

MEMBER COMPANY 〔会員企業様〕

■特別会員企業

株式会社アソウ・アルファ
麻生セメント株式会社
総合メディカルホールディングス株式会社
ニッセイ・ウェルズ生命保険株式会社
フコクしんらい生命保険株式会社
ユナイテッドグロウ株式会社

■2019年度新規法人会員企業

株式会社麻生キャリアサポート
株式会社エルテックス・ヨシダ
有限会社九面屋
三洋ハウス株式会社
株式会社電通九州
日建建設株式会社
日特建設株式会社
株式会社Paidy
株式会社モリサワ

■法人会員企業

RKB毎日放送株式会社
株式会社アイ・エス・アインソフトウェア
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
株式会社アソウ・アカウンティングサービス
麻生介護サービス株式会社
麻生教育サービス株式会社
麻生健康保険組合
株式会社アソウ・システムソリューション
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
株式会社エスユーエス
株式会社エヌ・エスエフ

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
学校法人大村化学園大村美容ファッション専門学校
株式会社カステラ本家福砂屋
株式会社学研教育みらい
株式会社キシヤ
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
九州旅客鉄道株式会社
株式会社九電工
株式会社クリオ
西部ガス株式会社
株式会社サカヒラ
株式会社サニクリーン九州
三和ホールディングス株式会社
株式会社ジーエークレアス
株式会社翔業
医療法人仁慈会西原歯科
新日本製菓株式会社
正晃株式会社
医療法人聖和会 ゲン歯科クリニック
株式会社ゼネラルアサヒ
株式会社ソーン
タイン株式会社
株式会社高崎組
高杉製菓株式会社
株式会社タケノ
地球人.jp株式会社
株式会社筑波開発
内外電機株式会社
株式会社長崎国際テレビ
中村工業株式会社

中村産業株式会社
那覇空港ゴルフ練習場株式会社
西日本鉄道株式会社
日伸産業株式会社
日本電算システム株式会社
株式会社ハウスクリニック
学校法人博多学園
医療法人博愛会
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ットコム
株式会社ヒューマンテック/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
福岡地所株式会社
株式会社福岡放送
株式会社福利厚生倶楽部九州
富士ゼロックス福岡株式会社
藤原製本株式会社
株式会社マイマイ
株式会社増屋
株式会社ミドリ印刷
弁護士法人本江法律事務所
山下医科器械株式会社
株式会社ユニバースクリエイト
株式会社読売新聞西部本社
社会医療法人緑泉会米盛病院
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
株式会社リンクレア
学校法人渡邊学園専門学校コンピュータ教育学院
(50音順)

MEMBERS INTRODUCTION 〔法人会員ご紹介〕



▲株式会社エルテックス・ヨシダ 様

12月より「株式会社エルテックス・ヨシダ」様、「三洋ハウス株式会社」様、「株式会社Paidy」様、1月より「有限会社九面屋」様に法人会員としてご加入いただきました。
支えてくださる皆さまへの感謝を胸に、本年も日々精進して参ります。また、東京2020大会へ向け、障がい者スポーツの普及、地域貢献等を通じ、人としても成長できるよう努める所存でございます。
今後ともご声援のほど何卒よろしくお願い申し上げます。

C's Athlete

RECORD

2020.1 vol.57

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「レコード」



特集

約束の地へ、挑戦者たちのラストスパート

全開

GUIDANCE OF ADMISSION 〔入会のご案内〕

会費は全てシーズアスリートの運営費及び選手の競技活動費に使用させていただきます。

会 費	
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
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

会員サービス	
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(年1回) 3.社員の福利厚生としてマッサージの利用
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.マッサージ25分無料券(1,000円分)2枚 3.マッサージ利用25分1,000円(利用回数制限なし)
個人会員	

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。

講演会・競技体験会

お気軽にお問い合わせください
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。自らの挫折を乗り越え、目標に取り組む選手の話は、バラスポーツへの関心や理解を深めるだけでなく、共生社会実現に向けての一助となります。新入社員様へ向けての講演、リーダー研修などでも大変ご好評をいただいております。お気軽にお問い合わせください。

