

Members Introduction [法人会員ご紹介]



株主会社高崎組 様



ユナイテッドグロウ株式会社 様



福岡地所株式会社 様

2016年11月より「株式会社高崎組」様、2017年2月より「ユナイテッドグロウ株式会社」様、3月より「福岡地所株式会社」様に法人会員としてご加入いただきました。これからも、支えてくださる皆様への感謝の気持ちを糧に仕事も競技も良い結果をだし、元気・勇気・感動を伝えるため、努力して参ります。これからも応援どうぞよろしくお願いいたします。

Member company [会員企業様]

■特別会員企業

麻生セメント株式会社
総合メディカル株式会社
フコク生命保険株式会社
マスマチュアル生命保険株式会社

■2017年新規法人会員企業

株式会社サニクリーン九州
福岡地所株式会社
ユナイテッドグロウ株式会社

■法人会員企業

医療法人あいだ医院
旭精工株式会社
株式会社アステム
株式会社麻生
麻生教育サービス株式会社
麻生健康保険組合

学校法人麻生塾 麻生専門学校グループ
麻生商事株式会社
麻生メディカルサービス株式会社
株式会社アトル
株式会社エスエス
株式会社エヌ・エスエス
エフコープ生活協同組合
株式会社エムアイユー
株式会社エルゼ
大分朝日放送株式会社
株式会社大賀薬局
学校法人大村文化学園
株式会社カステラ本家福砂屋
株式会社学研プラス
株式会社キシャ
北原ウエルテック株式会社
九州電力株式会社

九州東邦株式会社
株式会社キューデンインフォコム
株式会社九電工
株式会社久原本社 グループ本社
株式会社クリオ
株式会社健康家族
学校法人渡邊学園専門学校コンピュータ教育学院
西部ガス株式会社
株式会社サカヒラ
株式会社サンマーク
三和ホールディングス株式会社
株式会社翔楽
新日本製薬株式会社
正晃株式会社
株式会社ファミリー
タイン株式会社
株式会社高崎組
高杉製薬株式会社

株式会社タケノ
株式会社デッセン
内外電機株式会社
中村工業株式会社
中村産業株式会社
株式会社長崎国際テレビ
西日本鉄道株式会社
日本電算システム株式会社
株式会社ハウスクリニック
株式会社博多学園
株式会社博報堂 九州支社
株式会社BCC
株式会社ビーバンドコム
株式会社ヒューマンテクノシステムホールディングス
株式会社ファミリー
フォーシーズ株式会社
株式会社福岡銀行
株式会社福岡放送

富士ゼロックス福岡株式会社
株式会社フランソア
株式会社マイマイ
株式会社増屋
株式会社ミドリ印刷
医療法人博愛会
一般社団法人 宗教医師会学校医会
山下医科器械株式会社
株式会社ヤマノ
株式会社リロクラブ
株式会社リロケーション・インターナショナル
株式会社アソウ・アルファ
株式会社ユニバースクリエイト
株式会社福利厚生倶楽部九州
株式会社アソウ・アカウンティングサービス
株式会社アソウ・システムソリューション
(50音順)

C's Athlete member [シーズアスリートメンバー]



