

戸山サンライズ

特集

ロンドン2012 パラリンピック競技大会

【レクリエーション】地域の仲間づくりの仕掛け人を楽しみませんか

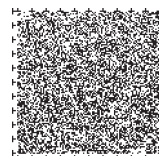
【グラビア】第27回障害者による書道・写真全国コンテスト
結果発表

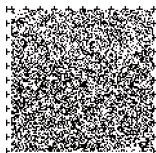
2012年

秋号



全国障害者総合福祉センター





←これは、SPコードです。
専用読み取り装置の使用により、誌面の内容の音声出力が可能です。

第27回障害者による書道・写真全国コンテスト

写真部門 金賞「なかよし」
神奈川県 千田 公一

(作品PR)

冬の温泉猿撮影会に行ったのですが、先生が声をかけたら振り向いてくれました。あどけない双子のような小猿でした。

(寸評)

温泉に入り、リラックスしている猿たち。振り向いた顔が全く「人狎れ」していて、友達を見るような目つきがかっちり、シャープに捉えられていて、楽しい写真です。



このコンテストは、障害者の文化活動等の推進を図ることで技術の向上、自立への促進並びに積極的な社会参加を目的として、(公財)日本障害者リハビリテーション協会(全国障害者総合福祉センター)の主催により毎年開催されているものです。第27回を迎えた今回のコンテストでも、全国各地より245点(写真部門)にのぼる素晴らしい作品の数々がよせられました。

目次

2012年秋号

■特集：ロンドン2012パラリンピック競技大会

- 2012ロンドンパラリンピック競技大会の報告—————中森 邦男 1
はじめてのパラリンピック—————正木 健人・高桑 早生・秋元 妙美 6

■スポーツ

- 世界の頂点に立ったアスリートたち
～ゴールボール女子日本代表チームの歩み～—————江黒 直樹 9

■レクリエーション

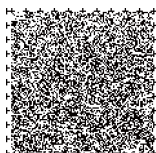
- 地域の仲間づくりの仕掛け人を楽しみませんか—————小久保信幸 12

■グラビア

- 「第27回障害者による書道・写真全国コンテスト」結果発表————— 15

■お知らせ

- 戸山サンライズへようこそ————— 25





2012ロンドンパラリンピック競技大会の報告

(公財)日本障害者スポーツ協会日本パラリンピック委員会事務局長
 ロンドン2012パラリンピック競技大会 日本代表選手団 団長
 中森 邦男

1. はじめに

2012ロンドンパラリンピック競技大会（第14回夏季大会・以下、「ロンドンパラリンピック」）は、オリンピックに引き続き、2012年8月29日（水・開会式）から9月9日（日・閉会式）までの12日間、ロンドンを中心に開催されました。ロンドンパラリンピックは、過去最多の164カ国・地域から約4,310人の選手が参加し、20競技に熱戦が繰り広げられ、過去最大の規模の大会となりました。今回の大会では、2000年のシドニー大会以降参加が途絶えていた知的障害者が陸上競技、水泳、卓球

の3競技に参加しました。メインスタジアムのあるオリンピック公園の会場設定、大会及び競技運営やボランティアの質など最高の運営がされ、さらに、英国人の大観衆に代表されるスポーツの豊かさを感じることができた素晴らしい大会となりました。

日本代表選手団は、17競技に134名の代表選手が参加し、5個の金メダル、5個の銀メダルと6個の銅メダルを獲得しました。女子ゴールボールチームが夏・冬のパラリンピックで団体競技初の金メダルを獲得し、日本のパラリンピック史上に



開会式





残る偉業を成し遂げました。日本代表選手団は、北京大会を上回るメダル数と団体競技のメダル獲得を目標としましたが、金メダル数では同数、総数で11個減となり、北京大会には及びませんでした。各選手は、自己記録を更新するなど自己の競技能力を最大限に発揮しましたが、他国の選手団の競技力向上に差がついた印象です。



ロンドン2012 ゴールボール優勝 歴史的快挙

2. ロンドン大会の特記事項

この大会は、2001年に国際オリンピック委員会と国際パラリンピック委員会が合意書を交わし、オリンピック招致にパラリンピック開催を含むことが決定してから2回目の夏季大会となりました。ロンドン大会では新たな取り組みとして、アクレディテーション(大会身分証)の適用緩和により、選手団やNPC関係者が、大会への参加、観戦がしやすくなったことや選手の家族、友人に対するチケット購入が保障されたことなどによりパラリンピック大会のサービスが進みました。

1) 円熟したボランティアが参加

日本代表選手団には12名のアシスタント(チームボランティア)が割り当てられ、イギリス人のリタイアした男性、イギリス在住の日本人の女性が中心に構成され、選手団運営を多くの場面で支援いただき、大いに助けられました。選手団アシスタント



を含め多くのボランティアに共通していたことは、選手が主役であることを貫いていることと、選手団、競技運営、式典などを支えることを喜びとするボランティア精神、そしてそれを誇りに活動している姿がとても素晴らしく感じられました。ボランティアとは、本人の時間を使って、無償で与えられた仕事を真摯に遂行することで、その活動に喜びをもってすることの重要性を改めて教えられたような気がしました。

2) 主催国イギリス選手団の大活躍

オリンピックとパラリンピックの一体化が感じられた大会でした。UK スポーツによる、オリンピックとパラリンピックの強化、TV放送にオリンピック、パラリンピックを一緒に出演させる大会PRを実施しました。教育プログラムでは数年間にわたり学校を訪問した選手が直接、競技説明や実技でふれあいを持ち、大会の寄付付の高額チケットから、子どもたちの交通費、入場料そして食事にあてられ、多くの子どもが大会を観戦することができました。その結果、英国内でパラリンピックも大いに盛り上がり、オリンピックに負けにくいくらい、多くの英国人が会場に足を運び、メインスタジアムで行われた陸上競技では、予選、決勝ともに8万人の観客が詰め掛け、イギリス選手が姿を現すと会場が揺れるほどの歓声が上がり、選手にとっては最高の舞台となりました。閉会式の翌日には、オリンピック選手とパラリンピック選手の合同パレードが実施され、セントポール寺院からバッキンガム宮殿までの沿道には、100万人の市民が賞賛の大声援を送り、大成功に幕を閉じました。

3) 知的障害者のパラリンピック参加

2000年のシドニー大会から3大会ぶりに知的障害者がパラリンピックに参加することができ、陸上競技、水泳、卓球の3競技に限定的に種目が設定されました。国際知的障害者スポーツ連盟と国際パラリンピック委員会がワーキンググループを



設置し、数年をかけて、知的障害者のクラス分けの方法を研究し、テストイベントを経てパラリンピック参加につなげることとなりました。今後、知的障害者のパラリンピック参加が広がるのが期待できます。

