



みんなで応援しよう！東京2020 オリンピック・パラリンピック競技大会



東京オリンピックまで
あと **179** 日
(2021年1月25日現在)

11月8日(日)~23日(月)

東京オリパラレガシー創出事業「パラオフェア2020&常陸大宮市主催 オリンピック・パラリンピック スポーツフェスティバル」開催!!

今月号では、昨年11月23日(月・祝)に開催した「常陸大宮市主催 オリンピック・パラリンピック スポーツフェスティバル」の様子について紹介します。このイベントは、ホストタウン交流計画に基づき、市民の皆さんにオリンピック・パラリンピック競技に親しんでもらうとともに、今年開催される東京2020大会への機運を高めることを目的に行いました。

※今回のイベントは、新型コロナウイルス感染拡大防止を図るため、参加者を事前申込・市民限定とし、検温・消毒等を徹底して実施しました。

11/23

トップアスリートから教わる オリンピック・パラリンピック正式競技等体験会

【会場：西部総合公園 体育館】

○2004年 アテネオリンピック女子ハンマー投げ出場 室伏 由佳さんによる講話+簡単エクササイズ



▲オリンピック室伏 由佳さん

講師を務めたのは、オリンピックの室伏由佳さん。小学生40名を対象に、オリンピックに出場するという夢を実現させた室伏さんが「自分の体と向き合う方法～スポーツを通じた経験から～」と題し、自らの経験を話しました。また、「少し頑張ると『できそう!』と思うことを毎日少しずつ繰り返すことが大事」と伝え、参加した子供たちに「あきらめない」「決めつけない」「思いこまない」の3つの言葉を送りました。

講話後は、ハンマー投げの回転運動を取り入れた簡単エクササイズを紹介し、参加者全員で体を動かしました。

参加者からは、「目標を持ち、少しずつ前向きに練習する事の大切さを学んだ」などの感想がありました。



▲簡単エクササイズ(回転運動)の様子

講師プロフィール 女子ハンマー投の日本記録保持者、円盤投の元日本記録保持者。2004年アテネオリンピック女子ハンマー投代表。円盤投、ハンマー投2種目で世界選手権に出場。国際的にも稀な投てき2種目の両立。2012年競技引退。現在は順天堂大学スポーツ健康科学部講師、(株)attainmentの代表取締役を務めている。スポーツ健康科学博士。

○2004年 アテネパラリンピック 車いす陸上競技800m金メダリスト 安岡 チョークさんによる車いすレーサー体験会



▲パラリンピアン 安岡チョークさん

体験会では、安岡さんから通常の車いすと競技用の車いすの違いである「長さ」「車輪の数」「車輪の角度」を教わり、実際に車いすレーサーに乗り、両腕で車輪を回す力加減やコーナリングの難しさなどを体験しました。

参加者からは、「本物のメダルを首にかけることができ、素晴らしい思い出・経験となった」などの声がありました。



▲車いすレーサー体験

講師プロフィール 1992年バルセロナ大会から2012年ロンドン大会まで6大会連続でパラリンピックに出場した超人。生まれつき両足がなかった安岡さんは、15歳で車いすレースを始め、数々の大会で優勝するなどして頭角を現し、2004年アテネ大会で金メダルを獲得した。

○元日本代表 長崎 峻侑さんによる オリンピック正式競技 トランポリン体験会

長崎さんは、跳躍中ジャージ上下を着るパフォーマンスやマットから5mほどの高さまで跳ぶ実技を披露した後、参加者一人一人にトランポリンの跳び方を丁寧に教えてくれました。長崎さんは「つらく苦しいときもあったが、トランポリンが好きだったからこそ続けることができた。みなさんも好きなことを見つけ努力し続けてほしい」と継続の大切さを話しました。



▲5mの高さまでジャンプ!