RIKIYA KUDO

工藤 力也

C's Athlete
リーダー

ゴールボール男子強化指導スタッフ
1981年 福岡県生まれ
19才でレーベル病になり視力低下
(株)アソウ・ヒューマニティーセンター社員



MASA KUMIYA

小宮 正江

ゴールボール選手

1975年 福岡県生まれ

小学生のとき網膜色素変性症を発症
(株)アソウ・ヒューマニティーセンター社員



RIE URATA

浦田 理恵

ゴールボール選手

1977年 熊本県生まれ

20才で網膜色素変性症を発症
総合メディカル(株)社員



SHOTA KAWANO

川野 将太

車いすテニス選手

1985年 福岡県生まれ

17歳の時、交通事故で脊髄を損傷し
胸から下と手が麻痺し車いす生活に
麻生セメント(株)社員



YOSHINOBU NODUSAWA

信沢 用秀

ゴールボール選手

1986年 東京都生まれ

先天性網膜芽細胞腫で生まれ、現在
の視力は右は0.01、左は0
フコク生命保険(株)社員



KEIKO KONISHI

小西 恵子

車いす陸上選手

1978年 広島県生まれ

6歳の時、自宅で遊んでいて脊髄を損傷
し車いすの生活になる
(株)アソウ・ヒューマニティーセンター社員



KEISUKE SHIROMA

城間 圭亮

車いす陸上選手

1996年 沖縄県生まれ

生まれつきの二分脊椎症により両足
に麻痺があり車いすの生活になる
マスマチュアル生命保険(株)社員



MASAZUMI SOEJIMA

副島 正純

車いす陸上選手

1970年 長崎県生まれ

23才のとき家の事故で脊髄を損傷
し下半身不随となり車いす生活となる
(一社)ウィルチア アスリートクラブ
ソシオSOEJIMA 所属

Guidance of admission [入会のご案内]

シーズアスリートではみなさまのご支援をお待ちしております。

会 費

法人会員 年会費36万円(3万×12ヶ月)

個人会員 年会費1万円

特別会員 障がい者スポーツ選手雇用の上、本センター
へ出向及び運営費として年間60万円

会員サービス

法人会員 1.会報誌「RECORD」の進呈
関連イベントご案内及びご招待
2.無料講演会開催(原則1回)
3.社員の福利厚生として理療の割引利用

個人会員 1.会報誌「RECORD」の進呈
関連イベントご案内及びご招待
2.ヘルスキーパー25分無料券
(1,000円分)2枚
3.ヘルスキーパー利用25分
1,000円(利用回数制限なし)

特別会員 1.会報誌「RECORD」の進呈
関連イベントご案内及びご招待
2.無料講演会開催(原則1回)
3.社員の福利厚生として理療の割引利用

会費は全てシーズアスリートの
遠征費及び運営費に
使用させていただきます。

挑戦者たちの軌跡、フィールドの記憶

障がい者スポーツ選手雇用センター シーズアスリートニュース

RECORD

2017.4 VOL.46



特集

挑戦者たちの舞台裏

仕事と競技の両立を支える、シーズアスリート事務局の取り組み

【競技報告】

城間(車いす陸上)

□1/20~26 Summer Down Under 2017 (オーストラリア/キャンベラ、シドニー)

【競技報告】

□2/21 「夢への一歩を踏み出して」

マスマチュアル生命保険株式会社(福岡県/福岡市)

活動予定

●5/1~7 BNP Paribas World Team Cup(イタリア/サルデーニャ)【川野】
●5/6 大分パラ陸上2017(大分県/大分市)【小西】
●5/16~21 Japan open 2017(第33回飯塚国際車いすテニス大会)(福岡県/飯塚市)【川野】
●5/22~30 マルモインターカップ(スウェーデン/マルモ)【信沢・小宮・浦田】
●5/23~27 Korea Open (韓国/ソウル)【川野】

●5/25 Daniela Jutzeler Memorial(スイス/アーボン)【小西】
●5/27~28 Swiss Nationals(スイス/アーボン)【小西】
●5/30~6/3 Daegu Open (韓国/テグ)【川野】
●5/31~6/6 トライアスインターナショナル(リトアニア/トラカイ)【工藤・小宮・浦田】
●6/2~5 Nottwil 2017 World Para Athletics Grand Prix(スイス/ノットウィル)【小西】



【お問合せ先】障がい者スポーツ選手雇用センター「C's Athlete」事務局
福岡市中央区天神2-8-41 福岡朝日会館14階
(株)アソウ・ヒューマニティーセンター内 担当:工藤/竹内

TEL:092-711-1800 FAX:092-752-0525

シーズアスリート

http://athlete.ahc-net.co.jp/

検索



挑戦者たちの舞台裏

仕事と競技の両立を支える、シーズアスリート事務局の取り組み

仲間として、同僚として、喜びも苦しみも分かち合いながら、選手と同じ夢を追い続けるシーズアスリート事務局。その舞台裏とマネジメントについて、仕事と競技の両立のサポート、障がい者雇用の実践という観点から話を聞いた。

