

みんなでパラスポーツを応援しよう!

いよいよ8月に東京2020パラリンピック競技大会が開催されます。そこで、旭区から世界で活躍するパラスポーツアスリートや、競技を陰で支えるスペシャリストに、パラスポーツの魅力をたっぷり語っていただきました。また、区内で盛り上がりを見せているホットなパラスポーツを紹介します。



鶴ヶ峰本町在住 26歳

しらかわはら あすか
白川原 飛鳥さん

知的障害者バスケットボール女子日本代表
2011年INASグローバルゲームズ* (開催国イタリア)に日本代表として初出場し銀メダル、2015年の同大会 (開催国エクアドル)でも銀メダルを獲得。

仲間と喜びを分かち合えるのがとても楽しい

Q バスケットボールを始めたきっかけは

小学校3年生の時、ミニバスケットチームに入っていた兄の練習を見て自分もやりたいと思いました。チームのみんなと一緒にできるか不安でしたが、チャレンジすることが大事だと思い、始めました。負けず嫌いの性格と家族の支えもあり、中学校の部活では障害に関係なくチームのレギュラーでした。

Q どんなところが楽しいですか

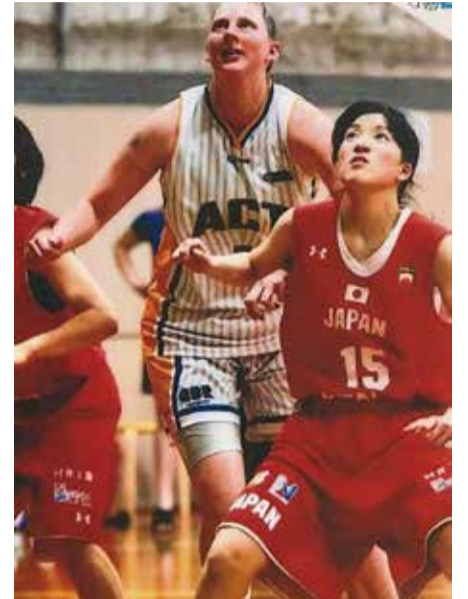
試合に勝った時に仲間と喜びを分かち合えるのがとても楽しいです。シュートが決まった時も楽しいです!

Q 団体競技ならではの難しさはありますか

バスケットボールは連携プレーが大事なので、アイコンタクトでコミュニケーションを取るのが難しいです。

Q 夢や目標を聞かせてください

まずは2020年の全国障害者スポーツ大会 (鹿児島県開催)で優勝したい!そして次のINASグローバルゲームズ*でも金メダルを獲得したいです。日本チームは体は小さいけれど、技術とスピードでは負けません!



▲体の大きい相手でもスピードで圧倒します。(オーストラリア遠征=2018年)



左近山在住 29歳

たかやま あきら
高山 晃さん

知的障害者バスケットボール男子日本代表
19歳で日本代表に初召集後、代表に選ばれ続けている。
2011年、2015年のINASグローバルゲームズ*に日本代表として出場。

パラスポーツで旭区を盛り上げる

Q バスケットボールを始めたきっかけは

中学まではずっと野球をやっていたのですが、高校に野球部がなかったのでバスケ部に入りました。リバウンドを取るのが楽しくて、努力を重ねるうちに上達していきました。いつもは中区内の小・中学校や、横浜ラポールでよく練習します。走ったり筋トレもしています。

Q 楽しいところ、難しいところは

チームが勝つと楽しいです! 試合では状況が次々に変わるので、他の選手とのコミュニケーションが難しいです。

Q 夢や目標を聞かせてください

2021年のワールドカップに出場してメダルを取りたいです!