3. ますますエリート化するパラリンピック

北京大会で472に減少したメダル種目数は、ロンドン大会では知的障害者のメダル種目が14種目設定されたことと合わせ、若干増加し、503種目が実施されました。表1は最近4大会のパラリンピックにおける金メダルおよび総メダルの獲得率を示したもので、現在のパラリンピックにおける各国の競技力向上の取り組みは、北京大会を契機に格段に向上し、オリンピック同様に国を挙げての強化が不可欠な状況になりました。ロンドンパラリンピックは、164ヶ国の参加国中、上位10ヶ国で、金メダルの64%、総メダルの59%のメダルを獲得するなど、ますますパラリンピックのエリート化が進み、上位国によるメダル独占が進んでいます。

4. 日本代表選手団

1) 参加選手数・メダル獲得数

個人競技の参加数は2000年大会の115名を最多に、徐々に参加数を減らし2012大会では、知的障害者の7名が加わったにもかかわらず93名と4大会連続その数を減らしました。団体競技では2008年大会を最多に、2012年大会では、その中で2チームが予選会で敗退し参加資格を失うこととなりました。ロンドン大会の金メダルおよび総メダル獲得は、最近6大会の中で最も低いレベルとなりました。国別の金メダルランキングでも、17位から24位と大きく順位を落としました。これは、パラリンピックの競技力が向上し、日本選手団の参加資格やメダル獲得が、以前より厳しくなったこととなります。

2) 成績

個人競技の成績を前回と比較した場合、成績が向上した団体が5団体（初出場も含む）で、成績が低下した団体が6団体でした。メダルを獲得した団体の成績では、成績向上した団体が2団体で、成績が低下した団体が4団体でした。競技別には、

(表1) パラリンピック上位10ヶ国のメダル獲得率

	2012 ロンドン大会		2008 北京大会		2004 アテネ大会		2000 シドニー大会	
	金メダル	総メダル	金メダル	総メダル	金メダル	総メダル	金メダル	総メダル
1位の国	18.9%	15.2%	18.8%	14.7%	12.1%	9.0%	11.5%	9.0%
1位から5位の合計	45.5%	40.8%	45.2%	39.5%	34.5%	31.6%	39.3%	35.7%
1位から10位の合計	64.2%	59.4%	64.1%	56.8%	53.4%	52.6%	60.5%	56.1%
メダル数	503	1523	473	1431	519	1568	550	1660
参加NPC数	164		146		135		122	

(表2) 日本選手団の参加数・メダル獲得数

大会年	選手数			メダル数				国別金メダル ランキング
	個人競技	団体競技	合計	金	銀	銅	計	
2012	93	41	134	5	5	6	16	24
2008	98	64	162	5	14	8	27	17
2004	109	54	163	17	15	20	52	10
2000	115	36	151	13	17	11	41	12
1996	58	23	81	14	10	12	36	10
1992	53	22	75	7	8	15	30	17





陸上競技が12個(金2)から4個(金0)、水泳が5個(金1)から7個(金1)、柔道が1個(銀1)から1個(金1)、アーチェリーが1個(銀1)から0個、自転車車が6個(金1)から1個(銅1)、そして車椅子テニスが2個(金1)から1個(金1)でした。選手の多くは自己ベストを更新するなど競技レベルを上げての参加でしたが、さらに各国の競技力向上が日本選手を上回ったことが原因となっています。

団体競技の参加は、北京大会から2競技が予選会で敗退し、4競技の参加となり、その中で成績向上が3団体で、成績低下が1団体でした。2競技が準決勝に進出し、女子ゴールボールチームが見事優勝し、日本のパラリンピック史上最高の金メダル獲得となり、日本選手団に大きな歴史を刻

む事ができました。ウィルチェアーラグビーは、3位決定戦で惜しくも敗退し、残念ながら4位となりメダルを逃すこととなりました。シッティングバレーボール女子はパラリンピックで初勝利を得ることができました。

3) 特記すべき成績

ゴールボール女子は北京大会以降、ロンドンでの金メダルを目標に、ゲーム分析を徹底し、多くの国際大会参加による経験や個々の選手の身体能力の強化など新しい科学的な取り組みの成果が偉業に結びつきました。車いすテニスの国枝選手は、初のパラリンピック2連覇達成は、怪我を克服しての本人の努力が一番ですが、日常の練習を支える、強化拠点、専任コーチやトレーナーなどの支援体制の充実が偉業達成となりました。知的障害

(表3) 日本代表選手団の競技別成績

No	競技名	2012					2008					2004					
		人数	金	銀	銅	計	人数	金	銀	銅	計	人数	金	銀	銅	計	
1	陸上競技	身体	33	0	3	1	4	32	2	7	3	12	34	7	4	7	18
		知的	3	5位													
2	自転車	3	0	0	1	1	4	1	3	2	6	4	0	1	1	2	
3	水泳	身体	13	1	2	3	6	18	1	2	2	5	24	8	6	9	23
		知的	3	1	0	0	1										
4	車いすテニス	9	1	0	0	1	9	1	1	0	2	8	1	0	0	1	
5	柔道	8	1	0	0	1	9	0	1	0	1	7	1	2	1	4	
6	アーチェリー	3	5位				10	0	1	0	1	7	0	2	1	3	
7	卓球	身体	3	5位				2	5位				10	4位			
		知的	1	予選敗退													
8	ボッチャ	5	7位				4	5位				0					
9	パワーリフティング	3	6位				1	8位				1	8位				
10	射撃	2	21位				5	8位				6	7位				
11	馬術	1	12位				1	12位				1	12位				
12	車いすフェンシング	0					1	12位				2	13位				
13	ボート	1	11位				2	12位									
14	セーリング	3	14位				0					5	14位				
15	車椅子バスケットボール	男子	12	9位				12	7位				12	8位			
		女子	0					12	4位				12	5位			
16	ゴールボール	男子	0					0					0				
		女子	6	1位				6	7位				6	3位			
17	シッティングバレーボール	男子	0					12	8位				12	7位			
		女子	11	7位				12	8位				0				
18	ウィルチェアーラグビー	12	4位				12	7位				12	8位				
19	5人制サッカー(視覚)	0					0					0					
20	7人制サッカー(CP)	0					0					0					

*メダル欄の競技の順位は、その競技の参加選手の中で最も良い選手の成績を表す
 *灰色で塗りつぶした箇所は実施されなかった競技、障害を表す





者水泳では、3大会ぶりのパラリンピック参加の中、身体障害者のメンバーの支援を受け、専任コーチが死去する中、田中選手はこれまでの記録を大きく更新する世界記録で優勝し、日本のパラリンピック史上、知的障害者の初の金メダル獲得となりました。



国枝選手



田中選手

5. まとめ

パラリンピックは北京大会を契機に、オリンピックと同じように、人間の限界を迫及し、最先端のスポーツ科学を背景とした効果的トレーニングがなければ勝てない状況になりました。ロンドン大会でもその競技力はさらに向上し、主催国の国を挙げての強化の前に、強化費が大幅に増額されたにもかかわらず、日本選手団のメダル獲得は最近6大会の中で最少となりました。