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

シーズアスリート
http://athlete.ahc-net.co.jp/



【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・ヒューマンセンター内 担当:工藤・黒田

TEL:092-711-1800 FAX:092-733-0712



活動予定
●1/15～1/19
●1/17～1/19
●1/20～1/21
●1/24
●1/24～27
●2/1
●2/2
●2/1～2/2
●2/7

2019 Tweed Heads International Wheelchair Tennis Open(オーストラリア/ツイードヘッドス)【川野】
10th Annual Pajulahti Games(フィンランド/ラハティ)【小宮・浦田】
Canberra International Track Meet(Summer Down Under)/(オーストラリア/キャンベラ)【小西】
DUBAI MARATHON(アラブ首長国連邦/ドバイ)【副島】
Athletics ACT Championships(オーストラリア/キャンベラ)【小西】
Jandakot Airport Track Classic(オーストラリア/パース)【小西】
第69回国別府大毎日マラソン大会(兼)
1970年 長崎県生まれ
23才のとき家業の事故で脊髄を損傷し下半身不随となり車いすの生活になる(一社)ウィルチェア アスリートクラブ ソシオSOEJIMA 所属

●2/7～2/11
●2/13
●2/18～2/23
●2/24～2/27
●3/1
●3/7～9
●3/7～3/11
●3/17～3/22
●3/22
●3/22

German Open and Training Camp(ドイツ/ハイデルベルク)【工藤(博)】
Canberra Track Classic(オーストラリア/キャンベラ)【小西】
Para powerlifting World Cup in Manchester2020(イギリス/マンチェスター)【光瀬】
IWAS World Games 2020(タイ/パタヤ)【川野】
東京マラソン2020(東京都/飯田橋)【副島】
10th WPA Meeting Sharjah(アラブ首長国連邦/シャルジャ)【城間】
東京国際視覚障害者柔道大会2020(東京都/文京区)【工藤(博)】
Cajun Classic(アメリカ/バトンルージュ)【川野】
ワールドチャレンジ岡山(岡山県/岡山市)【小西】
さが桜マラソン2020(佐賀県/佐賀市)【山下】

約束の地へ、挑戦者たちのラストスパート

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、
オフィシャルイヤーブック、「スポーツ報知」紙などで記事を執筆。

ついにパラリンピックイヤーが到来した。
代表争いは折り返しを過ぎ、競技によっては間もなく大詰めを迎える。それぞれの戦いの中で選手たちは今、何を思うのか。



▶【ゴールボール男子 強化指導スタッフ】工藤 力也

選手たちが結果を残せるための環境を整えていきたい

① 昨年は、東京2020大会代表選考期間に入ったこともあり、各選手たちが代表内定に向けて競技に専念し、悔いのない毎日を送れる環境を提供したことでシーズアスリートリーダーとしての目標は達成できたと思っています。ゴールボール男子日本代表のアシスタントコーチとしては、チーム強化の体制や方針が変わって東京2020大会での金メダル獲得を目指す中、元選手というほかのコーチにはない自分の持ち味をいかしてできることを常に考え、選手の成長を後押しできるよう努めてきました。実際にチームは世界ランキングベスト8以内に入っている強豪国に勝ったり、東京2020大会の出場権を獲得している国と引き分けたり、僅差のゲームができたりと今まで苦戦ばかりしていた国々と対等に戦えるレベルにまで上がってきています。2年前、1年前より確実に強くなっている手ごたえを選手ともども実感できた一年でした。また、すべての海外遠征に帯同し、状況に応じて選手にアドバイスを送り、精神面でもフォローできたと思います。

③ 代表選考の結果は競技によっては2月、遅くとも半年後には出るようになります。今年も引き続き選手たちが目標達成に向けて悔いが残らない時間を過ごし、結果を

残せるための環境を整えていきたい。また、誰かが壁にぶつかった時には相談してもらい、活力になるようなアドバイスを送れるようにしていきたい。コーチとしても、シーズアスリートのみんなと同様に東京2020大会の舞台に立てよう頑張ります。

シーズアスリート代表として年始のごあいさつ
新年明けましておめでとうございます。私たちは会員の皆様のご支援のおかげで仕事と競技を両立できる環境をいただき、多くの叱咤激励によって力を得ています。これほどまでに恵まれた環境を持ち、これだけ多くの選手が所属するチームは国内でシーズアスリートだけだと感謝しています。私たちにあって、ひとつの集大成となる2020年に各選手が結果を出し、皆様に恩返しをさせていただくことでリーダーとしての使命を果たしたと言えます。これから夏にかけて代表内定の報告を楽しみにお待ちください。そして、本番ではひとりでも多くの方々に会場へ足を運んでいただき、目の前で直接選手たちを応援していただけたら嬉しいです。本年もよろしくお願い申し上げます。

