静岡県ウエイトリフティング競技の再生に向けた提言書（第２案）

～県協会の振り返りと、これからの行動～

令和８年10月26日

静岡県ウエイトリフティング協会（作成：事務局　平岡 康伸）

はじめに ― 私たち自身の責任として

静岡県の高校ウエイトリフティングは、いま消滅の危機にある。

項目	令和８年度の状況
高体連の登録選手	科学技術高校の５名のみ（前年度は12名）
実際に競技を続ける高校生	２年生４名のみ。１年生・女子は０名
部活動のある高校	科学技術高校の１校のみ（2005年から１校）
その高校の指導者	０名
県内のウエイトリフティング有資格者	５名（うち高校教員１名、部活動校には０名）

このまま新入生が入らなければ、令和10年度に県内の高校選手は０人になる。今年の青森国スポで少年男子に選手を送らなかったのは、47都道府県のうち高知県だけである。

この状況を招いた責任は、私たち静岡県ウエイトリフティング協会にもある。私たちは、指導者の後継者を育てることができなかった。強豪校と、一人の名指導者の献身に頼り、その後を担う人を育てる仕組みをつくれなかった。全国高体連ウエイトリフティング専門部の記念誌に何度も課題を書きながら、行動に移せなかった。これは事実である。

本書は、他者に要望を並べる前に、まず私たち自身が過去を真摯に振り返り、自らできることから行動を起こす決意を示すものである。そのうえで、私たちの力だけでは届かないところについて、関係の皆様に応援をお願いしたい。

希望はある。部活動のない清水南高校の生徒が、中学生のころから協会の練習会に通い、週２回の練習で2025年の滋賀国スポ少年の部61kg級で優勝した。中等部からともに練習した藤井健悟選手もたくましく成長し、警視庁への就職が決まった。協会が続けてきた指導の場は、確かに実を結んでいる。その場を広げ、次の指導者を育てることが、私たちの責務である。

1　過去の記録の総括

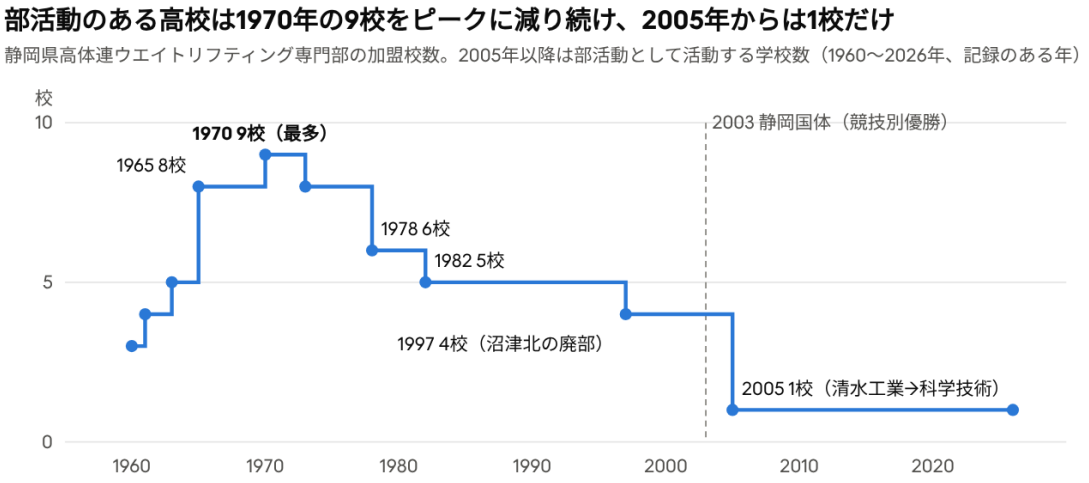
国スポの記録

本県は、競技別入賞（8位以内）を1959年から2003年の静岡国体（1位）まで重ねてきたが、静岡国体の後は2026年まで21大会連続で入賞がない。

年	開催地	競技得点	天皇杯得点	競技別順位	皇后杯得点
2023	鹿児島	０点	10点	43位	10点
2024	佐賀	10点	20点	36位	０点
2025	滋賀	15点	25点	37位	10点
2026	青森	８点	18点	34位タイ	０点