講師プロフィール 茨城県美浦村出身。9歳の時にトランポリンを始め、11歳で世界年齢別大会で銅メダルを、2003年にはユースオリンピックフェスティバルで金メダルを、2006年の世界大会では団体で銅メダルを獲得した。現在では、イベントやテレビに出演しトランポリンパフォーマーとして活躍している。



▲オリンピック仕様のトランポリンで跳ぶ参加者

○2012年 ロンドンパラリンピック ゴールボール競技金メダリスト 安達 阿記子さんによるゴールボール体験会



▲様々な音を頼りに行われたゴールボール体験

ゴールボールとは、プレイヤー全員が「アイシェード」と呼ばれる目隠しを装着し、鈴の入ったバスケットボール程の大きさのボールをゴールに向けて転がして得点を競う競技です。相手選手の足音やボールの音などのかすかな音を頼りに行われる競技のため、会場が静かな状態になります。

今回の体験会では、参加者がアイマスクを着け、綱を頼りに歩く体験や鈴の音を頼りにボールを相手に向けて転がす体験のほか、チームに分かれてミニゲームも行われました。参加者からは「こんなにも五感を研ぎ澄ましてスポーツをしたのは初めての経験だった」などと感想がありました。



自らの見え方を参加者に伝える安達さん▶

講師プロフィール 14歳で右目、20歳で左目に黄斑変性症(市や中心部がモザイク)があったような見え方を発症し視覚障害となった後、2006年にゴールボールに出会う。数々の世界大会に出場し、2012年ロンドン大会でゴールボール日本団体競技史上初となる金メダルを獲得した。

○Deroto Saber (デロタ サバール) 茨城の皆さんによる パラリンピック正式競技 ブラインドサッカー体験会

ブラインドサッカーは、パラリンピックの種目としては「5人制サッカー」と言われ、ゴールキーパー以外の4人のフィールドプレイヤーはアイマスクを装着し行う競技です。

体験会では、まず、ベアになり、目隠しをした状態で相手の説明を頼りに講師と同じポーズをするという、目が見えない状況を体験しました。その後、相手のもとへボールをまっすぐ蹴る練習やシュートを行い、パラスポーツの魅力を体感しました。Deroto Saberの皆さんは、「ブラインドサッカーは健常者も障害者もみんなが楽しめるスポーツ。ぜひ一緒に練習しましょう」と参加者に呼びかけました。

講師プロフィール Deroto Saber茨城は2016年7月に設立されたチーム。水戸市を拠点に障害者への理解と障害者自身が誇りと自信をもって社会に溶け込めることを目指し、ブラインドサッカーの普及活動を行っている。



▲Deroto Saberの皆さんと記念撮影

アイマスクを着けてシュート!▶

スペシャルイベント

スポーツに関する特別な体験会も同時開催されました! 共催:茨城県

○リボン・アートボール2020ワークショップ ~世界にひとつのアートボールを作ろう!~

捨てられてしまうスポーツ用のボールに、アクリル絵の具で動物や模様を描き、再生させる、スポーツ・アート・リサイクルが融合された茨城発のワークショップが行われました。

参加した子供たちは好きなボールを選び、夢中になって自由に絵を描いていました。参加者からは、「集中して絵を描く子供たちの姿を見ることができ、親子で楽しめるイベントだった」などと声がありました。

協力:(公財)日本アンチ・ドーピング機構(JADA)

~スポーツの未来を創るメッセージリレー~

「私にとってのスポーツの価値/チカラ」と題し、参加者にメッセージを書いてもらったほか、「心の中にある真実を映し出す」フィルターポーズをして記念撮影を行い「クリーンでフェアな大会」を実現するために、東京2020大会を通してより良いスポーツの未来を一緒に創ることの大切さとそのために自分ができることについて考えました。集まったメッセージとフィルターポーズは東京2020大会期間中、デジタルアートとして披露されます。

詳しくは「i-PLAY TRUE Relay」でWEBサイトを検索!



▲好きな色を染めて楽しむ参加者



▲リボン(再生)したボールと記念撮影!



▲フィルターポーズで記念撮影

◀メッセージを書く参加者

☆パラオブルーサポーターが活躍しました!

今回の「パラオフェア2020&常陸大宮市主催 オリンピック・パラリンピック スポーツフェスティバル」では、東京2020大会に向けた本市独自のボランティア「パラオブルーサポーター」がパラオ伝統文化体験会や競技体験会の運営を行いました。

活動の前には研修会を行い、パラオの伝統文化に関する講義を受けたほか、活動内容について話し合いを行いました。初めての活動でしたが、サポーター同士が協力し合い、より楽しい体験会を提供できるよう尽力していただきました。



▲フィルターポーズで記念撮影するパラオブルーサポーター(23日)

本市では、東京2020大会に向けたパラオ共和国のホストタウンとして、より一層の友好交流の促進のほか、オリンピック・パラリンピアンとの交流を通し、スポーツの振興、パラスポーツの普及促進を目指していきます。