

小宮正江、再始動！

代表復帰に懸ける熱き想い

ゴールボール日本代表の引退から2年、小宮正江選手が第一線への復帰を決意。リオパラリンピック代表入りを狙い、2020年の東京パラリンピックも目指すことを明らかにした。チームのため、次世代のために、そして己のためにも—引退時に「高い壁であり続けたい」と語った元キャプテンが、女子ゴールボール界をさらに熱くする。

コート内外で培ってきた経験や知識を、選手として次世代に伝え残したい

—2013年12月に代表引退を決断した理由をあらためて。
引退したのは、リオパラリンピックの出場権争いが始まるにあたって、すべてを懸ける覚悟ができなかったからです。
—それから2年間で、どんな心境の変化があったのですか。
強化副部長として、ときにアシスタントコーチやトレーナーとして代表チームにどう貢献すべきかを考えて行動する中で、「選手として同じコートに立つことでもっと力になれるのでは」と思うようになりました。それも、自分の行動で示したいと。
—最初にそう思ったのはいつ？
アジアパラ（2014年10月）の前くらいです。
—その後、チームがリオに向けて苦戦したことも影響した？
もっと上に行けるのに、力があるのに発揮できていないことがもったいないなど。そんな選手に刺激を与えたい、自分がコート内外で培ってきた経験や知識を選手として次世代に伝え残したいと思い、去年の12月に覚悟を決めました。

—その時期に決断した理由は。
代表内定の発表を3月に控えたこの時期に本気で競争しないとか力を引き出せないかもしれない。だから私も真剣に代表を狙い、世界を目指す。それがチームの強化、リオでの結果につながると思ったからです。
—代表への未練とは違う？
体が衰えて引退したわけではないので自分の限界に挑戦してみたいし、経験を重ねて視野が広がった今の自分にしかない強みを発揮したい気持ちです。
—リオの代表から漏れた場合は。
体によほどのことが起こらない限り、2020年の東京パラリンピックも目指す覚悟です。
—葛藤もずいぶんあったのでは。
自分にとってだけでなく、チームや周りにとって復帰が本当にいいことなのかはすごく考えました。現メンバーでリオに臨めば、勝っても負けても将来の糧になりますから。また、周囲にも迷惑をかけるのではないかという思いもありました。
—実際に周囲の反応は。

否定的な意見が多いと覚悟していましたが、監督やコーチ、会社の上司などからは好意的な言葉をいただきました。
—代表復帰への自信は。
監督やコーチの考えを実践できている選手に遅れをとって、体力を強化している段階ですが、頭で思い描く動きができるようになれば確実にチームの力になれる自信があります。
—代表入りを目指す今の心境は。
進化した自分を観せられることが楽しみです。できないことをできるようになる過程が楽しく、ゴールボールが好きという気持ちを改めて実感しています。
—会員の皆様にメッセージを。
こうして新たな挑戦が出来るのは、会員の皆様からのご支援とご声援、会社、両親の支えあってこそ、感謝の気持ちを忘れず、パラリンピック2連覇という最高の結果で返返しできるように最善を尽くします。たとえ代表選考でどんな結果が出ても、新たな経験をCCフィットネスの活動に活かしながら自分の



小宮 正江 こみや・まさえ
1975年5月8日、福岡県生まれ。小学生の時、「網膜色素変性症」を発症。大学卒業後、一般企業に就職するが視力低下により退職。2004アテネパラリンピックにて銅メダル獲得。2008北京パラリンピック出場。2012ロンドンパラリンピックにて金メダル獲得。2013年12月引退。現在はCCフィットネス講師として活躍するとともに、福岡県スポーツ推進審議会委員、2020年東京オリンピック・パラリンピックアスリート委員として大会を盛り上げるため尽力している。

林 敬起 はやし・たかき = 文
フリーライター。1969年福岡県出身。2000年「月刊ホークス」誌の創刊に参画。以後、福岡ダイエーホークスおよび福岡ソフトバンクホークスファンクラブ会報誌、オフィシャル Yearブック「スポーツ報知」紙などで記事執筆。

Training Wheelchair Racing 車いす陸上



目の前の一つひとつのことに もっと集中して前へ進んでいきます

小西 恵子 Keiko Konishi

去年の11月から、個人トレーナーの指導で筋力を徹底強化。その筋力を実際の走りに活かす練習に励んでいます。今後の目標は、4月に調子を合わせて大分パラ陸上（4日〜）と中国遠征（22日〜）で自己ベストを更新し、現在15位の世界ランキングを、リオ代表の対象となる5位または8位以内に上げること。記録上は射程圏内です。しかし、周囲から「いつまでに何をしないといけない」と、時間に追われているようなことばかり口にしてしまうと、焦りで心身のバランスが崩れて空回り気味だったと気づきました。目の前の一つひとつのことにもっと集中するとともに、会員様のためにも確かな結果を残し、競技を続けさせていただいている感謝の思いを、そして走ることを楽しむ心を忘れず前へ進んでいきます。（小西恵子）