Q 区民のみなさんへ一言

バスケットボールをたくさん応援してほしいです。パラスポーツで旭区が盛り上がってくれれば嬉しいです。



▲練習でも試合を想定して激しくぶつかり合います。(日本代表合宿にて=2019年12月)

*INAS(アイナス)グローバルゲームズ

国際知的障害者スポーツ連盟 (INAS) が主催する知的障害のあるトップアスリートが参加する4年に一度の国際総合スポーツ競技大会。
(注) 知的障害者バスケットボールは東京2020パラリンピック競技大会の正式競技にはなっていません。

区民利用施設

休館日の表示は原則です。表示の無い施設や年末年始などの休館は、各施設に直接お問い合わせください。

マークの凡例は6ページをご覧ください。

【必要事項】 行先名・〒住所・名前(ふりがな)・電話番号、往復はがきの場合は返信面

男女共同参画センター横浜「フォーラム」

〒244-0816 戸塚区上倉田町435-1
☎862-5052 ☎865-4671
🌐 <https://www.women.city.yokohama.jp/>

■骨盤底筋体操

3月18日~4月の第1・3水曜14時~15時15分◆女性◆先着20人◆600円(1回分)◆動きやすい服装・飲み物◆当日直接

こども自然公園 青少年野外活動センター

〒241-0834 大池町65-1
☎811-8444 ☎812-5778
🌐 http://www.yspc.or.jp/kodomo_yc_ysa/

※**㊥**3月16日~30日(消)で往復はがきに**【必要事項】**・Eメールアドレス・性別・年齢(学年)を記入しセンターへ(ホームページからも申し込み可)

■ファミリークッキングA・B BBQ
㊤4月26日(日)・㊦29日(水・祝)10時~14時◆8人以内の家族・グルー

プ◆㊧㊨抽選15組◆中学生以上2,300円、小学生1,900円、4歳~未就学児1,000円、3歳以下100円※

■ほのぼのファミリーキャンプ春

自然遊び、フィールドゲーム、クラフトなど。
5月5日(火・祝)13時~6日(水・休)15時(1泊2日)◆保護者を含む8人以内の家族・グループ◆抽選18組◆中学生以上5,800円、小学生5,300円、4歳~未就学児3,700円、3歳以下500円※

上白根コミュニティハウス

〒241-0001 上白根町233-6
☎954-1691 ☎954-1692
休館 第3月曜(祝日は翌日)

■大人のリラックス・ストレッチ

3月18日(水)10時~11時30分◆先着15人◆動きやすい服装、上履き、タオル、飲み物◆400円◆当日直接

■くらサポサロン

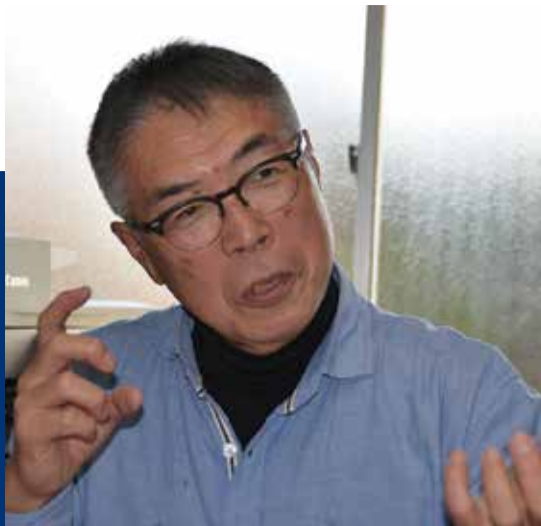
地域の憩いと交流の場となるお茶飲みサロン(お茶とお菓子)。
3月18日(水)13時30分~15時◆先

パラスポーツを支える プロフェッショナル

白根在住 パラスポーツ写真家

しみず かずじ
清水 一二さん

フォトサービス・ワン所属
(社)日本写真家協会(JPS)
(社)日本スポーツプレス協会(AJPS)
パラリンピック長野大会(1998年)、シドニー大会(2000年)では国際パラリンピック委員会のメディアスタッフとして活動。



車いすフェンシング

Q パラリンピックに向けての思い、そして区民のみなさんへのメッセージをお願いします

予選会から観客席を満員にしてほしいです。どんな競技でもよいので、一つ好きな競技を見つけてファンになってください。本物を見て触れて、ぜひ魅力を肌で感じてください。感動を共有しましょう!