- 毎年 5 名で参加し、4 年間の 1 人あたり競技得点は 1.65 点（県平均 1.53 点、35 競技中 12 位）。少人数で得点できる競技である。
- ただし、2025・2026 年の得点はすべて増田祥大選手 1 人によるものである。女子選手がいない年は皇后杯が 0 点になる。
- 2026 年の少年選手 2 名（科学技術高校 2 年）は自己ベストを更新したが、得点圏までは各種目で 18〜29kg の差がある。日常の練習を見る指導者がいない中での結果である。

高校の部活動の歩み



全国高等学校体育連盟ウエイトリフティング専門部の記念誌（静岡県の歩み）から作成。記録のない年は前の値を引き延ばしている

時期	出来事
1955〜1959 年	県協会が発足（1955 年）。清水東高校で国体を開催（1957 年）。高体連に専門部として加盟（1959 年）
1960 年代	伊東・佐久間・静岡・東海大工・吉原工・韮山・田方農などで部活動。佐久間高校出身で名古屋鉄道に就職した三輪定広選手が東京五輪に出場（ミドル級 5 位）。1964 年、滝戸篤先生（体育科）が吉原工業で無から部を創設。1967 年の県高校総体は 81 名（最多）
1969〜1975 年	東海大工の玉井選手が県初の全国高校チャンピオン（1969 年）。加盟校は最多の 9 校（1970 年）。平岡力選手（現・県協会理事長）が全国総体 2 連覇・高校 3 冠（1974・75 年）
1970〜80 年代	静岡・韮山・佐久間などの部がなくなり、加盟校は 6 校→5 校へ。沼津学園が台頭（部の創設には、韮山高校出身で自衛隊体育学校から東京五輪を目指した秋元久雄氏（のちの平成建設創業者）が大きく関わり、勝亦憲一先生が全国屈指の強豪に育てた）し、吉原工業も滝戸先生の再赴任で強化
1989〜1991 年	沼津学園が全国総体学校対抗で 2 年連続準優勝。地元全国総体に向け滝戸先生が清水工業に異動し、同好会を立ち上げる。1991 年の地元全国総体は入賞 1 名で「大いに反省」
1996〜1997 年	滝戸先生が定年退職。非常勤講師として、さらに部活動の指導のためだけに通って部を守る。沼津北の廃部で加盟校 4 校
2000〜2006 年	清水工業の平岡勇輝選手（平岡力選手の長男）が 3 冠・日本高校新（2000 年）。静岡国体で競技別優勝（2003 年）。沼津学園高校から法政大学に進んだ岩崎宇信選手がアテネ五輪に出場し、壮行会では秋元氏と勝亦先生が激励（2004 年）。飛龍（旧沼津学園）の部がなくなり部活動は 1 校に（2005 年）。望月駿一選手が全国総体優勝（2006

時期	出来事
	年）
2008 年～	清水工業が科学技術高校に再編。一時配置された工業科の指導者が校務との両立に苦しみ指導を続けられなくなり、以後は指導者不在
2021 年～	科学技術高校の部員は 2 名に（2021 年）。2025 年の米子での全国総体には、清水南高校から個人の資格で増田祥大選手（61kg 級 2 位）と藤井健悟選手（55kg 級）が出場。女子は 10 年以上不在。令和 8 年度は高校選手 4 名

2　県協会としての振り返り ― 私たちに何が足りなかったのか

記録をたどると、本県に人材がいなかったのではない。五輪選手も、親子 2 代の全国チャンピオンも生まれている。足りなかったのは、競技を次の世代に引き継ぐ仕組みであり、それをつくる役割は、競技団体である私たちにあった。