リオデジャネイロパラリンピック参加に向け、ロンドン大会を上回る成績を上げるためには、従来からの課題を克服することが必要となります。第1に政府の支援として、障害者スポーツの強化

策の策定や、厚生労働省と文部科学省との緻密な連携があげられます。

第2にボランティアスタッフ中心の競技団体に対しては、専用事務所や専従職員の設置により基盤を整備し、さらに、国際資格を含めた強化スタッフの育成などがあげられます。第3に選手の社会生活を保障し、仕事と強化の両立ができる環境があげられます。そして、選手強化を担当するコーチ、トレーナーやその他の強化スタッフへの経済的な支援、国際大会参加支援などがあげられます。

さらに、次のステップとして、最新のスポーツ科学に基づいた支援があげられます。これには、現在も実施している当協会の専門委員会の科学委員会、医学委員会及び技術委員会との連携をより深め、さらにきめ細かい体制を構築することです。さらに、ロンドンオリンピックの日本選手団の成績は、世界の10位以内に位置し、国際的な競技力は世界最高水準にあり、この一般スポーツの支援があればパラリンピックの競技力向上は潜在的に高い状況にあります。これには、ナショナルトレーニングセンター、国立スポーツ科学センター、JOC、JOC 加盟競技団体、日本スポーツ振興センター、また、体育大学などとの連携を作ることや深めていくことも有効な手段となります。

これらの課題改善・克服は大きな労力を要することになりますが、関係する組織や部署と連携を図り、創意・工夫をもって進めていきたいと思っています。



はじめてのパラリンピック

徳島県立盲学校

正木 健人

慶應義塾大学

高桑 早生

秋元 妙美

ロンドンパラリンピックを終えて

徳島県立盲学校 正木 健人

視覚障害者柔道競技 男子100kg超級 優勝

僕が柔道を始めたのは中学に入ってからで、小さい時から仲が良かった1学年上の先輩に誘われて始めました。始めたころは走りこみや受け身の練習ばかりですごく辛かったです。半年くらいたったとき初めて出た県大会で優勝してその辺から柔道が好きになりました。中学時代はそんな感じで楽しく部活をしていました。高校に入ってから柔道は続けたのですが進学した高校が育英高校で初めて本格的指導を受けて厳しさというのを感じました。逃げ出したくなるくらい自分の中では厳しくて、楽しかったのが逆に嫌で嫌で仕方ないくらい練習がきつかったです。しかしその厳しい練習のおかげで高校3年の時はいい成績を残すことができ踏ん張ってきてよかったと思いました。結果を残すためには厳しい練習は絶対にしなければいけないだと思いました。そう思い大学は名門の天理大学に進学しました。ここでは全国レベルの選手ばかりが集まっていて初めて自分より強い相手ばかりがいる環境で練習しました。そして自分の未熟さを思い知らされました。大学4年間で残した成績は団体戦で全国2位のメンバーに入ったものの、個人戦の成績はありませんでした。その時初めて思いました。この環境の中では指導者に管理してもらうのではなく自分で自分のことを高めていかなければならない、強くなりたい、試合に勝ちたい、この気持ちが自分には足りなかったと思います。それが結果に出ていました。

そして次に待っていたのが就職です。僕はこの時初めて視覚障害があることに気づきました。希望していた警察・刑務官は無理だと言われました。

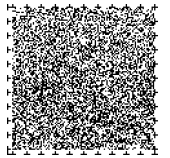
そんなとき徳島県立盲学校の先生から声をかけていただいてあん摩・マッサージ・指圧師の国家資格を目

指すことになりました。その話の後に「パラリンピックを目指さないか」と言われ視覚障害者柔道を始めることになりました。今まで周りの人よりも少し見にくいと思っていた自分の視覚がそこまで悪いとは思わなかったので、競技を始めた時は自分の中ですごく葛藤がありました。今まで健常者の中で小さいことで苦労したこともあったが、生活してきて、ここにきてこの世界に入ることに自分の中で違和感がありました。もともと僕の中で視覚障害者柔道は全盲の人だけができるものだと思っていたからです。「見えている自分がやっているのか」そんなことを考えながら初めて全日本視覚障害者柔道の合宿に参加しました。参加した選手と話してみたら自分と同じぐらいの目の悪い人たちがばかりで、もちろん全盲の選手もいましたが、でも自分の中ですごく胸に迫るものがありました。今までの環境では自分と同じぐらいの視力の人がいなかったので自分の目がどのくらい悪いのか深く考えたことがなかったので気づいていませんでした。しかし参加した合宿で自分と同等もしくはそれ以下の人たちと触れ合っ初めて心の底から理解しあえる人たちと出会えた、そんな気がしました。

そして視覚障害者柔道をしだしてから初めて試合に出ることになりました。IBSA世界選手権大会は初めてだらけの大会でしたが、今までの柔道人生で一番良い内容で優勝することができました。この結果パラリンピックの出場権を得ることができパラリンピック本番でも絶対優勝



写真：エックスワン



できると自信も付きました。そして今回のロンドンパラリンピックを終えて大会前に掲げた目標の「全試合一本勝ち」を達成できず非常に悔しかったのですが、最低限の結果は残せたので応援してくれた人たちの期待には答えられたかなと思います。でも自分の中では全然満足していません。応援してくれた人たちや、日本に帰ってきてから祝福してくれた人たちには失礼だと思いますが、僕はこの結果で喜んでいいとは思えないのです。この先出る大会を勝ち続けて最終目標である4連覇を達成したときに初めて満足できるのではないかなと思います。今は2年後のアジアパラリンピックに向けて稽古を積み重ねていこうと思います。



写真：エックスワン

初めてのパラリンピックを終えて

慶應義塾大学 高桑 早生

陸上競技 100m、200m、走幅跳

女子 T44 100m 7位 女子 T44 200m 7位

走幅跳 15位

私が陸上競技を始めたのは高校1年生の時です。小学生の頃からテニスをやっていたのですが、中学1年で左脚膝下を切断しテニスを続けていくことに限界を感じていました。高校進学を機に新しいことを初めて見ようと思い、また私の義足を作ってくれている義肢装具士さんが陸上競技をやっていたこともあり、陸上競技部への入部を決めました。健常の生徒と一緒に練習する環境は、私を大きく成長させました。自分の身体を思い切り動かし、当時はやればやるほど記録が伸びていったので、高校3年間で陸上競技にのめり込んでいきました。その頃からパラリンピック出場を目指すようになり、大学進学の際にははっきりとロンドンパラリンピック出場を目標に掲げ、慶應義塾体育會競走部の門を叩きました。大学進学後の部活動は、高校以上に厳しいものです。勉強に練習に、がむしゃらになってロンドンパラ選考シーズンを過ごしました。