2020年の一文字抱負 ▶▶▶▶▶

2020年はひとつの集大成。
でも、それで人生が終わるわけじゃない。
それぞれの“次”にぜひ繋げてほしいし、
自分もそうありたい。

は多く、スローイングの助走数を減らしたり、ディフェンスでは床におしりをつけた姿勢に変更したり、ポジションもライトだけでなくレフトの練習に多めに取り組んだり、あらゆる面で変化していかなければなりません。目指すプレースタイルを実行できたりできなかったりの繰り返しですが、だからこそもっとうまくなれる、強くなれると自分に言い聞かせながら日々の練習に励んでいます。そしてあくまで挑戦者として、強気のメンタリティーを持ってその時々で最高のパフォーマンスを発揮できるよう、コンディションを含めて調整していきます。

④ 東京2020大会は、会員の皆様をはじめ仕事や競技でサポートしてくださっている方々に日ごろの感謝の気持ちを伝えることができる大きなチャンス。これまでやってきたことをコートで出し切って本番の舞台に立ち、結果を残すことで恩返しをしたいと思っています。そして、ひとりのアスリートとしてパラスポーツの魅力と可能性を伝え、多くの方々に元気に、笑顔にできる一年にしていきたいです。

2020年の一文字抱負 ▶▶▶▶▶

ひとりではみんなのために、
みんなはひとりのために。
ラグビーの精神にならって絆を大切に、
チーム一丸となって金メダルをつかむ。

- テーマ
- ① 2019年の目標に対する自己評価
- ② 東京2020大会の代表選考の状況、現在の心境
- ③ 代表内定の条件、残された期間での課題
- ④ 東京2020大会に向けての決意

▶【ゴールボール】浦田 理恵

失くしたはずのチャンスが！
毎日を丁寧に過ごすことが大事

① 結果を出して個人の代表内定をいただくことが昨年の目標でしたが、それどころか、そのチャンスをひとつ逃してしまいました。代表選考は第1弾として、昨年行われた5～6月のスウェーデン遠征の内容を踏まえて9月のジャバラと12月のAP大会の出場選手6名が選ばれ、そのうち3～4名が内定を得るようになっていました。しかし、私はスウェーデン遠征でセンターの役割を十分に果たせず、ジャバラとAP大会のメンバーから外れることに。代表落ちは初めてで“これが今の自分の力なんだ”と落胆し、すごく思い悩んだ時期もありました。それでも本当に多くの方々から励ましの声をいただき、また“絶対にミスしてはいけない”という気持ちが逆に自分の動きを固くしていたことに気づき、当たり前のことを一つひとつ丁寧にやっていこうと決めたら心が少し楽になり、練習の質も上げていくことができました。

② ジャバラに出場する予定がなかった私ですが、不参加の中国にかわって日本が2チームに分かれて出ることになり、失くしたはずのチャンスが舞い込んで来ました。その本番ではチームに貢献できたという手ごたえを感じられ、代表選考の第2弾となるフィンランドへ遠征します。そこ

でのプレー次第では代表内定への大きな一歩になります。それでも決まらない場合は3月のカナダ遠征が最終選考となります。

③ 多くの課題がある中で、オフも含めきちんと計画を立てて優先順位をつけながら毎日を丁寧に過ごすことが大事だと思っています。これまで以上に自分自身と対話しながら今何が必要なのか、どうすれば後悔しないのか、いかにチームの力になれるのかを考え、決め、実行する。それに尽きます。

④ 山あり谷ありだった2019年は、会員の皆様をはじめ周りの方々がいかに私の背中を押してくださっているのかを再認識し、またこんな自分でもまだ成長できると思えた一年でした。今年はいただいた力を行動と結果でお返ししたい。そしてパラリンピックをもっと身近に感じてほしい、2020年以降につなげていくため必ず本番のコートに立ち、大会を盛り上げます。