林 敬起 =文



できないことより できることの方が多い

「事務局のおふたりは、現職に就くまで障害をもたれた方と一緒に働いたご経験がなかったそうですが、不安や先入観はありませんでしたか。」

ささいなことでも何でも付きっきりでサポートしてあげないといけない、という先入観がありました。まして同じ職場で働くのは大変だろうなと正直思っていました。

「実際に一緒に働いてみていかがでしたか。」

皆さん、できないことよりできることの方が多くて驚きました。障がい者だから、アスリートだから特別扱いをするのではなく、普通に接しますし、お互いに本音でぶつかり合うこともあります。いい意味でのギャップを知ることで距離が縮まっていきました。でも、最初からコミュニケーションがうまくとれていたわけではありません。

「どのように信頼関係を築いたのですか。」

転機となったのは、工藤リーダーと浦田選手と一緒に講演先へ電車で移動した時でした。切符を買うのに手間取っていると乗車予定の電車が到着して発車のベルが鳴り始め、乗り損ねたら遅刻するかもしれないのに“荷物もあるし、走らせたら危ない”と勝手に判断してしまい、間に合わなかったんです。ふたりに状況を説明すると「見えなくても走れました」と言い、「音声携帯で時刻を確認できるのにしなかった自分たちも悪

かったです」と謝ってくれました。幸い講演には間に合いましたが、それをきっかけに「自分ができることや苦手なこと、お互いに思っていることをもっと話すようにしよう」という話になりました。配慮する心は必要ですが遠慮する心は必要ないと学び、今は本人にできるだけ委ねて、本当にできないことや危ないことだけを手伝うよう心がけています。

強みをいかす、 やり方を工夫する

「各選手の業務内容は、どのように決めているのかも教えてください。」

設立当初は封入作業や切手貼りなどが中心でした。しかし、今は引退後のセカンドキャリアのことも視野にいれ各人の強みをいかした仕事を行っています。例えば、点字の読解と刻印が得意な信沢選手は名刺に点字を刻印する業務を担当しています(写真①)。お客様の名刺に社名、氏名、電話番号を点字で打ち込むだけでなく、売上の目標設定や管理も行う営業マンです。小西選手はホームページの編集や更新(写真②)、川野選手は『RECORD』の企画(写真③)、人前で話すのが得意な選手は講演をメインに行っています。また講演などでは、当社の理念や会員様の重要性を必ず話すなど、広報活動にも選手自らが積極的に取り組んでいます。

「法人会員企業と良好な関係を築くコツは。」

各選手が担当企業を決め、直接ご挨拶に行っています。その際は、ほかの選手の近況や成績なども話せるよう準備しています。また、社長様の誕生日を調べて色紙をプレゼントするなど、ちょっとしたサプライズを行ったりして結び付きを少しでも強くできるよう心がけています。

「障害をもたれた方に仕事を委ねて進めるうえで気をつけていることは何ですか。」

先ほどの話に通じますが、何ができるのかをあらかじめ確認しておくことです。例えばパソコンを使えるのか、どの程度のスキルを持っているのか。それによって業務内容や準備することも変わりますし、視覚障がい者には音声ソフトが必要となります。最初はできないことややり方を工夫すればできるようになることの方が多いです。このような相手の現状を把握することは障がい者と働くから特別に行うことではなく、どの職場でも行っていることなのだと思います。

「ほかに職場で工夫されていることは。」

例えば、視覚障がい者も臆せず電話に出られるよう電話機の内外線の切り替えボタンなどにシールを貼り、触って区別できるよう工夫しています(写真④)。浦田選手は、だれかが先に電話をとると「負けた!」と言って悔しがります(笑)。どう工夫すれば選手が「できない」と言わずにやる気になるのか、また事務局が極力手伝わずに自主的に動けるのかを考えるようにしています。

状況把握、 コミュニケーション、気付き

「仕事と競技の両立で留意していることは。」

選手が仕事と競技の両立をバランスよく行えているかを常に把握するように心がけ、コミュニケーションをとることです。全選手のスケジュールを事務局でも把握し、競技の状況や本人の体調、心境などを直接詳しく話すことで情報共有と理解を深めています。遠征や合宿で不在の選手も多い為、状況に応じてメールやSNSを利用し、社内情報や伝達事項のものがないうよう努めています。