1. **指導者の後継者を育てなかった**：滝戸篤先生は吉原工業と清水工業で部を起こし、退職後も部を守り続けた。しかし私たちは、その献身に頼るばかりで、次を担う指導者を育てなかった。本県の競技経験者で体育系大学に進んだ者は過去 25 年ほどおらず、教員を目指す競技者を後押しする働きかけもしてこなかった。その結果、県内の有資格者は 5 名（全国の 1.3%）にとどまり、部活動校には一人もいない。
2. **大会の後の計画を持たなかった**：1991 年の地元全国総体、2003 年の静岡国体と、大会のたびに強化したが、大会後の育成計画を私たち自身が持っていなかった。静岡国体の 2 年後には沼津学園の部がなくなり、部活動は 1 校になった。
3. **課題を記録しながら、行動に移さなかった**：1997 年の全国高体連ウエイトリフティング専門部の記念誌は「競技の普及と加盟校の増加、女子リフターの育成などいまだ山積している問題も多く」と記し、その後の記念誌も「指導者は高校では数えるほど」「女子選手はおらず」と書いた。これを書いたのは私たち自身である。課題を知りながら、具体的な行動に移せなかった。
4. **科学技術高校の指導者不在を、学校任せにしてきた**：2008 年以降、唯一の部活動校に指導者がいない状態が続いた。練習会に招くことで細々と支えてきたが、日常の指導体制を協会として組み立てることはできていなかった。
5. **中学生と女子への普及、競技の発信が足りなかった**：高校から始める選手がほとんどで、中学生が競技を知る機会を私たちは十分につくってこなかった。女子は 2003 年ごろに活躍した選手がいたが、その後に続けることができなかった。

一方で、私たちが続けてきたことにも、確かな成果がある。協会の強化練習会は、部活動のない高校から国スポ少年の部の優勝者を生み、指導者のいない科学技術高校の生徒を国スポの舞台に送り出してきた。この強みを土台に、私たちは変わる。