2020年の一文字抱負 ▶▶▶▶▶

すべての結果は行動から。
できていなかったことや、やってみたい
ことを行えば、きっといい結果が出る。
新しい自分に会いに行きたい。



▶【ゴールボール】信沢 用秀

攻守ともにひと工夫を加えて
生き残りを懸ける

① 昨年は、何より結果にこだわることを目標にしていました。私たち選手自身がすべての強化遠征で結果を残し、“これまでの取り組みは正しかったんだ”と確信を持てなければ、男子日本代表チームが東京2020大会で金メダルを取るという目標は達成できないと考えたからです。実際にチームとしては、2018年の世界選手権後に東京2020大会までの強化ポイントを絞り込んだこともあって、リトアニアやドイツなど強豪との距離を縮められたという手ごたえを感じています。しかし、これは個人の反省にもなりますが、勝てたはずの試合が負けや引き分けになるなど、詰めの甘さやゲーム運びのもらさが出てしまうこともあったので、結果にこだわるという目標に対する評価は良し悪しが半々だと思っています。

② 代表選考は12月のAP大会で4名が内定し、その後しばらく遠征がないため3月のブラジル合同合宿で残りの2名が内定を得るという流れです。しかし、私はAP大会に出場することができませんでした。昨年7月末、右肩に負担をかけ過ぎて故障してしまい、スタッフと相談してチームを離れて回復に専念したからです。従って、私には東京2020大会の代表になるチャンスが一度しかありません。

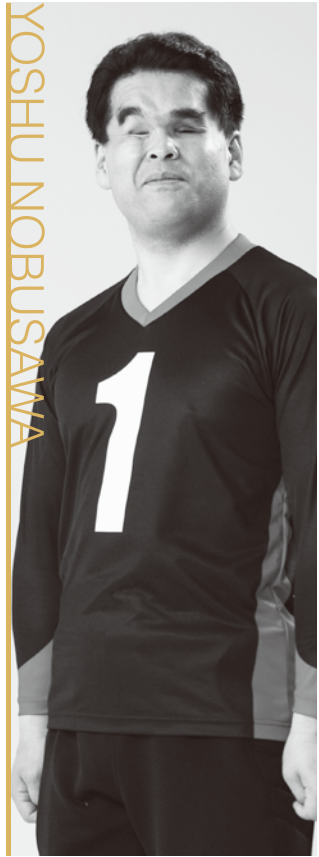
チームメイトの活躍、実力が上がることはとても嬉しく思いますが、代表枠が減るという点では複雑な気持ちで正直焦りもプレッシャーも感じています。しかし、一度でもチャンスがある限り最後まで諦めません。

③ 肩の故障のため発揮できなかった安定度の高いプレーや正確なシュートなど自分のプレースタイルを取り戻して維持すること、そして攻守ともにひと工夫を加えて強化することで生き残りを懸けます。

④ 今年は代表メンバーに選ばれることが最優先ですが、実際にそうなっても本番までの間に個人、チームともども強化を継続していく必要があります。最終的に代表に選ばれるのか、サポートに回るのかはわかりませんが、いずれにしてもチームが金メダルを取れるよう全力を尽くします。

2020年の一文字抱負 ▶▶▶▶▶

これまでで一番強い自分、
一番強いチームになる。
優勝から遠のいている国内でも、
パラリンピックでも頂点を取る。



- テーマ
- 12019年の目標に対する自己評価
- 2東京2020大会の代表選考の状況、現在の心境
- 3代表内定の条件、残された期間での課題
- 4東京2020大会に向けての決意



▶【ブラインドマラソン】山下 慎治

チャレンジャーとして、自分を信じて力を出し切るだけ

① 昨年の目標は、東京2020大会の代表内定を勝ち取ること。そのために取り組んできたことに間違いはなく、一昨年よりも練習の量、質ともにあげることが出来たと確信しています。しかし、私にとって初の代表選考レースとなった8月の北海道マラソンは不本意な結果に終わり、目標を達成することができませんでした。自分の実力を発揮できなかったことを反省しています。