「仕事と競技を両立していることで良い相互作用、相乗効果も生まれるのでは。」

人事考課がいい例かもしれませんが。選手たちは一般の社員と同様に半期毎に「目標管理シート」を作成し、仕事と競技の目標を立てています。いかに目標を達成するのかを計画し、半年後に振り返るようにしています。まず目標を決め、達成するための計画を立て実行し、経過を検証。そしてまた実行するというサイクルは仕事も競技も同じです。この目標管理の業務を通じて競技での計画性が向上したと思います。浦田選手は、ロンドンパラリンピックで金メダル獲得という目標を掲げていました。金メダル獲得という達成基準を満たした浦田選手は自己評価を最も高い「5」で提出をしました。しかし「5で提出すべきではなかった」そう考え直したんです。結果は残せたが結果に至るまでの過程に改善の余地はなかったかと振り返ると最高の自己評価をつけるべきではなかった。自分のやってきたことを完璧だと満足してしまえば成長はそこで止まってしまうので、常に向上心をもち自問自答をすることが必要だと感じたそうです。仕事と競技を両立しているからこそこの気付きだと思います。

挑戦者たちの意外?な素顔

「同僚だから知っている、選手の素顔やエピソードを教えてくださいませんか。」

エピソードに事欠かないのは小宮選手ですね。白杖を持たずに移動しようとしたり、講演で使うメダルを忘れてきたり、携帯電話の充電がいつも大事なときに切れたり(笑)。最近では自炊に凝っていて、キーマカレーにも挑戦したそうです。そんな小宮選手をいつも心配しているのが川野選手。何事も計画や段取りがきちんとしていて、待ち合わせ場所に一番早く来ます。でも、お酒を飲むとすぐく陽気になります(笑)。信沢選手もまじめで、必ずキリのいいところまで仕事をして退社します。時々、練習時間なのに社内に残っ

ているので心配になりますが(笑)。準備万端で行動する信沢選手と対照的なのが浦田選手。性格が男前というか、行動がとにかく早い。考える前に動いています。気配りが素晴らしく、どんなメールにも「ありがとうございます」と返信しているのには感心させられます。見えていない浦田選手から、道の間違いを指摘されるほど方向音痴なのが小西選手(笑)。美人で人柄も文句なし、仕事も頼りがいがあるのに時々天然ぶりを発揮して和ませてくれます。天然といえば城間選手!初対面のメンバーに「わぁ、テレビで観ている人たちだ」とか、「福岡は裏通りもキラキラしていますね〜」など迷言が多い(笑)。でも、面接では「引退しても親や沖縄に恩返しができる人になりたい」という名言も。性格もビュアで、コーチによればやんちゃな友達が自然と更生していったそうで、まさに「島人(しまんちゅ)の宝」(笑)ですね。城間選手もあこがれる副島選手は一見ワイルド、でも穏やかでシャイな一面もあり、甘いものが大好きなスイーツ男子です(笑)。そんな個性派集団を束ねる工藤リーダーは視覚障がいも何のその、文字校正の正確さは神レベル。社内で配ったお菓子を子どもにと持ち帰る、愛すべき親ばかりでもあります(笑)。

「やってみよう」という気持ち

「障がい者雇用において一番大切なことは。」

“やってみよう”という気持ちではないでしょうか。「当社は環境的にちょっと…」[「受け入れ経験がないので…」]という声をよく聞きますが、ハード面の僅かな改善と周囲の方々の配慮で障がい者雇用は難しいものではなくります。みんながより快適に働くために支えあい補いあうことで会社全体の業務効率やムードも高まりますし、自らの障害と向き合い頑張っている姿は大きな励みや勇気につながります。障がい者雇用は決して高いハードルではありません。私たちがよろしければ、遠慮なくご相談ください。

「最後に、2020東京を含めた今後のビジョンをお聞かせください。」

2020東京は、バラスポーツにとっても障がい者雇用の面でもターニングポイントとなるでしょう。しかしそこがゴールではないし、ブームで終わらせるわけにはいけません。ひとりでも多くの夢に挑戦するアスリートのサポートを行うことで、日本の障がい者スポーツの発展と障がい者雇用の促進に貢献していきたいと思っています。

林 敬起 はやし・たかし =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、オフィシャルイヤーブック、「スポーツ報知」紙などで記事を執筆。



① 信沢選手による点字名刺作成の様子。② ホームページ編集と更新業務を行う小西選手。③ 本誌RECORD制作打ち合わせ中の川野選手。④ 視覚に障害があっても電話に出られるよう、電話機には触って区別できるシールが貼られています。⑤ メンバーを束ねる工藤リーダー。文字拡大器を使ってる書類確認中。