Training Goalball ゴールボール



次につなげるため、 危機感と謙虚さを忘れずに精進します

浦田 理恵 Rie Urata

リオを目指して戦ってきた仲間も、代表が決まる3月までは全員がライバル。小宮さんを含めて強化指定選手が増え、いい緊張感の中で前進できている充実感があります。個人としては、ディフェンスとゲームコントロールの要である自負をあらためて強く持ってプレーの精度を高めながら、熱く燃える自分と、状況を冷静に判断できる自分を両立できるよう試行錯誤しています。リオ出場国の参加も見込まれる5月のマルモインターカップ（スウェーデン）では、攻守の仕上がりやチームワークを確認し、戦術を試しながら頭脳的なプレーで勝ちにいきます。リオまで半年。“それで本当にいいのか”という危機感と、チャレンジャーである謙虚さを忘れずに精進していけば、きっとまた神様からごほうびをいただけると信じています。（浦田理恵）

シーズアスリート独自の方法で、障がい者スポーツの発展に貢献を 工藤 力也 Rikiya Kudo



今回はシーズアスリートのリーダーとしてのご報告です。この4月より、車いす陸上の城間圭亮（しろま・けいすけ）選手が加入、地元の沖縄を拠点に活動していくこととなりました。将来が有望な若手を探していて、去年の大大国際車いすマラソン大会で

出会った19歳の“原石”です。私たちは、仕事と競技を両立できずにもがいていた時、シーズアスリートと出会ったことで今日があります。その感謝の気持ちを胸に、自ら支援企業を探すという独自の方法で、今すぐ結果が出なくても大きな可能性を

秘めた次世代の若手を一人でも多く雇用し、支え育てて、東京パラリンピックを盛り上げたいと考えています。しかし、東京パラリンピックはあくまで通過点。組織として成長し続け、日本の障がい者スポーツの普及と発展に貢献してまいります。（工藤力也）

Match Tennis 車いすテニス

1/12〜16 シドニーオープン
（オーストラリア/シドニー）

世界レベルの大舞台を盛り上げ、 その勢いをリオにつなげていく

川野 将太 Shouta Kawano

真夏のオーストラリア遠征は、これまで未勝利の世界ランク上位4人のパワーに押されて、単復共にベスト8。今後は、速くて重い球に力負けせず、もっとしっかりと振り切れるようクォードクラス以外の男子クラス（障害が軽いクラス）の選手との実戦練習を増やしていきます。3・4月にも遠征を予定していますが、照準は5月のジャパンオープン（福岡県飯塚市）と6月のワールドチームカップ（東京）。前者はリオに向けてポイントを獲得できる最後の大会で、上位4人に勝って去年のベスト8を上回るのが目標です。後者は前回銀メダルだったので、目指すのはもちろん金メダル。知名度が低いクォードクラスを、また自分自身を国内で印象づけるチャンスでもあるので、迫力あるパフォーマンスで世界レベルの大舞台を盛り上げ、その勢いをリオにつなげていきます。（川野将太）



応援に行こう！

川野選手が出場する国際大会が日本で開催！プレーを間近で目にするチャンスです。

福岡開催	JAPAN OPEN 2016 観戦無料 (第32回 飯塚国際車いすテニス大会)
開催日	2016年5月17日〜22日
会場	筑豊ハイテニスコート
住所	飯塚市仁保8-30 TEL.0948-82-0240

詳しい情報はジャパンオープン公式ホームページをご覧ください。
<http://japanopen-tennis.com/>

東京開催

BNP Paribas World Team Cup 観戦無料
(2016 BNP/パリバ・ワールドチームカップ)

開催日	2016年5月23日〜28日
会場	有明コロシアム
住所	東京都江東区有明2-22 TEL.03-3529-3301

詳しい情報はITF公式ホームページをご覧ください。
<http://www.itftennis.com/wheelchair/tournaments/tournament/info.aspx?tournamentid=210000655>

特別サポート選手 副島正純 活動報告

2/28 東京マラソン2016 (東京都)

国内1位でリオパラリンピックの出場権を獲得できる東京マラソン。結果は総合4位、国内2位という結果で出場権を掴むことが出来ませんでした。大分国際と東京マラソンで3枠中2枠が決定し、残すは4/24ロンドンマラソンの1枠のみとなりました。ロンドンマラソンでは、総合5位以内で国内1位が選考条件になります。追いつまれてしまいましたが、最後のチャンスに全てを賭け全力で出場権を掴みます！（副島）

Athlete's A to Z

知っておきたいアスリート雑学【パラリンピックについて②】

詳しい情報は、日本パラリンピック委員会ホームページ
<http://www.jsad.or.jp/paralympic/>で検索してみよう！

知っていますか？パラリンピック夏季競技

Check! 2016リオデジャネイロパラリンピック公式種目 (20競技)	
・アーチェリー	・柔道
・陸上競技	・パワーリフティング
・ボッチャ	・ローイング
・自転車	・セーリング
・馬術	・射撃
・ゴールボール	・水泳
	・卓球
	・シットینگバレーボール
	・車椅子バスケットボール
	・車いすフェンシング
	・ウィルチェアーラグビー
	・車いすテニス
	・5人制サッカー ※視覚障がい者が出場する
	・7人制サッカー ※脳性マヒの選手が出場する