② 代表3枠のうち2枠が埋まり、基本的には最終選考となる2月の別府大分毎日マラソン大会（以下、別大マラソン）で残りの1枠を争うことになります。

③ 代表入りするためには、別大マラソンで代表内定者2名を除く日本人トップでゴールするしかありません。また、そのタイムも重要で、東京2020大会の参加標準記録である2時間33分49秒を切る必要もあります。リオの参加標準記録2時間42分00秒より約10分ほど上がるうえに、昨年12月の防府読売マラソン大会で更新した自己ベスト、2時間39分13秒を6分以上短縮しなければならない。ここ1年で自己ベストを3分〜4分更新したとはいえ、かなり厳しい状況ですが、自分を信じてやり切ろうと思います。練習仲間でライバルでもある選手がトラック種目で自己ベ

ストを更新したので、まだまだ自分にも可能性はあると励みになっています。

④ 来月の別大マラソンで代表内定を勝ち取ることが、唯一にして最大の目標です。最大限に努力して全力でぶつかり、結果的に及ばなかったとしても2020以降も続く競技人生、さらなる記録更新につながれると思っています。支えてくださっている会員の皆様からの期待にこたえるためにも、悔いが残らないよう日々の練習に打ち込み、体調を万全に整え、本番で力を出し切ります。

2020年の一文字抱負 ▶▶▶▶▶

オリンピック・パラリンピック
といえばゆずの『栄光の架橋』。
それで思い浮かんだのが虹。
これまでとこれからの
競技人生に美しい虹を。

▶【車いす陸上】城間 圭亮

可能性のある限りあきらめない
少しでも食らいついていく

① この4〜5年、100mで16秒を切ることがひとつの目標でしたがなかなか達成できなかったのが、昨年は活動拠点を沖縄から長崎へ移し、あらためてその目標達成に挑みました。その結果、6月の日本パラ陸上競技選手権大会で初めて16秒の壁を突破して15秒79、また7月のジャパンパラ陸上競技大会（以下、ジャパラ）では15秒63を記録。さらに、ほかの種目でもすべて自己ベストを更新することができました。長崎に来て練習の環境や内容、質のすべてが変わって自分に足りないものに気づかされたり、副島選手からアドバイスをいただいたり、同じT54クラスで同世代の短距離選手から刺激をうけたことが良い結果につながったのは間違いありません。行く前にはかなり悩みましたが、思い切って決断して良かったと思っています。

② 東京2020大会に最も近いのは100m。といっても参加標準記録の14秒70を突破しなければならず、東京2020パラリンピックランキングで最低でも6位以内に入っておく必要があります。16秒の壁をようやく乗り越えた自分がタイムをもう1秒縮めることはかなり難しく、厳しい状況です。しかし、可能性がゼロでない限りあきらめたくありません。3月のドバイ

遠征で絶対に参加標準記録を出す、少しでも食らいついていくという気持ちでトレーニングを積んでいます。

③ より実践的な練習を行うことで、最高速度や腕の回転数をどれだけ上げられるかがポイントです。これまで31kmだった最高速度を35km以上に上げることができれば14秒台もみえてきます。ももとの課題であるメンタル面も、長崎に移ってからは“ここまで努力してきたのだから”と沖縄にいる時より胸を張って大会に臨めていますが、まだまだ弱いところがあり、副島選手からも「もっともっと練習すると緊張しなくなる」と言われているのでさらにトレーニングに励み、安定して結果を残せるよう頑張ります。

④ 絶対に東京2020大会に行きたい、可能な限り頑張りたいという気持ちがあります。会員の皆様をはじめ、応援してくれる家族や友人のためにも結果で恩返ししていきますので今年も応援をよろしくお願いいたします。

2020年の一文字抱負 ▶▶▶▶▶

さらに前進してより良い結果を出すため、もっと変化する。



▶【車いす陸上】小西 恵子

夢をかなえたくてしょうがない
それが素直な気持ち

① 昨年の目標は、世界ランキング6位以内という東京2020大会出場の条件を満たすことでした。7月のジャパラ終了時点では8位でしたが、結果的に11位。私にとって高いレベルの目標なので簡単なことではないとはいえ、世界選手権の出場標準記録を突破できなかったことと合わせて現実を受け止めてはいけません。しかし、対象期間外なのでランキングには反映されていませんが、日本新記録の自己ベストを出したり、17秒台で走れる回数が増えたりと、むしろ実力的には上がってきていると感じた1年でした。