支えていただいている 会員企業様の声

Voice of the member companies

特別会員企業としてゴールボール女子の浦田理恵選手を雇用し、2005年からシーズアスリートをご支援いただいている「総合メディカル株式会社」の皆さまに、障がい者アスリート雇用やシーズアスリートの活動についてお話を伺いました。



総合メディカル(株)
人事部長
國崎 雅彦 様

C's AthleteのCには、Challengerという意味が込められていると聞きました。仕事とスポーツを両立させ、さらにいつも元気に活動している浦田さんをはじめ、各選手を雑誌やホームページで見ること、私自身、エネルギーをもらっています。これからも世界に向けての活躍を期待しています。



総合メディカル(株)
執行役員 管理本部副本部長
奥野 隆道 様

欧米に比べ、日本の障がい者スポーツへの支援は非常に遅れています。日本では仕事をして報酬の中から練習費、遠征費を捻出するのが実態で、実力があっても練習時間や費用の問題で夢を諦めざるを得ない方が多くいると聞いています。このような状況のなか、シーズアスリートの活動が福岡から全国に広まればと考えています。リオパラリンピック出場の際、浦田さんの壮行会を当社で行い、その穏やかで優しい表情から沢山の勇気と元気をいただきました。その時の社員の雰囲気は、浦田さんへの応援はもちろん、我々も負けないように頑張ろうという一体感も感じました。今後も全社員一丸となり応援してまいります。



総合メディカル(株)
総務部 業務支援グループ
リーダー
松隈 浩史 様

障がい者雇用推進担当として、日々障害をもつ社員の方々と一緒に仕事をしています。浦田さんの、ハンディキャップを乗り越え、前向きに活躍する姿は、私たちに大きな感動と勇気、そして元気を与えてくれています。同じ会社、業務支援グループの仲間としてこれからも大いなる活躍を期待し応援しています。



総合メディカル(株)
広報IR部 リーダー
森元 名純 様

広報担当として、浦田さんのご活躍を社内共有する役割を担っていますが、明るくひたむきに挑戦する姿に、いつも励まされています。「ゴールボールで一番大切なのは、お互いを思いやるコミュニケーション。皆が同じ方向を見て、チームの力を一つにしたい」という言葉を、会社や家族間にも置き換えて大切にしていきたいです。

総合メディカル(株)の皆さんと。



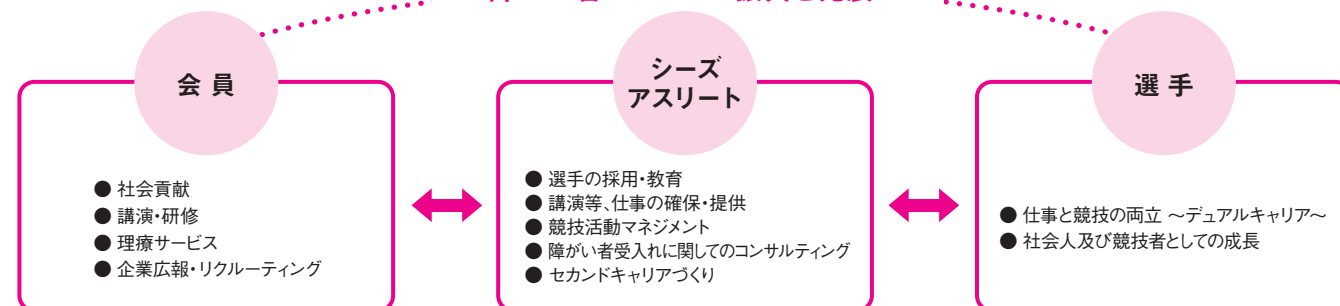
リオパラリンピックの壮行会・報告会にて。



シーズアスリート 法人会員・個人会員の仕組み

C's Athleteは障がい者の新しい雇用開発と障がい者スポーツの振興を目的に2005年5月に設立しました。世界の舞台で戦うアスリートに現役時代だけに限ったスポンサーではなく、アスリートとしても社会人としても成長し、生涯社会に参画できることを目的とした日本初の試みです。自らの障害と向き合い、仕事と選手活動を両立させている障がい者アスリートを中心に運営しており、企業や個人が会費を出し合い選手の活動を支援いただいています。