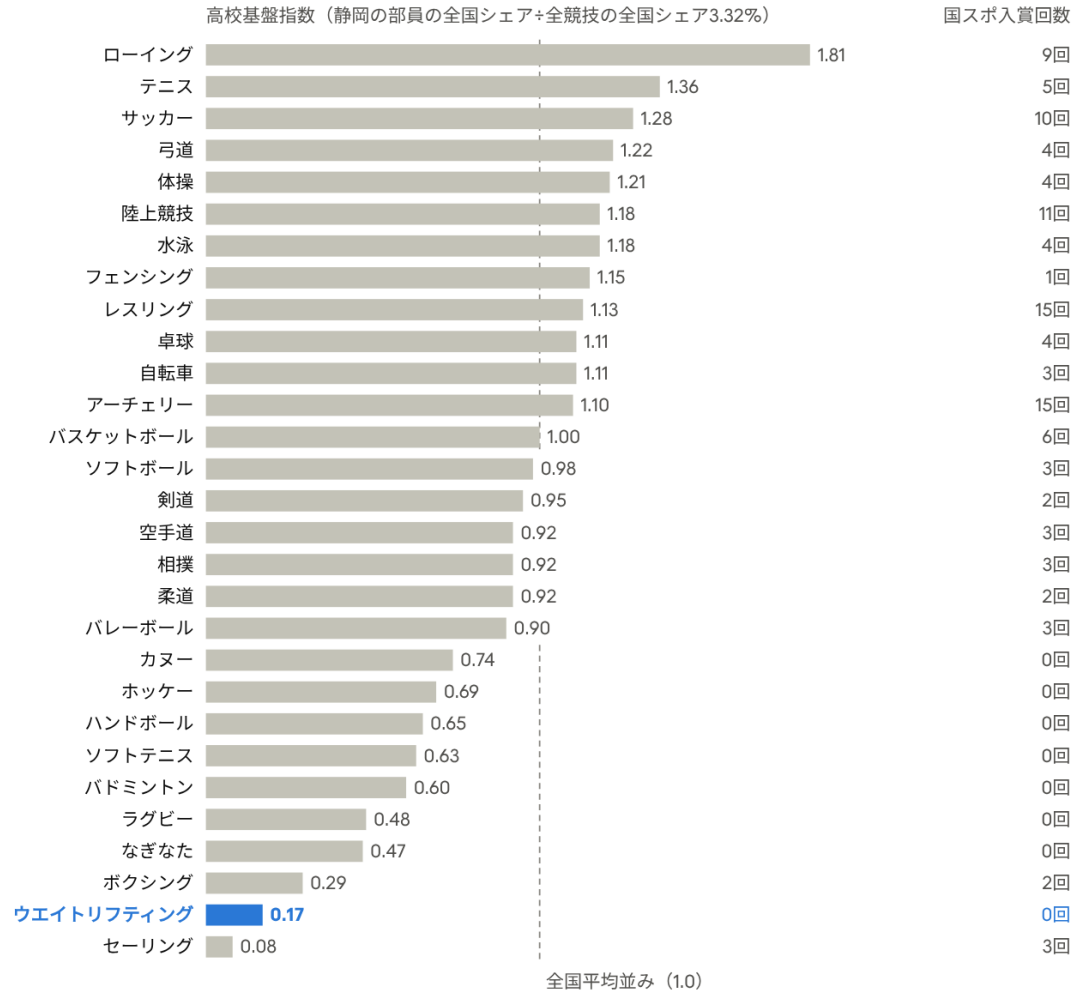
3　現状の診断

高校の競技基盤

- 全国の高校登録者は 2,185 人（令和 7 年度）。静岡の規模なら約 73 人いてもおかしくないが、令和 8 年度は 4 人である。
- 高体連の 29 競技で「高校基盤指数」（静岡の部員が全国比でどれだけ厚いか）を比べると、ウエイトリフティングは 0.17 で下から 2 番目。この指数と国スポの入賞回数には強い相関（順位相関係数 0.77）がある。

静岡の高校ウエイトリフティング部員は、全国比で見ると極端に少ない

高校基盤指数 0.17（29競技中28位）。1.0＝静岡の部員が全国平均並みの厚さ



全国高等学校体育連盟「令和 7 年度 加盟・登録状況」から算出。入賞回数は 2004〜2025 年の国スポ競技別入賞（8 位以内）

指導者

区分（2025 年 10 月現在）	全国	静岡県	静岡の割合
競技別の指導者資格（全競技、延べ人数）	185,244 人	6,757 人	3.6%
ウエイトリフティングの指導者資格	378 人	5 人（コーチ 3・4 が 3 人、コーチ 1 が 2 人）	1.3%
うち資格を持つ高校教員	—	1 人（部活動校には在籍せず）	—

県全体では指導者は不足していない。全国並みの割合ならウエイトリフティングの有資格者は約 14 人いてもおかしくないが、その 3 分の 1 しかいない。指導者を育てることは、競技団体である私たち自身が取り組むべき課題である。

このまま何もしなければ

年度	県内の高校選手	国スポ少年男子
令和 8 年度（2026）	2 年生 4 人	出場
令和 9 年度（2027、宮崎）	3 年生 4 人	出場できる最後の年
令和 10 年度以降	0 人（新入生がいない場合）	出場できない。部活動も存続が危うい

4　再生への手がかり

1. **指導の場があれば全国で勝てる**：増田選手は部活動のない高校から、協会の練習会に週 2 回通って国スポ少年の部で優勝した。
2. **部は指導者についていく**：滝戸先生が去った学校からは部が消え、先生が赴任した学校に部が生まれた。沼津学園も、秋元久雄氏が部を起こし、勝亦憲一先生が全国屈指の強豪に育てた。指導者を育て、生徒のいる場に置けば部は生まれる。
3. **得点できる選手は成年でも長く貢献する**：平岡勇輝選手は 2015 年ごろまで、およそ 15 年にわたり本県に得点をもたらした。得点できる選手が 2〜3 人いれば、毎年 16〜24 点程度が見込める。
4. **6 年かければ、まじめに続ける生徒も全国に届く**：増田選手は清水南高校中等部のころから全国中学生大会に出場した。中等部からともに練習した藤井健悟選手も、6 年かけてたくましく成長し、高校 3 年で全国総体の基準記録に到達して米子インターハイに出場し、警視庁への就職が決まった。
5. **始めるのが遅くても戦力になる**：三重県の山門選手は大学から競技を始めて日本代表となった。他競技からの転向者も戦力候補である。
6. **女子は 1 人いるだけで皇后杯に届く**：参加すれば参加得点 10 点が入る。外部指導者として活躍が期待できる女子の指導者も県内にいる。
7. **教員の中にも候補がいる**：高校「情報」・中学校「技術」の免許と指導者資格を持つ教員が 1 名、資格取得予定の教員もいる。中学校に「情報・技術科」が新設される見通しで（文部科学省の次期学習指導要領案）、こうした教員は中高一貫校で貴重な人材になる。