② 少しずつ成長できて、もっと記録も伸びるだろうという手ごたえもあります。しかし16秒台を出さない限り6位以内には入れず、自己ベスト(17秒68)と差があるのも確かです。そうした現実を受け止めつつ、恵まれた環境のもとで挑戦させてもらい、競技が好きで高い壁に立ち向かっていくと決めているからこそ悲観的にならず、引き続き6位以内を狙っていきます。そのためには変化が必要だと思い、昨年9月から1カ月の約半分は日本トップクラスの短距離選手が集まる岡山に通って練習を続けています。当然ひとりで練習するのと違って大きな刺激を受けるし、自分の課題のひとつである後半のスピードを上げるた

めの練習などもしっかりとさせてもらっています。何かを削ったり犠牲にしたりして通うのではなく、これまでの取り組みに上乗せしてやっているのです。さまざまな面で負担は増えていますが、とても良い新たな手ごたえを感じています。

③ 選考対象期間が終了する4月まで、今月のオーストラリア遠征を皮切りに大会を絞って記録を狙っていく予定です。課題はいろいろありますが、日々自分を追い込み、その積み重ねを結果につなげていくしかありません。

④ どんなに状況が厳しくなっても東京2020大会で走りたい。その夢をかなえたくてしょうがない。正直言って気持ちが砕け散りそうになる時もありますが、それが素直な気持ちです。今年を競技人生の集大成だと思って、できることは何でもやる覚悟で最後までブレることなくやり通します。

2020年の一文字抱負 ▶▶▶▶▶

2020東京大会という夢に向かって、軸がブレることなく突き進む。

▶【車いす陸上】特別サポート選手 副島 正純

反省ばかりでただ悔しいが、
“まだやれる”という自信はある

① 昨年の目標は、東京2020大会に向けて結果を残すこと。具体的には11月の大分国際車いすマラソン（以下、大分）で日本人上位3名以内に入り、残り2枠となった東京2020大会の代表選考レースである2020マラソンワールドカップ（以下、W杯）の出場権を勝ち取ることでした。昨年8月から練習内容を大幅に変更し、9月後半から確実に状態が上向いていたのですが、10月に左肩と背中に違和感を覚え、さらに手首も痛めてしまいました。おそらくオーバートレーニングだったのでしょう。そのため大分までの約1カ月間は週1回程度しか練習できず、不安を抱えたまま本番に臨みました。レース中は漕ぎたい気持ちに練習不足の体がついてこないような感覚で、結果は総合10位で日本人6位。反省ばかりでただ悔しいです。

② 4月のW杯で残る2枠が埋まるかもしれないし、そうならないかもしれない。とにかく最終決定までは状況がどう変わって、いつチャンスが訪れるかわからないし、リオの時のようにギリギリでハイパフォーマンス割当枠などの推薦枠をいただける可能性もあります。状況が厳しいのは確かですが、来るべき時に備えてできるだけ準備をしています。

③ W杯で残る2枠が埋まらなければ、選考対象期間が終了する6月上旬までにタイムや東京2020パラリンピックランキングを上げておかないといけません。故障を治して筋力アップを図り、選考対象期間中に私より速いタイムを記録している日本の3〜4選手も届いていない1時間23分台を出し、ランキングトップを目指します。体調を整え、さらに自分を追い込んで鍛え直していけば“まだやれる”という自信はあります。

④ 大分では悔しい思いをしました。しかし、その本番までの約1カ月間ともに練習できなかったにもかかわらず第2集団に最後まで食らいつけたのは、取り組みが間違っていなかったからだと思っています。故障前に大きな手ごたえを感じていて、その調子を発揮できていれば先頭を走っていたトップ選手たちに絶対ついていくことができたと考えるくらいだったのも事実です。集大成の年、最後まで前向きに挑んで完全燃焼します。

2020年の一文字抱負 ▶▶▶▶▶

悔いを残さず納得できる形で自分の力を出し尽くし、集大成の年に大輪の花を咲かせる。





▶【車いすテニス】川野 将太

後々振り返った時、絶対に後悔しないよう毎日を過ごす

① テニスでは基本的にパラリンピック出場は今年6月の世界ランキングで決まるため、昨年はダイレクトで出場内定が得られる12位以内に入ることを目標に、例年以上にタイトなスケジュールを組んでいました。しかし、無理をして体調を崩してしまう不安もあり、コーチと相談してあえて出場を取りやめた大会もありました。ランキングの対象期間が1年という長丁場なので先々を見据え、ランキングが下がることよりコンディションの維持を重視した結果、ランキングは目標を少し下回ってしまいました。その時大きな支えとなったのが7年越しの念願だったワールドチームカップの金メダルです。“東京2020大会の舞台でも”と、その後の大きなモチベーションになりました。