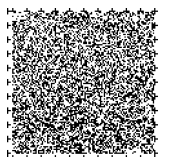
写真：エックスワン

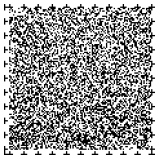
ロンドンパラリンピックに出場させていただき、結果は100mと200mで入賞することができました。初めてのパラリンピックで、しかも先シーズンから特に力を入れてきた短距離種目で入賞できたことは自信になり、私自身の成長を表せたと思います。今後も世界の舞台で戦うにあたっての大きなステップになりました。ここからさらに記録を伸ばせるよう、結果に甘んじること無く頑張っていきたいです。走幅跳は肩の力を抜きすぎてしまいました。助走も踏切も決して悪くありませんでしたが、思い切って跳び上がることができませんでした。ロンドンに入ってから100m200mにばかり気を取られ、走幅跳に関してはほぼノープランで挑んでしまいました。しかし、総じて試合を楽しむことができました。次に向けて素晴らしい経験になりました。



写真：エックスワン

今後の目標としては、引き続き100m200mに力を入れていきたいと思っています。レースの課題は後半にあるので、今以上に走り込みを重ねることで改善していきたいです。また、フォーム改善により無駄の無い動きを目指したいと思います。これまでも義足で走ることにについて思考を重ねながら練習してきましたが、今後はパラリンピックでのレースをもとに他の選手と比較しながら無駄の無い理想的なフォームを作り上げていきたいと思っています。そして、4年後のパラリンピックに向けてまた一からやり直していきます。





夢と希望をひろげるために

秋元 妙美

ボッチャ Team BC1/BC2 7位入賞

もともとスポーツ(というより体を動かすこと)が好きで、少しでもできると思ったものはなんでもやってきました。しかも負けず嫌いであって、「競争」というものにあこがれがあった。しかし、脳性まひのアテトーゼでまともに動かせる部位のない私が競技として続けていけるスポーツには出合えなかった。そんな私が大学3年の時、唯一パラリンピックを目指せる競技「ボッチャ」に出会い、のめりこまないはずはなかった。国際大会に初めて参加した際、国内では味わったことのない緊張感と一選手としての自覚に立たされたことに感激した。またシドニーパラリンピックを観戦に行った際、自分よりも重度の選手がアスリートとしての魅力を放っていた姿に「この舞台でプレーして私もあんな選手のようにカッコ良く魅せたい」と決意した。

現在、私は日常的なことは介助者のサポートを受けながらの一人暮らしで、自立生活センターの活動をしている。障害者自立生活運動(IL)に携わる中で、現状の日本の制度下、あるいは社会の中では、生活基盤さえままならない状況で、障害が重度であるほど夢を描けないのを目の当たりにしてきた。だから、もう1つの決意が加わった。

「全ての障害者が夢を持って生きる地域社会にしていくために、道を切り開いていきたい、そのためにILもボッチャ競技も続けていく」と。

そんな思いを根底に置き、様々なサポートを受けながら地域で生活し、夢を持って生きるロールモデルになると続けていたものの、年々体のコントロールが難しくなっていた。当初は手でボールを放っていたが、筋緊張の強まりにより、握ることさえ容易ではなくなった。コーチに相談し、上肢より緊張が少ない足でけるフォームに変えることにした。努力すれば投げられるのではないかと葛藤したが、競技を続けていける方を選んだ。生活スタイルもできる限り緊張が強まらないように工夫した。とはいえ、好不調の繰り返しで、変化する体にいら立ったこともたびたびあった。メンタルトレーニングを取り入れ、実践練習を控えるなど、必要なトレーニングを取捨選択し、昨年のワールドカップで結果を出せるまでの形になった。この1年は体のケア(リラクセス・疲労を除く等)に

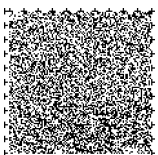
重点を置くようにし、なるべく体への負担を軽減するために、生活スタイル・車いすでの姿勢・フォームの見直し、靴の改良を監督・コーチ・アシスタントの弟とともにやってきた。そして迎えたパラリンピック。私にとって今までの総決算と位置づけ、チームで自分の役割を果たすこと、今までの練習の成果をベストパフォーマンスとして発揮することを念頭に置いた。

日本選手権すら、自身にプレッシャーをかけ過ぎていつも実力を出し切れずに終わることが多いにもかかわらず、会場の雰囲気を楽しみながら、今まで積み重ねてきた練習の成果を出し切れた。また、チームとしても、どんな状況でも雰囲気が沈まず、全員でゲームを作っていく気持ちが途切れることはなかった。選手とともにスタッフとのチームワークがよく、全員の信頼感が何よりも強みだった。メダルには届かなかったが、しっかりこれまで積み上げてきたものを発揮し、7位入賞に結びつけた。本当に多くの人にサポートしていただいたおかげで、夢の舞台で思い描いていた以上のベストパフォーマンスを出せた。感謝が尽きない。メディアにも多く取り上げていただき、僅かながら道を開けたと思っている。

今後はスポーツを楽しむことから競技まで、自分の経験を生かしながら、様々な視点からサポートしていくとともに、どのような障害があっても地域の中で夢や希望(目標)を持って生きていける社会にする活動を進めていきたい。

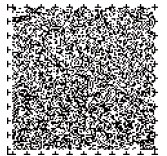


写真：エクスワン





世界の頂点に立ったアスリートたち ～ゴールボール女子日本代表チームの歩み～



国立障害者リハビリテーションセンター

ゴールボール女子日本代表ヘッドコーチ **江黒 直樹**

2012年8月29日から9月9日、ロンドン2012パラリンピックが行われました。ゴールボール競技には、日本から女子チームが出場しました。その結果、アテネ大会銅メダル以来、また日本団体競技初の金メダル獲得という快挙を達成することができました。ここに至るまで国内合宿、海外遠征を重ね、その中で多くの方々よりご支援、応援を頂き、パラリンピックという大舞台で、選手個々の力が最大限に発揮されたと共に、またチームとしてのまとまり＝チーム力が、今回最高の結果へと結実させることができました。

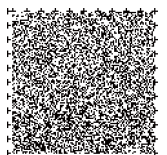


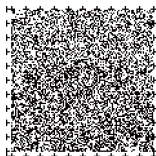
ゴールボール会場のコッパーボックス

今大会には、女子選手6名、コーチ3名のチーム構成で、目標は「金メダル、世界一」を合い言葉にチーム作りを行いました。代表選手の年齢は10代から30代まで、視力センター卒業生が3名、大学生2名、高校生1名でした。それぞれに視覚に障害をもってからスポーツを始め、競技歴もパラリンピック3回目の出場となる小宮選手や、ゴールボール競技をはじめて1年余りの欠端選手までいました。今回主力3選手であった小宮選手、浦田選手、安達選手は共に福岡視力障害センターの同窓生、小宮選手がアテネ大会で銅メダルを獲得

したのをみて、あこがれてはじめてのが浦田選手、この2人の選手が練習しているのをみてはじめてのが安達選手で、浦田選手と安達選手は北京大会出場メンバーでした。それに2009東京ユース大会出場の中嶋選手、2011世界ユース大会出場の欠端選手と若杉選手でした。