共生社会づくり・障がい者雇用の促進・ 障がい者スポーツの振興と発展



Match Wheelchair Racing [車いす陸上]

1/20～26 Summer Down Under 2017 (オーストラリア/キャンベラ、シドニー)

[車いす陸上 城間 圭亮]

自己ベストを更新できたうれしさより、 壁を越えられなかった悔しさの方が強かった

林 敬起=文

一大会に臨む心境は。

今大会は、今年の初戦で初参戦の大会でした。地元沖縄で日頃から練習しているチーム(アスリート工房)のメンバーと一緒に出場を目指して練習してきたのでとても楽しみにしていました。

一大会でのテーマ、目標は。

課題として重点的に取り組んできたスタートダッシュの練習の成果を発揮すること、そして100mでは自己ベストの更新と初の15秒台を目指していました。

緊張しやすいとのことでしたが、今回はいかがでしたか。

緊張はしましたが、やってきたことをそのまま出せばいいと思ったら、以前より楽な気持ちで臨むことができました。宿舎ではチーム(アスリート工房)の監督と同じ部屋だったので、大会のアドバイスをいただき、モチベーションを上げることが出来たこともプラスになったと思います。

100mと800mでは自己ベストを更新しました。その要因は。

100mではスムーズにスタートを切れて、いい感触のままゴールまで走ることができました。ゴールの瞬間、15秒台で走れた!という手ごたえがあったのですが、電光掲示板を見たら記録は16秒08(苦笑)、あと0.08秒及びませんでした。自己ベストを更新したうれしさより、壁を越えられなかった悔しさの方が強かったですね。800mは、練習で持久力が少しずつついている実感があったので、それを本番で出せば記録も順位も絶対に上がってくると思っていたんです。特に

ラストパートでは、自分らしい粘り強い走りができたと満足しています。

6種目に出場して疲れも大きかったのでは。今回ほど多くの種目に出場したのは初めてでしたが、走るより移動の方が大変でした(笑)。もともと5種目の予定だったのですが、先輩方が現地に着いてから、自分に経験を積ませるために、400mリレーの第2走者を選んでくれたのです。

リレーの出場経験は。

初めてです。車いすのリレーでは、バトンを渡す代わりに体にタッチするのですが、その受け取るタイミングが難しかったですね。会場の都合でその練習ができず“ぶっつけ本番”だった割にはうまくいったと思います。

大会の反省点、今後の課題は。

100mと800m以外の種目では納得のいくスタートを切れず、後半の伸びもなかったことです。特に400mでは雨の影響でモチベーションを維持できず、手が滑って不本意なタイムしか出せませんでした。どんな状況でもベストの走りができるようにしていきたいです。

最後に、会員様へのメッセージをお願いします。

2種目で自己ベストを更新しましたが、トラックや風などの影響もあったのですべて自分の力で勝ち取ったとは言えません。100mと800mでのいい感触を忘れず、また日本とは違う雰囲気の中で受けた刺激を励みに、筋力と持久力の強化に努めていきます。たくさんのご声援をありがとうございました。



Result

100m		7位/8人(自己ベスト)	16秒08
200m		9位/10人	29秒21
400m		11位/12人	56秒32
800m		5位/9人(自己ベスト)	1分48秒32
4×400mリレー		2位	
10kmロードレース		12位	24分02秒

ゴールボール 工藤力也よりご報告

気を引き締め直してコーチ業に専念し、会員様に恩返ししてまいります

日本代表引退とコーチ転向—それが私の出した結論です。パラリンピック出場の夢をかなえられなかった残念さがありますが、リオ出場を争う最後の大会に向けて“やり切った”という気持ちが強く、代表選手に後悔も末練もありません。代表選手でいるよりコーチの方がチームに貢献できるし、男子チームにいない元選手のコーチとして自分にしかできない指導ができる自負もあります。2020東京で堂々とした結果を残せるチームにしたい、コーチ間の競争を勝ち抜いてその舞台でベンチ入りしたいという前向きな気持ちでいっぱいです。目指すのは、選手に心を開いてもらえて、説得力のある指導で信頼されるコーチ。そのためにトレーニングを続けながら国内大会では選手としてコートに立ち、そこで得た実践的なノウハウを13年間の競技経験とともにフィードバックしていきます。気を引き締め直してコーチ業に専念し、会員様に恩返ししてまいりますので、これまでと変わらぬ応援をお願いいたします。(工藤力也)





