



発行・京都障害者スポーツ振興会

題字 芝田 徳造

チャレンジ・パラスポーツ

に参加して

「笑顔での完走」

舞鶴市 寺田博子

今回、子ども(8才)は2回目の参加でした。この度も丁寧にご指導いただき、ありがとうございます。前回と同様、子どもは50m・100m走に出場しましたが、「競技」というのがまだ難しいようでした。自分のペースでゆっくりと走っていました。ですが皆さんと一緒に走れることが楽しく、今年も嬉しそうにニコニコと笑顔でのゴールでした。そんな子どもの姿を見るのができて親としては本当に嬉しかったです。楽しいので、来年も取り組むことが大切なんだとあらためて気付きました。



今、学校の授業ではキャッチボールの練習をしている。新しい競技への挑戦も楽しみです。

「砲丸投げ」
とても楽しかったです。9月の陸上競技大会で投げました。今回、コーチの方々が、下さったアドバイスで距離が伸びました。力の入れ方、手の方向、声を出す、ほんの少しが、とてもおおきく、正しいフォームを教えて頂くと、あの重い鉄球が軽く感じました。



内藤英美子

また今回も思いました。競技中の生徒さんの応援は大変力になります。参加するだけでなく、その場で何が出来るのか考えて行動されているんだなと感心致しました。毎回頂く記録証は、タイムだけでなく子供の成長記録として大切にしていきたいと思えます。次回の競技会も青空の下での開催になるよう願っております。

「立ち幅跳び」
もう・・・何年も走っていないから、走らずに出場できる競技という事で出場させて頂きました。足を揃えて、足の付け根の屈伸の力で、斜めに飛ぶ、その時に腕を振る、飛ぶ瞬間だけに力を入れる、頭の中だけくさん考えて頭の方が疲れました。私は、大人になるまで、障害者スポーツセンターの事も、知りませんでした。あの場所があるという事は、とても豊かだなあと、感じています。もっと、たくさんの方々と、障害者スポーツを楽しんで頂きたいと思えました。素敵な体験をさせて頂く機会を、本当にありがとうございます。(裏面へ)



とっても楽しい時間でした。

3月の行事のほとんどが中止になっています・参加前に振興会か施設にご確認ください

行事予定	3月	10(火)	丹波障害者スポーツのつどい	*中止	丹波自然運動公園	来月のつどいは 4 / 12 第2日曜
		14(土)	宮津障害者スポーツのつどい	*中止	宮津市民体育館	
		15(日)	障害者水泳のつどい	*中止	伏見港公園温水プール	
		22(日)	城陽障害者スポーツのつどい(415回)		サン・アビリティーズ城陽	
城陽障害者スポーツのつどいは実施を予定していますが、施設に確認して下さい TEL0774-53-6644						
京都障害者スポーツ振興会 TEL 075-712-7010/FAX 075-712-7015/URL http://www.spo-shin.net/						

「スポーツの楽しさを
実感」
伏見区 松村 みゆき

私は電動車いすの生活になって10年程なりますが、今回初めて障害者スポーツの陸上競技を体験する機会に恵まれました。正直なところ、この体でスポーツって無理じゃないかという不安と初めての障害者スポーツをする緊張がありました。競技を終えると楽しく充実感に満ちた気持ちへと変わりました。

今回、車いすスラロームとビンバツグ投げに出場しました。競技の仕方を知らない私に、審判員の方々は丁寧に教えて下さり、すぐに覚える事ができました。スラロームの本番は途中、集中力が切れてしまい一本倒したときは、悔しいと感じ、競技を終えた後も、もつと車いすスラロームの練習をして次は試合に出場してみたいなと思ふようになりました。2種類のビンバツグ投げも競技の後、どうすればもっと遠くまで飛ばすことが出来るのだろうかと、真剣に考えてしまう程でした。また、他の選手の方々の

一生懸命競技されている姿を直に観ることができ、大変刺激を受けました。



このように今回の体験に参加させていただいたおかげで、私のスポーツへの苦手意識がなくなり、新たに挑戦すること、スポーツすることの楽しさを実感しました。

これからは「趣味はスポーツ」と言えるように、競技すること、観戦すること、含めてスポーツをライフワークの一つとして積極的に関わっていかうと思ふます。

**参加者を待ち
しています**

障がい者水泳のつどい

日時…毎月第3日曜日
午後1時30分から

3時30分

場所…伏見港公園総合
体育館温水プール
(京阪中書島駅南)

参加費無料

(ロッカー代100円)
介護者1名無料です

・当日受付、水泳帽を
持参してください

(3月は中止です)



真冬でも！月に1度のプール満喫
伏見で障がい者のつどい

障害のある人に水泳に親しんでもらう「障がい者水泳のつどい」がこのほど、京都市伏見区葭島金井戸町の府立伏見港公園温水プールで開かれた。今年は東京パラリンピックの開催もあり、参加者らは熱心に練習

に打ち込んでいた＝写真。
つどいは同公園と京都障害者スポーツ振興会が主催し、公園が完成した1982年から38年間、毎月第3日曜の午後1時30分から開いている。障害のある人とその家族、介護者が対象で、無料で参加できる。

2月のつどいには障害のある人と家族、介助者、ボランティアら24人が参加した。平泳ぎやクロールなどの練習に励む参加者や、ボランティアの指導を受けながらビート板を使ったりして泳ぎを学ぶ人もいた。

参加した、京都市西京区の廣田祥吾さん(19)は「1年前から毎月参加しています。水泳が好きなので、練習して上手に泳げるようになってきてうれしいです」と話していた。

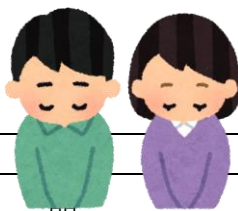
2020年2月24日京都新聞

お願い

3月に予定されている多くの行事が、新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため中止となっています。

参加される前に振興会か施設にご確認下さい。

**感染症拡大防止に
ご協力ください**



中止のお知らせ

3月7日(土)・8日(日)に開催を予定しておりました「天皇盃第31回全国車いす駅伝競走大会」は新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため中止となりました。

天皇陛下御即位記念
天皇盃第31回全国車いす
駅伝競走大会

おめでとうございます
「京都スポーツの殿堂」
表彰
北村友里さん(水泳)
アテネパラリンピック
(平成16年)
北京パラリンピック
(平成20年)
それぞれ入賞
令和元年京都府スポーツ賞
受賞
優秀賞 大槻浩二さん
(陸上)
優秀賞 寺村真美子さん
(水泳)