5　県協会が自ら取り組むこと（行動計画）

私たちは、他者に任せるのではなく、まず自ら動く。次の行動を、令和 8 年度から順に始める。

行動 1　指導者の後継者を育てる（最優先）

- 県協会として「指導者育成計画」をつくり、10 年で有資格者を現在の 5 人から 15 人に増やす。
- 練習会に関わる大人、競技経験のある卒業生・大学生、関心のある教員に、日本スポーツ協会公認のコーチ資格の取得を働きかけ、受講費用の一部を協会が支援する。
- 現在の有資格者（コーチ 3・4）が若い指導者と組んで練習会を運営し、現場で指導を引き継ぐ。

- 高校生・大学生の選手に、体育系大学への進学や教員への道を示し、進路の相談に乗る。増田選手をはじめ県内で育った選手が、将来指導者として戈れる道をつくる。
- 教員の中の有資格者・資格取得予定者のつながりをつくり、学校を超えて指導を支え合う。

行動 2　令和 9 年度の新入生を迎える

- 科学技術高校と協力し、中学 3 年生と保護者向けの体験会を協会主催で開く。現在の 2 年生 4 名に「先輩」として立ってもらう。
- 協会の役員が中学校を訪ね、保健体育科教員や部活動顧問に、増田選手の例を載せた案内を直接届ける。他競技の生徒にも声をかける。
- どの高校に進んでも、個人の資格で高体連に登録し、練習会で続けられることを伝える（清水南・清水東の前例）。

行動 3　科学技術高校の日常の指導を協会で支える

- 指導者が配置されるまでの間、協会の指導者が定期的に学校を訪問し、練習計画の作成と技術指導を行う。
- 練習の安全ルール（補助、重量設定、器具点検）を協会が文書にし、学校と共有する。

行動 4　練習会を「地域クラブ」に発展させる

- 増田選手を育てた練習会を、中学生、部活動のない高校の生徒、女子、社会人が通える地域クラブにする。中学校の部活動の地域展開の受け皿として登録を目指す。
- 練習を週 2 回から週 3 回に増やし、将来は東部・西部にも練習場を設ける。

行動 5　中高一貫で 6 年かけて育てるモデルをつくる

- 清水南高校・中等部には、令和 5 年度に科学技術高校から練習用具一式が移され、バーベルを落として練習できる環境がある。協会はここを「第 2 の拠点」として、中学生から 6 年計画で選手を育てる指導を支える。
- 工業科の科学技術高校と、普通科・中高一貫の清水南高校の 2 拠点で、異なる進路を希望する生徒を受け入れる。

行動 6　女子選手を発掘し、育てる

- 女子だけの体験会を開き、県内の女子の指導者に外部指導者として協力をお願いする。

行動 7　成年選手とのつながりを保つ

- 県出身で県外の大学・企業で続ける選手を把握し、国スポの静岡県代表として出場してもらえるよう日ごろから連絡を保つ。得点できる成年選手を常に 2〜3 人確保する。
- 他競技で実績のある大学生・社会人にも体験の機会を設ける。
- 県外で指導者として活躍する本県出身者とのつながりも大切にする。平岡勇輝氏は東京と横浜で CrossFit ジムを開設して多くのマスターズ選手を輩出し、年に 1〜2 回は本県の高校生のために技術講習会の講師として来県してくれている。アテネ五輪に出場した岩崎宇信氏（沼津学園高校出身、

現在は沖縄県で指導）も、遠くから本県を案じてくれている。地元を離れても本県を応援してくれる人たちがいる。指導の助言や合同練習での協力を仰ぎ、本県の指導者育成にも生かす。

行動８　発信し、自ら検証する

- 選手の歩みや記録を、協会のホームページ・SNS・地元報道で継続して伝える。
- 毎年度末に理事会で本書の達成状況を検証し、結果を公表する。課題を記録するだけで終わらせない。
- 特別支援学校など、全日制高校以外で競技に取り組む他県の例を関係者から聞き取り、卒業後の経過も確かめる。