ヘルスキーパーだより

※マッサージ売上はすべてシーズアスリートの遠征費及び活動費に使用させていただきます。

出張マッサージレポート □2/20 株式会社ピーバンドットコム様

株式会社ピーバンドットコム様へ信沢選手が出張マッサージに訪問しました。

お客様の声

- ・症状に応じたマッサージを丁寧に行ってくれるので、安心して施術を受けることができます。
- ・座りっぱなしのデスクワークやPC作業で疲れた身体をほぐしていただくことで血行改善につながり、身体が軽くなるのが実感できます。
- ・マッサージだけでなくストレッチの方法なども教えていただけるので、毎回楽しみにしています。



法人会員様へ出張マッサージに伺います！

- ・ポータブルベッドを設置できるスペースのある場所が必要です。
- ・首肩中心のクイックマッサージであれば最低2〜3畳のスペースで可能です。
- ・ご予約は1か月前、3名以上からとなっております。
- ※マッサージ師の人数、時間帯などその他ご希望がございましたらお問い合わせください。

【料 金】15分 500円 25分 1,000円 ※交通費は別途
 【時 間】10:00〜18:00 ※訪問時間3〜5時間

東京支店・福岡本社では、法人・個人会員の皆さまにマッサージを行なっております。

【料 金】25分 1,000円 60分 2,000円 ※初回25分無料
 【時 間】○福岡 月・水・金／9:30〜18:00 火・木／10:30〜19:00
 ○東京 月・水・金／9:30〜14:00

予約TEL

(株)アソウ・ヒューマニセンタ―

福岡／092-711-1800 東京／03-5909-2600 「ヘルスキーパー予約希望」とお伝えください。

※必ず予約の上お越し下さい。 ※枠数に限りがございますのでお早めにご予約下さい。

福岡本社 マッサージルーム休日開放DAY実施のお知らせ

4月15日(土)10:00〜18:00(最終受付17:30)

平日はお仕事で受けられない方も、ぜひこの機会にお越しください！



福岡本社
ヘルスキーパー
草野

ぜひ一度マッサージを
受けにお越しください！

Athlete's A to Z

知っておきたいアスリート雑学(番外編) 【海外遠征に持っていくものランキング】

海外遠征に欠かせないものを聞きました！

遠征が多いシーズアスリートの所属選手。海外に行く時に、必ず持っていくものを聞きました。意外なものや障がい者アスリートならではのものなどが上がりましたが、中でも戦うエネルギーとなる食べ物は、皆さん気を使っているようです。

小宮 正江

1. プレクストーク※

【理由】
音声で聴ける本30冊ほどのデータを保存しています。就寝時の読書が習慣です。リラックス効果あり！
※視覚障がい者用デジタル録音図書の内容を再生、ダウンロードできる。

2. フリーズ米 3. 携帯

浦田 理恵

1. フリーズ米

【理由】
戦うエネルギーはお米が一番！赤飯・山菜おこわ・わかめごはんなど種類も豊富なので飽きずに食べることができます。

2. アロマオイル 3. ジップロック

川野 将太

1. 和風ドレッシング

【理由】
海外の野菜は日本と比べて甘みが少なく、苦みがある物もあり、長期間毎日おいしく食べるためです。

2. 粉末味噌汁 3. 洗剤

信沢 用秀

1. 日本のお茶(500ml)

【理由】
海外は甘いジュース類やコーヒーが多く、さっぱりした日本のお茶が飲みたくなるためです。

2. プロテイン・サプリメント 3. トランプ

小西 恵子

1. クッション類

【理由】
臀部に褥瘡(床ずれ)をつくらないためにお風呂用、便座用、ベッド用などクッションには特に気を使っています。

2. 洗濯グッズ 3. フリーズ米

城間 圭亮

1. 栄養補助食品

【理由】
練習の合間の栄養補給や、小腹が空いた時に食べるためです。

2. タブレット 3. フリーズ米

副島 正純

1. トラベルクッカー

【理由】
お湯を沸かすのがメインですが、インスタント系の殆どは調理出来るので持って行きます。

2. インスタント味噌汁 3. 緑茶ティーバッグ



Lecture

【講演会】

□2/21 「夢への一歩を踏み出して」

マスミューチュアル生命保険株式会社(福岡県/福岡市)

