富士見市 検索

【AR 動画】カメラマークのある画像にスマートフォンをかざすと動画をご覧になれます
AR動画 富士見市 検索