6　工程表と数値目標

指標	現状（令和 8 年度）	令和 9 年度	令和 10 年度	令和 12 年度	令和 17 年度
県内のウエイトリフティング有資格者	5 人	6 人	7 人	10 人	15 人
うち生徒のいる場で日常的に指導する者	0 人	1 人	2 人	3 人	5 人
県内の高校選手（うち女子）	4 人（0 人）	7 人以上（1 人）	10 人（2 人）	15 人（3 人）	35 人前後（8 人）
部活動・拠点のある学校	1 校	1 校	2 校（清水南・中等部）	2 校	3 校
協会の練習会	週 2 回	体験会を開始	週 3 回・地域クラブ化	東部・西部に練習場	県内全域で通える
国スポ競技得点	8 点	10 点	10 点	15 点以上	30 点以上
皇后杯	0 点	10 点	10 点	10 点＋競技得点	女子でも得点

毎年度末に理事会で達成状況を確認し、結果を公表する。

7　応援していただきたいこと

私たちは上記の行動を自ら始める。そのうえで、教員の配置や学校の体制など、私たちの力だけでは届かないところがある。協会の取組を後押ししていただくために、次の応援をお願いしたい。

応援をお願いしたい先	協会の取組	お願いしたい応援
静岡県教育委員会	指導者を育て、教員の中の候補者を支える	育った指導者を生徒のいる学校（科学技術高校、清水南高校・中等部）に配置することへのご配慮。保健体育の採用選考での特定競技の指定枠（10 年に 1 人程度）のご検討。部活動指導員の任用
科学技術高校・清水南高校	体験会、定期的な指導訪問、安全ルールの共有	部活動の存続・設置へのご理解。協会の指導者の受け入れ
静岡県高等学校体育連盟	個人の資格で続ける生徒の指導と引率の支援	個人の資格での登録・大会出場への引き続きのご理解

応援をお願いしたい先	協会の取組	お願いしたい応援
静岡県・静岡県スポーツ協会	指導者育成計画と地域クラブ化を実行し、毎年検証する	資格取得や体験会に活用できる事業でのご支援。少人数で得点している実績のご評価
市町・中学校	練習会を地域クラブとして開き、中学生を受け入れる	地域クラブとしての受け入れ。中学生への案内の周知

結びに

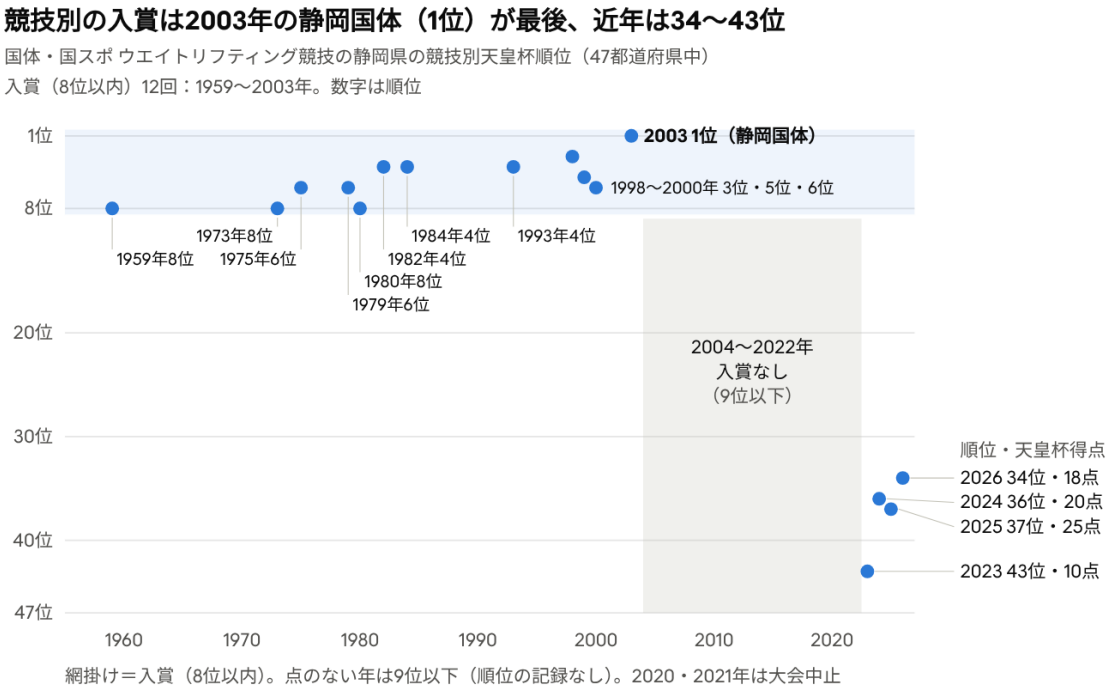
本県のウエイトリフティングをここまで衰退させたことについて、私たちは競技団体としての責任を重く受け止めている。先人たちは無から部を起こし、全国チャンピオンを育て、退職後も部を守ってきた。その志を一人の献身で終わらせず、仕組みとして次の世代に引き継ぐことが、今を生きる私たちの責務である。