皆様のご期待に応えたいとあらためて心に誓いました

通算3回目の講演は、私の雇用元であるマスミューチュアル生命保険株式会社で行いました。井本社長をはじめ、社員の皆様へむけて学生時代に車いす陸上に会って自分がどう変わっていったのか、また、支えてくださる多くの方々に恵まれ、社会人として仕事と競技の両立をできていることを感謝の気持ちをもってお話しさせていただきました。懇親会では得意の三線で『島唄』や、テレビCMでおなじみの『海の声』などを演奏。競技でスタートラインに立つより緊張しましたが、たくさんの手拍子のおかげで楽しく歌うことができました。パラリンピック出場とメダル獲得は簡単にかなう夢ではありませんが、競技も仕事も全力で取り組み、多くの経験を積むことで日々成長し、皆様のご期待に応えたいとあらためて心に誓いました。(城間圭亮)

【講演担当者の声】

当社社員でもある城間選手のことをもっと社員に知っていただきたいとの思いで今回講演を依頼致しました。身近に障害を持った方がいないと、自分たちがその方のために何をすべきかを理解する機会というのはなかなかありません。生い立ちや人柄を社員たちへ知ってもらうことで終了後は参加者より、「もっと聞きたい!」「勇気をもらった」等、多くの反響をいただきました。

夢でもある東京パラリンピックに向けこれからも頑張っていく城間選手を、私たちが当社の仲間として応援していきたいと思います。そして私たち社員も、城間選手に負けないよう自分たちの夢へ向かって突き進んでいきたいと思っています。(システム開発部 サポートシステムグループ/岩切 茂樹 様)



講演実績 (一部抜粋)

2017/1/14 メットライフ生命保険株式会社【小宮】
 2017/1/17 独立行政法人 労働者健康安全機構 総合せき損センター【川野】
 2017/1/24 熊本ダイハツ販売株式会社【浦田】
 2017/2/1 福岡県立玄洋高等学校【城間】
 2017/2/2 大牟田市役所【川野・浦田・竹内】
 2017/2/4 筑波大学オリンピック教育フォーラム【小宮】
 2017/2/10 福岡県医療機器協会【川野】
 2017/2/27 株式会社フランソア【工藤・浦田】
 2017/3/2 水俣市立久木野小学校【浦田】
 2017/3/9 福岡大学附属若葉高等学校【浦田】

講演会・競技体験会

お気軽にお問合せ下さい

シーズアスリートでは世界の頂点を目指す選手による、企業・学校・自治体など多方面に向けた講演会・競技体験会を実施いたします。障害という挫折を味わい葛藤し、スポーツと出会い目標をもつことで今を精一杯生きるアスリート。彼らの講演を通じ全ての方に「元氣・勇気・感動」をお伝えします。学校での人権学習や企業でのモチベーションアップ講座など、お気軽にお問い合わせください。



【お問い合わせ・申し込みはこちらまで】 092-711-1800 営業時間(平日)9:30〜18:00

ロンドンパラリンピック金メダリスト 小宮正江の

CCF Report!



Vol.9

今回のテーマ

お腹引き締め!体幹トレーニング

陽気な春に誘われて外出の機会も増えますね。冬の間、隠していた気になる部分…ありませんか？今回は、選手も実践している体幹トレーニングをご紹介します。毎日少しづつでも続けていると効果絶大です！

体幹の強化・腹筋の強化・ヒップアップに効果的!

1

うつぶせの状態から、肘と腕を肩幅より狭くした状態で床につけます。



2

肘を床についたまま、腕立て伏せの姿勢を保ちそのままキープ!

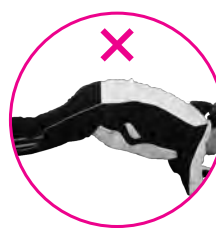


Point

体を一直線にすること!

NG例

お尻の上がりすぎ、顎が下がるのはNG!



自分の身体が一番ブルブル震えるところで10秒間制止するのを2セット。余裕がでたら20秒、30秒と秒数を伸ばしてみましょう!