② 目標に届かなかった現実を受け止めています。実際には私を含む10～15位の選手のポイントはほとんど変わらない横並びの状態です。そのため焦ったり、悲観的に考えたりはしていません。チャレンジャーとしてしっかりと状況を把握しながら、確実にポイントを積み上げていきます。

③ 課題はたくさんありますが、まずは対象期間の終了までベストコンディションを維持していきたい。

また、シード選手を倒さない限り順位は大きく上がらないので弱気にならず、対戦相手が世界ランク1位でも、自分より下位でも絶対に勝つ！という強い気持ちを最後まで持ち続けることが大事だと思っています。“どんな困難な状況であっても気持ちでは絶対に負けない”という、2019年の目標「気」を引き続き心に刻んで戦い抜きます。

④ 過去2回のパラリンピックで味わった悔しさと母国開催という特別な思いを胸に、残された時間を有効に活用し自分の持てる力をすべて出し切りたい。そして東京2020大会の出場権をつかみ、メダルを勝ち取ることができれば最高ですが、たとえ結果がどうなっても後々振り返った時、絶対に後悔しないよう毎日を過ごします。

2020年の一文字抱負 ▶▶▶▶▶

絶対に目標を成し遂げ、成果を出す。ただそれだけです！

成

▶【視覚障害者柔道】工藤 博子

どんな相手でも粘り強く自分の柔道を貫いていく

① 昨年の目標は、4分の競技時間の中でひと踏ん張りできる粘りを身につけることでした。筋トレでくじけそうになった時や試合で技をかけた後などにそれを意識し、力の入れ方や使い方を工夫することで実際に発揮できるようになってきたと感じていて、トレーナーからもそう指摘されています。

② 今年5月までに開催される3度の国際大会で最もポイントを獲得した選手1名が代表となります。私は昨年7月の初戦で3位、9月の2戦目は2回戦敗退でしたが、世界ランキングは日本人トップ、国内ランキングも1位と選考レースはおおむね順調といえます。その要因は戦い方を変えたからだと思います。今までは技をかける時に相手の動きに合わせてタイミングを取ることが多かったのですが、本当にパワーが強い選手だと技が完全にかかり切りません。そこで、シーズアスリートに加入した以上は結果にこだわらないといけないという責任感もあって勝てる可能性を突き詰めた結果、どんな相手でも自分の陣地に引き込んで自分のタイミングで技をかける戦い方に変えようと思い、実際に少しずつ手ごたえを感じられるようになってきました。パラリンピックに3大会連続で出場している選手によれば、代表争いでは吐き

そうなくらいプレッシャーや緊張感があるそうですが、私は今回が初めての挑戦なので今の状況を楽しめていることも関係しているのかもしれませんが。

③ 代表内定への近道は、粘り強く自分の柔道を貫くこと。海外勢と戦う時に驚くほどパワーの差を感じることもありますが、それを少しでも埋めるため、また日本人選手特有の技術をいかせるだけのパワーを身につけようと、ずっとフィジカル面の強化に取り組んでいます。コンディションの維持も重要になってくるので、半年以上前から「チーム博子」の一員として食アスリートの先生に指示を仰いでいて、体重が落ちやすかった以前より自然と食事の量が増え、体重も体調もいい感じでキープできています。

④ 今年は確実に東京2020大会へ出場するだけ。それが会員の皆様に対する一番の恩返しなので、絶対に勝ち取ってみせます。

2020年の一文字抱負 ▶▶▶▶▶

着実にポイントを狙っていく。相手や試合展開に動揺せず、地に足を着けた自分の柔道を心がける。

着

▶【パラ・パワーリフティング】光瀬 智洋

競技が好きだという気持ちや、楽しむ余裕を忘れないように

① 昨年は、東京2020大会に向けて最低ラインと考えていた国内ランキング1位と世界選手権出場を目標にしていたのですが、シーズアスリートの恵まれた環境のもとでレベルアップし、どちらもクリアすることができました。最も成長を実感したのは、7月にカザフスタンで行われた世界選手権。初の海外渡航で不安が多く大会も大規模で、審判の審査も厳しい中で判定が白3本という完璧な試技で自己記録を更新することができました。しかし、昨年は自己ベストを2度更新して132kgにまで伸ばすことはできたのですが、目標にしていた140kgには届きませんでした。また、9月の大会「READY STEADY TOKYO」では、記録なしの失格に終わってしまったことも悔やまれます。