私たちは、まず自ら動く。指導者を育て、練習の場を広げ、令和 9 年度の新入生を迎える。その取組を、どうか応援していただきたい。関係の皆様のご理解とご支援を、心からお願い申し上げる。

参考資料

- 日本ウエイトリフティング協会「第 80 回国民スポーツ大会 結果速報」
- 静岡新聞朝刊「本県の競技別天皇杯・皇后杯の得点と順位」（2023〜2026 年）、2026 年 7 月 9 日「中学「情報」最大 70 こま」
- 「天皇杯都道府県順位の推移」「競技別天皇杯入賞（1〜8 位）順位の推移」
- 全国高等学校体育連盟「令和 7 年度 加盟・登録状況」
- 日本スポーツ協会「スポーツ指導者に関するデータ」
- 全国高等学校体育連盟ウエイトリフティング専門部 周年記念誌（1997 年、2012 年ごろ）、60 周年記念誌（2022 年）の静岡県の歩み
- 静岡県立清水工業高等学校ウエイトリフティング部の記録（1989〜2006 年度）
- 静岡県立吉原工業高等学校同窓会報「吉峰会」（平成 31 年 1 月 11 日）
- 中央教育審議会 総則・評価特別部会 参考資料 1「情報・技術 WG での議論の報告」（2026 年 7 月 8 日）
- 本協会「静岡県ウエイトリフティング競技の再生に向けた提言書（原案）」
- TKC「戦略経営者」秋元久雄 平成建設社長インタビュー（2015 年 7 月）

別表　国体・国スポにおける競技別成績の推移



1959〜2003 年は「競技別天皇杯入賞（1〜8 位）順位の推移」、2023〜2026 年は静岡新聞朝刊の競技別天皇杯の得点と順位から作成。2004〜2022 年は 9 位以下のため順位の記録なし

年（開催地）	競技別の天皇杯順位	天皇杯得点
1959 年（東京）	8 位	—
1973 年（千葉）	8 位	—
1975 年（三重）	6 位	—
1979 年（宮崎）	6 位	—
1980 年（栃木）	8 位	—
1982 年（島根）	4 位	—
1984 年（奈良）	4 位	—
1993 年（香川・徳島）	4 位	—
1998 年（神奈川）	3 位	—
1999 年（熊本）	5 位	—
2000 年（富山）	6 位	—
2003 年（静岡）	1 位	—
2004〜2022 年	9 位以下（入賞なし。2020・2021 年は大会中止）	—
2023 年（鹿児島）	43 位	10 点
2024 年（佐賀）	36 位	20 点
2025 年（滋賀）	37 位	25 点
2026 年（青森）	34 位タイ	18 点

天皇杯得点は参加点 10 点を含む。「—」は手元に記録がないもの。1959〜2003 年の入賞は 12 回で、うち 4 位以内が 5 回（2003 年の静岡国体は 1 位）。2004 年以降は 2026 年まで 21 大会連続で入賞がない。2004〜2022 年は 9 位以下のため順位の記録がなく、各年の順位と得点が分かれば、この表とグラフに加えていく。