ここに至るまで女子チームは、初のパラリンピック出場であった2004年のアテネ大会で銅メダルを獲得、「もっといい色のメダル獲得」を、と挑んだ2008年北京パラリンピックでは、外国チームの圧倒的な力強いバウンドボールと、スピードのあるボールに、日本チームの特徴であった守備が崩され、出場した8チーム中7位と敗れました。この北京大会での敗北による反省と分析、勝つために何が必要か考え、ロンドン2012パラリンピックに向けてチーム作りがはじまりました。その中で、4つのことを行いました。一つは、日本の特徴であった一文字シフトによる守備力をさらに強化するために、男子選手を相手に点を取られない守備隊形の工夫、たとえばボールを弾いても他の選手によるカバーを徹底するようにしました。二つ目は、攻撃面でアテネ大会では総得点8点、北京大会では19点であったため、得点力アップを目指し、元日本代表男子選手であった市川喬一氏をコーチに加え、攻撃のねらいや、点を取るための試合展開のイメージ作り、それを実行することを繰り返し行いました。この2つの守備と攻撃の強化は、これまで「守備で0点に抑えれば負けることはない」という考えから、「得点を入れて失点を0で抑える」という意識の転換を図ることになりました。3つ目は、肉体改造、選手の多くはスポーツの経験が少なく、そのため体の動きを知らず、何より





競技をしていく上での体ができていませんでした。そこで、日本パラリンピック委員会（JPC）よりトレーナーの門田正久氏を派遣して頂き、体作りを1から教えて頂きました。選手自身の体の特徴と、体のどの部分をどのように鍛えていけばよいか、一人一人にアドバイスをもらい、個々での日頃のトレーニングに生かすことができました。4つ目はメンタルの強化、チーム力向上と、大舞台に弱い精神力、ゲーム終了の笛が鳴るまでの集中力を、JPC より内田若希氏を派遣して頂き、選手との面談を通じ、選手の特性を把握して、課題の克服を図っていきました。さらに、大会本番、試合までの期間を利用して、JPC の心理の専門家より心理サポート講習会等を実施し、選手間、選手とスタッフ、さらにスタッフ間のコミュニケーション能力と、チーム力向上を強化することができました。長期間同じ人と共に生活する上で誰もが感じるストレスの軽減、さらに試合や勝負へのプレッシャーに対する心の安定（平常心）を常に保つことができました。金メダルを取るまで、最後まで気を抜かず勝つために何が必要かチーム全体で考え試合に臨むことができました。選手・コーチ全員が「やるべき事はすべてやった」という思いが、入場行進の時に観客声援に自然と満面の笑みをうかべながら手を振って答えた姿になりました。



入場するところ

試合結果

女子の参加国は10カ国で、5カ国ずつ2グループに分かれ総当たりの予選リーグと、各リーグ上位4ヶ国、計8カ国による決勝トーナメントで試合が行われました。

日本は、グループDでパラリンピック前の世界ランキングは6位、

同グループには、ランキング2位のアメリカ、3位のスウェーデン、4位のカナダ、8位のオーストラリアがいました。

予選リーグ戦の結果は次の通りです。

8月31日 対オーストラリア 3対1 勝ち

これまで戦績から相性が良い相手でしたが、想定外の守備隊形により思うような展開に持ち込むことができず苦戦しました。

9月1日 対アメリカ 2対1 勝ち

センターを浦田選手から欠端選手に代えました。7月のアメリカ遠征で実績を残しての起用でしたが、結果を残しました。

9月2日 対スウェーデン 0対0 引き分け

レギュラー選手に疲れが見え、小刻みな選手交代を行い、攻撃力のあるスウェーデンを無失点に抑えることができました。

9月3日 対カナダ 0対1 負け

安達選手が体調不良で欠場、控え選手の起用となりました。後半早々、17歳の若杉選手が出場、1投目にハイボールの反則、ペナルティスローを決められました。若杉選手にとっては初の大舞台で非常に緊張していました。今後につながる貴重な経験をすることができました。

予選成績 2勝1敗1分け（勝ち点7）グループD 2位で予選を通過しました。

■女子予選リーグ最終順位

Cグループの順位

1位中国、2位イギリス、3位ブラジル、4位フィンランド、5位デンマーク

Dグループの順位

1位カナダ、2位日本、3位スウェーデン、4位アメリカ、5位オーストラリア

■決勝トーナメント

9月5日 準々決勝

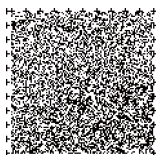
対ブラジル（Cプール3位） 2対0 勝ち

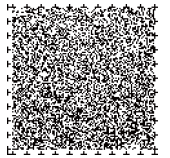
ブラジルは、これまで負けたことのない相手、日本チームの想定した試合展開ができました。

9月6日 準決勝

対スウェーデン 1対1 、エキストラスローの結果 3対2 合計 4対3で 勝ち

選手・ベンチの総力戦となりました。延長戦でも決着がつかなかったため、エキストラスローを行い3対3の同点に、サドンデスエキストラスローに突入、2巡目2人目の小宮選手が決め決着





しました。

※エクストラスローとは、サッカーのPK戦のように1対1で攻撃と守備を交互に行います。

9月7日 決勝

対中国 1対0 勝ち 金メダル獲得

前半、早々に安達選手が1点を決め、その後浦田選手のイリーガルディフェンスの反則があったもののペナルティスローを防ぎました。中国選手の力のあるバウンドボールに、速いボールをしっかり防ぎ、弾いても他の選手がカバーし、失点0で試合が終了し、金メダルを獲得しました。

※イリーガルディフェンスとは、守備をして良いラインを超えて守ること。反則となり、相手チームにペナルティスローが与えられます。



決勝 中国戦 ボールを抑える浦田選手



表彰式

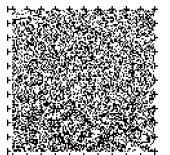
ゴールボール女子チームの今大会の目標は「世界一、金メダル獲得」でした。大会前、どれの方が本当に取るのだろうか、信じた人は少ないと思います。しかし、目標に向かって諦めなければ必ず実現することを証明することができました。選手には、眼に障害を持ったことでできないと簡単に諦めてしまったり、人に頼ってばかりするの

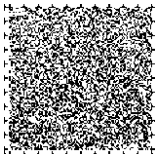
でなく、自分自身が周囲の人、他の選手やコーチ、スタッフなどに対して率先して関わっていくことを指導しました。あいさつ一つでも、してくれるのを待つだけでなく自分で気づいたらするようにさせました。そのような小さいことかもしれませんが、競技者として、人としても良くなるようにしていきました。月1度の国内の強化合宿は誰もが参加できますが、誰もが楽しくできる環境ではなく、月に1度の厳しい合宿では課題を克服することを常に求め、合宿毎に選手の順位付けをして、努力した者のみが生き残るという、過酷な面もありました。その結果、追い求めた日本チームらしい姿をパラリンピックという大舞台上で展開することができました。準決勝でスウェーデンとの死闘を制し、多くの方からメダルおめでとうと声をかけて頂きました。ありがとうと言いつつ、心の中では「何でおめでとうなの？銀メダルではダメ、目標は金メダル」、絶対取ると思っていました。決勝戦の中国戦では、「日本の勝ち方は1対0といった僅差の勝利、忍耐強く相手の攻撃を耐え、最少失点に抑え、少ないチャンスをもに勝利する」という、まさに日本チームが理想とした戦い方をすることができました。