② 4月にドバイで開催されるワールドカップ終了時点で、東京2020パラリンピックランキング8位以内で日本人トップであればダイレクトで代表内定となります。もし漏れても推薦で選抜される可能性があり、10位以内であれば補欠枠に入って出場できるかもしれません。現時点で私の順位は12位で、最終的に10位にギリギリ届くか届かないかとみています。ただ私が出場している59kg級に、より実力のある選手

が別の階級から乗り換えてくることも考えられるので、そういう不安もあります。

③ 技術面の課題はバーベルを胸の上で止める動作の正確性や、試技で白3本を取れる完璧さで、メンタル面の課題は会場の雰囲気のにまれたり焦ったりせず、舞台で行う本番特有の雰囲気を自分でつくり出すこと。理想としては、観客だけでなく審判も魅了できる試技ができるようになりたいです。9月の大会で失格となった原因は焦りや力不足だけでなく、純粋にパラパワーリフティングが好きだという気持ちを忘れ、大会を楽しむ余裕がなかったことも大きいと思っていますので、練習の時からそう意識していきます。

④ いま、パラリンピック出場を目指してられるのは会員の皆様のおかげです。初挑戦でまだ少し夢見心地の部分もありますが、楽しむ気持ちを忘れず出場権をつかみ、少しでもだれかの希望や励みになれたらうれしいです。

2020年の一文字抱負 ▶▶▶▶▶

常に安定して試技を成功させる。そしてもっと成長できるように、パラリンピック出場の夢を成し遂げられるように。

成



▶ MATCH GOAL BALL 【ゴールボール】

□11/2～11/3 マネードクター日本ゴールボール選手権大会（東京都／足立区）

● 小宮 正江 ● 浦田 理恵

Result 2位 銀メダル／6チーム中

□12/5～12/10 2019 IBSA Goalball Asia/Pacific Championships in CHIBA（千葉県／千葉市）

● 小宮 正江

Result 優勝 金メダル／6チーム中

▶ MATCH BLIND MARATHON 【ブラインドマラソン】

□11/10 福岡マラソン2019（福岡県／福岡市）
□12/1 第28回きやまロードレース大会（佐賀県／基山町）
□12/15 第50回記念防府読売マラソン大会（兼）第20回日本視覚障がい女子マラソン選手権大会（山口県／防府市）

● 山下 慎治

Result □福岡マラソン2019 2時間55分14秒／84位
□第28回きやまロードレース大会 35分52秒（ゲストラナーのため順位無し）
□第50回記念防府読売マラソン大会（兼）第20回日本視覚障がい女子マラソン選手権大会 2時間39分13秒（自己ベスト更新）／1位

▶ MATCH WHEELCHAIR TENNIS 【車いすテニス】

□11/10～11/13 Thailand Open（タイ／パタヤ）

● 川野 将太

Result ・シングルス ベスト8
・ダブルス 優勝

▶ MATCH WHEELCHAIR RACING 【車いす陸上】

□11/7 第39回大分国際車いすマラソン（大分県／大分市）

● 城間 圭亮

Result ・（ハーフ）52分19秒／12位

□11/7 第39回大分国際車いすマラソン（大分県／大分市）
□12/8 JALホノルルマラソン2019（アメリカ／ホノルル）

● 特別サポート選手 副島 正純

Result □第39回大分国際車いすマラソン（フル）1時間24分3秒／10位
□JALホノルルマラソン2019 優勝 1時間35分35秒／1位

▶ MATCH BLIND JUDO 【視覚障害者柔道】

□12/8 第3期国際大会選手派遣代表選手選考参考大会／第34回日本視覚障害者柔道大会（東京都／文京区）

● 工藤 博子

Result 優勝／63kg級