

10 | パラスポーツを知ろう!!

「パラスポーツ」とは、障害のある人たちが行うスポーツのことです。パラリンピックで行われる競技もそうではないスポーツも総称して「パラスポーツ」と呼びます。「アダプテッド・スポーツ(障害者に合わせたスポーツ)」とも呼ばれています。

パラリンピックは、第二次世界大戦後に戦争でケガをしてリハビリする人たちのために行われたスポーツ大会が起源で、障害のあるトップアスリートが出場する世界最高峰の国際競技大会です。4年に一度、オリンピックと同じ年に開催され、パラアスリートたちの活躍が世界中の人々に勇気と感動を届けています。

パラスポーツは、障害の種類や程度に応じて、ルールや用具を工夫して実施するという特徴があります。障害の種類によって視覚障害者・聴覚障害者・身体障害者・知的障害者・精神障害者の5グループに大きく分けられるのですが、障害のある人もない人も共に実践し楽しめるスポーツとして発展している競技もあります。

障害者スポーツデー

川崎市障害者スポーツ協会主催で宮前スポーツセンターでもパラスポーツが体験できる「障害者スポーツデー」を開催しています。川崎市内に在住・在学・在勤の障害者手帳を持っている方(就学児以上)やその介助者や家族等を対象とした、障害者スポーツの体験会です。

宮前区内で障害者も健常者も参加できるパラスポーツ体験を行っています!!

★ ボッチャ



ボッチャは、ヨーロッパで生まれた障がい者のために考案されたスポーツでパラリンピックの正式種目です。ジャックボール(目標球)と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当てたりして、いかに近づけるかを競う競技です。障害によりボールを投げることができなくても、勾配具(ランプ)を使い、自分の意思を介助者に伝えることができれば参加できます。宮前区では小学校の寺子屋事業やわくわくプラザ、こども文化センターなどのイベントなどで体験できます。

★ ホイールチェアフットボール



車椅子に乗った競技者が攻撃と守備に分かれ行うスポーツ。楕円形のボールを持って走ったり、投げたりして相手チームのエンドゾーンへ持ち込み獲得した得点を競い合う。1プレーごとに戦略を練り、次のプレーに備える。一人ひとりに役割が分担されるので、障害の度合いによって誰でも参加できるように工夫されている。ファンズスポーツクラブ宮前のイベントなどで体験できます。

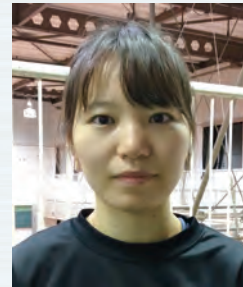
★ 車椅子ソフトボール



競技用車いすに乗って、1チーム10名で行うベースボール型のスポーツ。2013年より毎年全国大会が開催され、2020年現在18登録チームが登録。2028年ロサンゼルスパラリンピック種目に向けて活動中。ファンズスポーツクラブ宮前と高津SELFの合同イベントなどで体験できます。

お問い合わせはファンズスポーツクラブ宮前まで
TEL:070-6401-9223

11 | 特集②川崎WSC 山崎佳菜子選手インタビュー



山崎佳菜子選手 (所属:川崎WSC)

■日本代表歴

2019年 女子U25世界選手権大会 4位 (キャプテンとしてチームをけん引)

■プロフィール

2020年 女子強化指定選手 2019年 女子U25女子育成強化選手 2018年 女子強化指定選手

車椅子バスケットボールで活躍している山崎選手のインタビューです。

どこで車椅子バスケットボールをやっていますか?

川崎WSC(Wheelchair Sports Club)という川崎を本拠地としたチームで活動していますが、男子チームに選手としては女子一人混ぜてもらってやっています。女子チーム(WING)にも入っていて両チームで頑張っています。

車椅子バスケットボールを始めたきっかけは?

3歳の時に水泳を始め、小学校では兄の影響で野球をやっていました。中学・高校は部活で陸上をやっていましたが、高校の頃病気をしてから大学の進学タイミングで車椅子バスケットを知りました。自分の通っていた大学ではないのですが、沿線の大学に車椅子バスケット部があって、そこに入部したのがきっかけです。

車椅子バスケットの魅力は?

激しいぶつかり合いやタイヤのぶつかり合う音だったり、こげた臭いだったり…コンタクトスポーツの魅力がいっぱい。私自身のプレイスタイルとしてスピードが売りなんですけど、競技自体スピード感があって面白いです。

パラスポーツの魅力は?

障がい者がやるスポーツというイメージがあったんですけど、実際やってみると「1つのスポーツとして楽しめる」もので、障害がある、無いというのが気にならなくなります。大学の頃に私が入った「車椅子バスケット部」は健常者しか所属してなくてびっくりしました。健常者だから上手とか障害者だから上手という訳でなく、頑張ってる練習した人が上手になれる。「普通のスポーツ」とか「パラスポーツ」とか関係ないと思います。スポーツを通して多様性を感じられると思います。



川崎WSCの練習中の1コマ

メッセージ

私は高校生の時に病気になりパラスポーツをやっていますが、毎日一生懸命生きる事で、すごく自分自身が楽しくなる。病気をしてしんどい時期もありましたが、バスケットに出会い一生懸命やってきて今とても楽しいですし、一生懸命は誰でも出来る事だと思うので「毎日楽しく一生懸命生きてください!!」

山崎選手のインタビューを動画で見たい方は...



パラリンピックの種目、ご存知ですか?

東京2020パラリンピック競技大会で実施されるパラスポーツは全22競技539種目です。この大会からバドミントンとテコンドーが新競技として採用されます。

5人制サッカー(ブラインドサッカー)・アーチェリー・カヌー(スプリント)・ゴールボール・シットイングバレーボール・テコンドー・トライアスロン・バドミントン・パワーリフティング・ボート・ボッチャ・車いすテニス・車いすバスケットボール・車いすフェンシング・車いすラグビー・陸上競技・馬術・柔道・自転車競技(トラック/ロード)・射撃・水泳・卓球



聖火の違い

パラリンピック聖火リレーは、「パラリンピック聖火はみんなのものであり、パラリンピックを応援する全ての人の熱意が集まることで聖火を生み出す」というIPCの理念に基づいて開催されます。オリンピックの聖火はアテネからの1つの「火」をリレー形式でつないで大会会場へ運びますが、パラリンピックの聖火は、イギリスのストーク・マンデビルと開催国内各地の複数箇所から採火される炎から生み出されます。さらに、ランナーは一人だけでなく大会を契機に共生社会を実現し、人と人、人と社会との、「新しいパートナーシップ」を考えるきっかけとなることを目指し、原則として「はじめて出会う3人」がチームになってリレーを行います。