日本に帰国して4ヶ月が経ちますが、多くのメディアの方に金メダル獲得について取り上げて頂き、ゴールボール競技が広く認知されるようになってきました。また、小学校や様々な地域イベントにも講演の依頼等が数多く寄せられるようになりました。多くの方々にゴールボール競技を楽しんでもらえるように積極的な普及活動にも力を入れていきたいと考えています。

すでにパラリンピック二連覇を期待する声ですでに聞かれますが、2016年のリオデジャネイロパラリンピックに向けてチーム作りがはじまりました。今度は、世界から目標とされる、追われる立場になります。選手には今まで通り今できる事をしっかり行い、時には特別な強化も必要ですが基本を大切に練習に励むよう言っております。

これまで合宿でお世話になった多くの施設の方々、ボランティアとして携わって頂いた皆さん、また多大な応援をして頂いた皆さん本当にありがとうございました。今後ご支援、ご声援よろしくお祈りします。





地域の仲間づくりの仕掛け人を楽しみませんか

公益財団法人 日本レクリエーション協会
レクリエーション支援者育成チーム マネージャー

小久保 信幸

1. 誰もが、いつでも、どこでもレクリエーションを(スマイル・フォー・オールの願いとともに)

私どもの協会は、レクリエーションの普及・推進を使命とした運動を展開する民間団体です(既に活動は60年を超えました)。私どもの視点からは、楽しい活動を通して、特に心の面から元気を回復しようとする私たちひとりひとりの営み=レクリエーションということができます。

さて、障がいのあるなしにかかわらず、多くの人から、笑顔が失われつつあるようです。そのような世の中だからこそ、みんなの笑顔を取り戻す「スマイル・フォー・オール」の願いとともに、全国47都道府県レクリエーション協会、600ほどの市町村レクリエーション協会、9万人ほどのレクリエーション公認指導者、40を超える加盟種目団体の皆さんと力をあわせて、なお一層のレクリエーション運動の推進に努めています。

2. 誰もが夢中になれるニュースポーツ

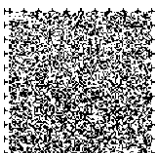
スポーツを楽しむこと(そのことを通して元気を回復すること)もまたレクリエーションのひとつ。読者の皆さんに親しい話題は、楽しみやすいスポーツ種目ではないでしょうか。私どもの協会には、「ニュースポーツ」といわれる種目の普及団体が加盟しています。ニュースポーツには、共通して、大きく2つの特長があります。ひとつは、幅広い人が楽しめること。もう一つは、短い時間で夢中になれること(そして、競技スポーツと同じく長く楽しめる奥深さもあります)。

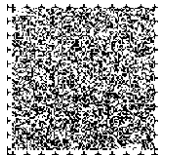
例えば、「車いすダンス」。車いすを利用する人とそうでない人がペアになって、息をあわせて自己表現を楽しみます。老若男女、誰もが気軽に楽しめ、すぐに夢中になれるだけでなく、表現の方法も多様で奥深く、数年間では、とても楽しみ尽くすことはできません。



車椅子レクダンス普及会ホームページより

例えば、「ユニカール」(カーリングをもとに、誰でも楽しめる(ユニバーサル)なゲームとして開発)。円盤(ストーン)を押して滑らせる。コートの端には円形の的があって、その中心にストーンを寄せる、といった楽しみ方(場所は体育館等)。ストーンの押し方(コントロール)や力加減(距離感)といった個人技が、実に微妙で、いろいろ試しているうちに上達でき、知らないうちに夢中になってしまいます。また、チームゲームなので、作戦を考える楽しみもあります。考える時間が十分にあるため、始めたばかりの人でも良いアイデアを出せます。とはいえ、奥深さもなかなかのもの。プレイごとにかわる相手チームや自分のチームのストーンの位置を見計らい、最終的に一番良





いストーンの置き場所は、と作戦を考える。そして、狙った場所にストーンを到達させるために、どんな力加減でどんなコースに滑らせるか、と個人技を総動員する。障がいのある人もない人も、生涯にわたって味わい続けられる楽しさです。



滝野川公園ブログより

読者の皆さんにお馴染みのボッチャに似たルール、楽しみ方で、幅広く仲間が集って楽しめるニュースポーツも沢山あります（例えばベタンク）。また、クールに構え、的にめがけて矢をなげ得点を競うダーツも、年齢、性別、障がいのあるなしにかかわらず楽しめるニュースポーツです。最近では、吹矢も人気で（楽しみ方はダーツと同じ）、呼吸の機能を鍛える健康法としても注目されています。ひとりでも楽しめる種目、家族や友人と気軽に楽しめる種目などなど多数あって、とても紹介しきれません。是非当協会のホームページを開いて、様々な種目や気軽に楽しめるグッズ情報の探求を楽しんでください（URL:<http://www.recreation.or.jp/>）。

3. 交流を楽しみ、仲間と出会う場

全国の都道府県レクリエーション協会や市町村レクリエーション協会は、地域のイベントや様々な関係施設に出向いてニュースポーツ体験などを実施しています。今後も、こうした、障がいのある方が、気が向いた時に、気持ちにぴったりの楽しみ方を見つけられる機会、そして、私たちレクリエーション関係者との交流を楽しんでいただける機会を増やしていきたいと考えています。

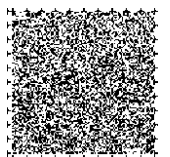
今年度から新しい取り組みもはじまりました。文部科学省と共同で、①障がいのある人と障がいのない人がともにニュースポーツなどを楽しみ、喜びを分かち合うこと、②こうした交流をその場で終わらせるのではなく、その後のお付き合いにつなげることを、の2つを目的とした交流イベントの実施です（全国14地域での実施。「スポーツ・レクリエーションの新たな一歩」と称しています）。

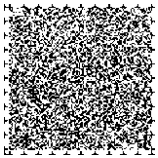
障がいのある人にとっても障がいのない人にとっても、日常的にスポーツを楽しむために欠かせない仲間。こうした仲間と出会う場が、全国各地で、頻繁に開かれるようになる。交流イベントの実施は、こうした目標に向けたはじめの一歩です。さらには、スポーツを通して出会った仲間が、スポーツという狭い世界にとどまらず、楽しく元気を回復して地域での心豊かな生活を支え合うレクリエーション仲間へと発展すること。こうしたさらに遠くの大きな目標へのチャレンジの始まりでもあります。