Q とっておきの1枚を教えてください

シドニーパラリンピックの車いすバスケットボール(オランダ対ドイツ戦)で、キャットウォークから撮った写真です。関係者に頼み込み、わずか10分だけ認められ奇跡的に撮れた1枚です。



車いすバスケットボール

馬術



トライアスロン

Q パラスポーツ写真家となったきっかけは

病院に勤務をしていた際、たまたま昼休みにリハビリ患者が車いすバスケットをしている場面に出会い、リハビリ中で辛いはずの彼らから逆に励まされ、その姿を写真に残すようになりました。

その後勤務先がチェアスキーの開発をしていた関係で、1994年に冬季リレハンメルパラリンピックへカメラマンとして同行したのがパラリンピックとの出会いです。それから13大会続けて撮影しています。

Q パラスポーツの魅力はどんなところでしょうか

その人らしい一瞬や、ドラマがあるところですね。ある砲丸投げの選手は、元々マグロ漁船に乗っていましたが、船が座礁したときに脊椎を損傷する大ケガをして、パラスポーツの選手になりました。応援席に地元の大応援団の大漁旗がはためいていたのを見て胸が熱くなる思いでした。

パラリンピック正式種目の ボッチャをやってみよう

2020年度
旭区スポーツ祭
でも実施します!

あさひボッチャがつなぐふれあいの輪

本村スポーツ会館ではあさひボッチャ(*)の体験交流会をきっかけに、障害者地域活動支援ホームふたまたがわとの交流が始まりました。通所者と地域住民と一緒に試合をしたり、「こどもフリーデー」には近所の小学生が集まるなど、あさひボッチャがつなぐ地域の輪は、ますます広がりそうです。

ボッチャってなに?

2チームに分かれて、最初に投げた白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールを近づけ得点を競うスポーツです。

障害や性別、年齢の区別なくみんなが楽しめるスポーツです。



参加するには?

本村スポーツ会館では2019年2月から毎月ボッチャ体験交流会を開催しています。その他の施設でもボッチャに関するイベントを開催している場合がありますので、広報よこはまあさひ区版区民利用施設からのお知らせをご覧ください。

☎ 本村スポーツ会館 ☎ 365-1820 ☎ 442-7920

障害や年齢に関係なく楽しめるスポーツがあったらいいなと探してボッチャにたどり着きました。



障害者地域活動ホーム
ふたまたがわ
ひろお 廣岡さん

利用者と地域の人たちが和気あいあいとプレーしています。みんなが笑顔! 関田さん、誘ってくれてありがとうございます!



本村スポーツ会館
せきた 関田さん

*あさひボッチャとは、誰もが共に楽しめるようにボッチャのルールを簡単にしたものです。

☎ 障害者支援担当 ☎ 954-6145 ☎ 955-2675

着20人◆200円◆当日直接

■さくら祭り

サークル発表会、フリーマーケットなど。

3月28日(土)10時~15時◆当日直接

■脳を鍛える! インナーマッスル体操

4月2日(木)13時30分~15時◆先着20人◆動きやすい服装、上履き、タオル、飲み物◆400円◆当日直接

■パソコン個人相談室

4月6日(月)①13時30分~14時30

分②14時40分~15時40分◆①②

先着4人◆500円(1回分)◆④3月11日9時~直接か電話

左近山コミュニティハウス

〒241-0831 左近山1011
☎351-2686 ☎489-6270
休館 火・金曜

■輪投げ大会

3月20日(金・祝)9時30分~12時◆先着21人◆300円◆④3月11日~電話

鶴ヶ峰コミュニティハウス

〒241-0021 鶴ヶ峰本町1-16-1
☎953-2313 ☎489-5966
休館 第3月曜(祝日は翌日)

※電話は10時~

■サークル一斉見学会

会員募集中サークルの一斉見学会。3月11日(水)~31日(火)◆当日直接

■ちびっこランド

~みんなのゆったりスペース~
和室で手作りのおもちゃやゲームでゆったり遊べます。

3月15日~4月5日の毎週日曜9時~16時◆未就学児と保護者◆当日直接

■生活お役立ち講座④

包丁の砥ぎ方講座

包丁は2本まで。

3月22日(日)10時~12時◆先着16人◆300円◆エプロン◆④3月11日9時~20日に直接※

■囲碁・将棋・麻雀サロン

3月22日~4月5日の毎週日曜9時~15時30分◆当日直接