

「スポーツと UDまちづくり」



パドルを使っただけのパフォーマンスもありました

す わ ま さ あ き 諏訪正晃さん

2016パラカヌー世界選手権
7位(ヴァー種目)
江東区区役所職員

「みんなで水辺を楽しもう!」と題して、パラカヌーから広がるまちづくりについてお話いただきました。

ラカヌーで、それはそれでとても素晴らしいものですが、目指しているのは、誰もが楽しめる水辺をつくることです。カヌーの楽しさをみんなに知ってもらいたい、そのために、視覚や聴覚など多様な特性の障害がある人でも楽しめる体験会を企画したく思います。工夫次第で、いろんな人が気軽に水辺のスポーツを楽しめます。是非みなさんも遊びにきてください。



パラカヌー
(パラリンピックカヌー)とは?

200mのスプリント競技。障害の程度によってL1(A)(胴体が動かせず肩の機能だけでこぐことができる)、L2(TA)(胴体と腕を使ってこぐことができる)、L3(LTA)(足、胴体、腕を使うことができ、力を入れて踏ん張るまたは腰かけて艇を操作できる)の3クラスに分かれます。種目は2種。

カヤック:
両端にブレード(水かき)のついたパドル(櫂)を左右交互にこぎながら艇前に進める。
ヴァー(アウトリガーカヌー):
本体の横にバランスをとるための浮き具がついている艇で、左右どちらか片方のみをこぎながら艇前に進める。

江東区の造園技術職員として、水辺の環境整備に元々興味を持っていました。誰もが水辺に親しめるにはどうするか考えている時に、種目としてカヌーの存在を知りました。自分でも早速体験してみたところ、奥が深く、たくさんトレーニングをするようになりました。そして、今年の5月のパラカヌー世界選手権では第7位に入賞することができました。私が取り組んでいるのは競技としてのパ

さ と う き ょ う こ 佐藤京子さん

アテネパラリンピック投てき銀メダリスト
車いす空手暦2年

「工夫次第でゆるっとスポーツ!」と題して、子どもも通う空手教室での出来事をお話いただきました。

アテネパラリンピックの投てき種目で銀メダルを取ることができて、スポーツの素晴らしさを実感しました。その後、事故で身体がさらに動きにくくなって、取り組めるスポーツは何かと考え、昔、関心を持った空手をやってよと思いました。車いすでも空手ができるという流派の先生に聞いたところ「車いすの人には教えたことがないけど、ぜひ一緒にできることを考えましょう」とおっしゃっていただきました。それからの稽古では、車いすでもできることを先生と一つ一つ模索しながら技を磨



介助犬のニコルも同席しました

いています。素晴らしいのは、道場に通う子どもたちが、私にも稽古ができるようにスロープを出したり、競い合っ手伝ってくれること。今ではそれがあたりまえになっています。自分が動くことで、少しずつスポーツをする環境ができてくるのがとても楽しいです。

車いす空手とは?



「生涯空手」の理念のもと、リハビリテーションが必要な方、肢体不自由者であっても、空手の楽しさや意義を感じることができ、また、障害者と健常者が同じ舞台の上で技を磨き、相対することができる競技。



スティックボール

視覚に障害のある高齢者が集まって、気軽に楽しんでいるスポーツがあると聞いて、訪ねました。

- ・ゲートボールのスティックを使ってボールを打ち、1列に並んだピンを倒して、その本数を競うゲームです。
- ・ピンの色によって、倒れにくさと点数が違います。

問い合わせ先
NPO 世田谷区視力障害者福祉協会
「スティックボール あゆみ」
担当 梅崎 電話 080-1108-8689

ボールをうまく打っても、必ずしもピンが倒れるわけではないんです。だから、だれが勝つかわからないので、初心者でも参加できて、みんなで一緒に楽しく遊べます。



インディアカをやってみたくになったら

問い合わせ先 東京都インディアカ協会
電話 042-673-4044

スポーツ吹矢をやってみたくになったら

問い合わせ先 世田谷区スポーツ吹矢協会
電話 090-2531-5520 担当 高島 武

ゴールボールに関心をもったら

問い合わせ先 東京都ゴールボール連絡協議会
メール goalballtokyo@gmail.com
ホームページ http://goalballtokyo.wixsite.com/goalball

ハンドアーチェリーをやってみたくになったら

問い合わせ先 (一般社団法人)全国肢体不自由児者
父母の会連合会
電話 03-3971-3666 担当 瀧口 智晴
メール takiguchi@zenshiren.or.jp
ホームページ https://www.zenshiren.or.jp

ゲームボードを見たいと思ったら

問い合わせ先 アトリエSUSU
担当 久保 進
susu-kubo@wc4.so-net.ne.jp