青空の下、ウォーキングで出会った仲間と記念撮影

さて、14地域では、それぞれ都道府県レクリエーション協会が中心となって、社会福祉協議会や障害者スポーツ協会、福祉関係施設、障がいのある人の関係団体、行政担当部署などが実行委員会を作っています。こうした実施体制づくりも、先に記した大きな目標に向けて、実施地域で息の長い取り組みをするための工夫のひとつです。



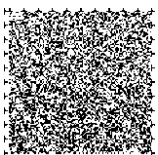


交流イベントの内容は、次の二点が柱になっています。ひとつは、オープンな交流プログラム。自然探訪や街歩きや宝探しなど参加者の年齢層に合わせ、みんなで一緒に楽しむ時間です。もうひとつは、選択的な体験ブース。参加者の心身の状況にあわせて様々な工夫を施したニュースポーツをいくつか用意して、参加者がそれぞれ好みのものを選び、個人やチームで楽しむ時間です。どちらの柱も、障がいのある参加者も障がいのない参加者も共に楽しむ、共に喜ぶことを最も大切にしています。その上で、地域の特徴、参加者の特徴に応じて、種目などを選び、工夫を施して、楽しいイベントが組み立てられています。



お馴染みのフライングディスクで障がいのある人とない人が競い合う

はじめの一步ということで、障がいのある人も障がいのない人もそれぞれ楽しむことはできても、共に楽しむことは実現できたり実現できなかったりという状況です。また、イベントでの交流から日頃のお付き合いへという発展も、施設の障がいのある人と地域の障がいのない人が地域の行事と一緒にでかけようと約束したり、地域のニュースポーツサークルに参加する約束をしたりといった例がいくつか現れているものの、まだまだこれからといった状況です。



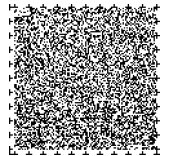
3B体操というニュースポーツの道具を使った風船バレーでラリーや対戦を楽しむ

4. イベントの仕掛け人を楽しむ

しかし、障がいのあるなしにかかわらず、ほとんどのイベント参加者から飛び切りの笑顔と「楽しかった」「次も絶対来るからね」という嬉しい言葉をいただいています。この成果を、お付き合いに広げていくためには、たくさんの課題があります。こうした課題をひとつひとつ解決していくために最も重要なことが、イベントの仕掛け人として活躍してくれる障がいのある人が増えることだと考えています。

障がいのある人とともにニュースポーツを楽しむということはどういうことなのか。どのようなきっかけや状況があれば、障がいのあるなしを超えた交流が生じやすいのか。また、どんな配慮や仕掛け(工夫)があれば、プレイを通じた交流が、日常のお付き合いへと発展していくのか。交流イベントを支えるボランティアスタッフをどのように発掘できるのか。ボランティアスタッフが安心して現場に出て、障がいのある人とない人の交流を支えるという活躍のためのトレーニングの内容と方法は。

こうした課題を解決するためのイベントの仕掛け人の仲間の中で、障がいがある人だからこその視点から意見を出し、意見をぶつけ合い、地域の財産として息長く続く交流イベントを少しずつ創りあげる。苦労もあります。しかし、一つのモノを仲間と作り上げる大きな喜びもあります。多くの読者の皆さんが、趣味、生きがい活動としてイベントの仕掛け人となり、私たちの新しい取り組みに参加していただけることを期待しています。



第27回 障害者による書道・写真全国コンテスト結果発表

「障害者による書道・写真全国コンテスト」は、障害者の完全参加と平等をスローガンとした1981年の国際障害者年を記念して、1984年に東京（新宿区戸山）に設置された全国障害者総合福祉センター（戸山サンライズ）が主催するもので、障害のある方々の文化・芸術活動の促進と技術の向上、またそれらの活動を通じた積極的な自己実現と社会参加の促進を目的に1986年から行っております。

毎回、たくさんのご応募をいただき誠にありがとうございます。

今回も全国から、書道部門815点、写真部門245点（うち、携帯フォトの部20点）、合計1080点という前回は上回る多数のご応募をいただきました。また、今回で6年目となる「携帯フォトの部」への応募も年々増え、過去最多の応募数となりました。作品を展覧していただいた皆様、ご協力くださいました関係各位にこの場を借りて厚く御礼申し上げます。

審査総評にもありますとおり、作品のレベルも向上し、甲乙付けがたく、審査は非常に難航いたしました。そのような中から、審査員の先生方の目に留まる素晴らしい作品を制作されました入賞者の皆様のお力には心より敬意を表します。ここに入賞された方々をご紹介します、入賞作品と審査員の寸評を掲載いたします。

審査総評

（書道部門）

今年度の出品者数は昨年より増加し800点の大会を超えました。それだけに入賞ラインの引き上げがあり大変な激戦となりました。

地域毎、あるいは各地のセンターを中心とした地味な取り組みが実を結んでいる証明であると思います。不自由な肢体を駆使しながらも、明るく前を向いて努力されている姿が窺われる作品ばかりでした。又パソコンを利用した大変モダンな作などもありました。しかし書は自筆の作が審査対象でありますので残念な結果となりました。が、今回の特徴としては半紙という小さな紙面で表現する困難さを考慮し、連落1/2の作品など半紙以外の大きなサイズの作品も審査対象として審査致しました。書を楽しみたい、リハビリに活かしたいという思いが十分に感じられる作品で、書的にも大変高度なものを見せておりました。

出品者はそれぞれの障害を乗り越えようとする強い意志を持ち、毛筆という自由にならない用具を使用して、自己表現や鍛錬に挑戦し続けている姿がよく表れておりました。自由にならない筆を使用するが為に表現できた喜びも表れておりました。今後も継続して頑張っって欲しいと思っておりました。毛筆は細かな動きが精神的にも肉体的にも要求されます。入賞作品はそれぞれ一境地を示して感動を呼ぶものばかりです。

渡部 會山

（創玄書道会審査会員、毎日書道展審査会員）

審査員一覧（敬称略）

渡部 會山（創玄書道会審査会員、毎日書道展審査会員）

高岩 震（フリーカメラマン、日本映画撮影監督協会会員）

炭谷 茂（公益財団法人 日本障害者リハビリテーション協会会長）

片石 修三（全国障害者総合福祉センター館長）

（写真部門）

写真を並べられた会場に入って、まず「今年は、全体、何と無く沈んで暗いな」という印象を持ちました。3.11の大震災、原発事故、放射能の拡散、気候の変動などが皆さんの写真にも反映しているのかなと、一瞬思いました。しかしよく見ていく中でそれは杞憂に過ぎないと解りました。

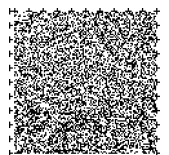
今までどちらかと言うと「仲良しクラブ」風の、手軽な写真があったので、明るかったけれど、「一見軽かった」ようです。今年は厳しい現実を目の前にして、写真を通して、自分を見つめ、社会を見つめる、落ち着いていながら、鋭い写真が多かったようです。それで一瞬「今年は重たい」と感じたのだと思います。

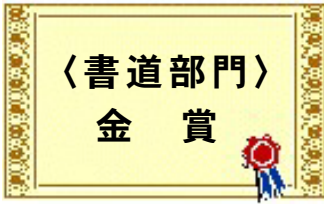
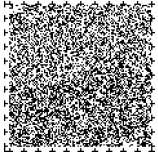
個々の作品の批評を書きながら、何度も写真を見直して、それらの奥に込められた皆さんの深い気持ちが胸の中にじっくり伝わってきました

批評を書き終わって、今、私が一番反省していることは、「銀賞、銅賞に決めた中に金賞に十分値する秀作があったこと。かと言って、差し替えるような金賞もまた無くて、我慢して頂くほか無いな」ということです。それほど皆さんのレベルが上がったと申し上げます。

高岩 震

（フリーカメラマン、日本映画撮影監督協会会員）





「絆」
青い海と黒く濁った海を想わせる墨色の変化に大震災に揺れ動く心を見せている。文字に籠められた思いが軽々と伝わってくる好作品です。
青森県 金成 郁弥



「希望の朝」
心を落ちつかせ白い半紙に向かう軽やかな緊張感が、朝の清々しい情感に結びついて迷いの無い運筆が見事です。心の豊かさを感じます。
千葉県 村杉 千代子



「楽しいよ!!」
長野県 本藤 智保
非常に楽しい作で心の昂揚が紙面一杯に溢れています。力強い線は生き生きとした生気を十分発揮して心強く思います。元気な姿が窺える作です。



「塊」
大阪府 平岡 章太
たっぷりの墨量で豊饒の海を思わせる作で大変伸びやかな線に惹かれます。悠揚迫らぬ大きな運腕は温かく伸びやかな線に結びつきました。



「風」
鳥取県 林 佳奈子
強く勢いのある線で表現された作品で緩急のリズムに優れたものがあります。軟毛の特性を上手に利用して書き上げた力は本物で見事です。



「風」
楽しい風です。軟毛の小気味良いタッチが白帆に風を受け、満帆とした船を思わせる作で一幅の絵を見るようにです。明るく澄んだ線質が見事です。
大分県 熊本 千恵子



「二弗為張元祖造像記『歩擧郎張』」
札幌市 小林 博之
しっかりとした臨書作品で六朝像造記をよく勉強しています。長い習練の賜物である線の強さを見せていますが、この線を生み出す努力と気力は驚きです。この精神力があれば怖いものなはずです。



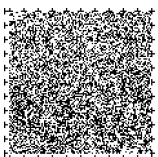
「わたしの夢」
淡墨のニジミの美しい作です。字形のゆがみが作品に動きを与えてのどかな風景の一場面を想わせます。運筆がこのニジミを上手に出しています。
仙台市 田中 琴絵

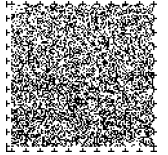


「山」
静岡県 山田 宗輔
紙面一杯にどっしりとした山が配置されて気宇の雄大さを感じます。日頃見慣れている富士山が心象風景として存在している様子が窺えます。



「若山牧水の歌」
へびとすぢの……」
広島市 上田 智恵美
若山牧水の歌を大きな運腕で書きあげた力に敬服します。流れや散布の妙を見るに感性の豊かさと共に習練の長さを感じさせる見事な作です。

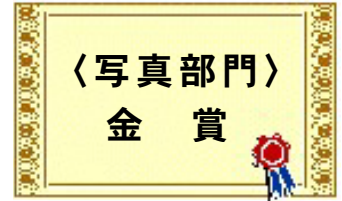




「エゾモモンガ(親と子)」
なんとも可愛い親子ですね。ちょうど300ミリを付けていた時、突然現れたモモンガをすかさず捉えた腕の芽えに感服します。
北海道 辰口 洋司



「捕食」
北海道 長澤 剛
流水の知床まで出かけて来て重たいズームを使って、獲物に挑む鷲に負けない闘志で撮影されたファイトと技術に敬意を表します。



「凍み大根の整列」
岩手県 松好 芳美
生活、生産の中で、仕事の対象の美しさを歌い上げることはとても素敵なことですね。大根の黄色と雪の白、並んだ影が歌う声が聞こえてきます。



「なかよし」
神奈川県 千田 公一
温泉に入り、リラックスしている猿たち。振り向いた顔が全く「人狎れ」していて、友達を見るような目つきががちり、シャープに捉えられていて、楽しい写真です。



「さあ お花見よ」
長野県 太田 登
伊那谷の春、厳しい冬が去って桜は満開。新入生の数は多くないけれど、新しい学校生活の出発の時ですね。桜の花が「おめでとう」と呼びかけています。



「絆(次に開くのは貴方だよ)」
岐阜県 松野 一二三
題名の意味よりも、構図の大胆さ、ひまわりの生命力を訴える力強さに感服しました。写真は文字より強いものだと思います。



「清ら(しい) 海水族館」
滋賀県 宇野 正則
海は私たちの命の源、いつ観ても美しく楽しいものです。観ている人々のシルエットもふくめて、それが素直にできています。「美ら海(ちゅうらうみ)」と言う沖縄の言葉はそのままおいになられた方がそれぞれの文化の尊重として宜しいのでは。



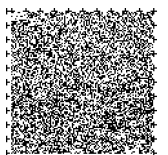
「いっしょに食べよ」
奈良県 前田 尚
国外の写真で観光写真めいたものが増えるのは辛いことです。でも、この写真は現地の人たちの生活を優しい眼差しでしっかり受け止めていて素敵です。

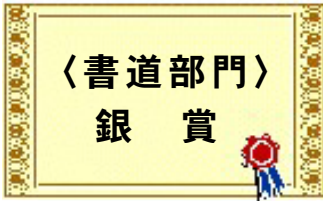
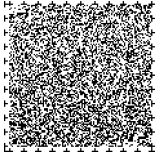


「太鼓屋台」
徳島県 花山 進
お祭り好きの四国の元氣な祭りを真っ向正面から過不足無く捉えて秀逸です。波を蹴立てるしぶきの音、太鼓の響き、若者の掛け声が聞こえてきます。



「助走」
千葉市 杉浦 孝雄
助走、そしてテイクオフを「何べん見ても爽快」と言われるほど写してこられたんですね。白鳥達に対する愛情と共感が画面いっぱいにあふれています。





「伊都内親王願文の倣書」

北海道 山本 敬太郎

毛筆の弾力を上手に引き出した強く明るい線は見事なものがああります。この線を得る為に要した時間と気力に多大な感銘を覚えます。



「空」

青森県 太田 洋輔

紙面一杯に溢れる強い意志が剛直な横画によく現出しています。揺るぎ無いこの健康的で生気に溢れる線に明るい希望を感じます。



「ふるさと（歌詞）」

岩手県 菊地 征子

余裕ある運筆が自然な流れを生んで非常に清々しい作となりました。伸びやかで温かな線は余分な力の抜けた執筆の賜物で見事な作品です。



「属書東観」

宮城県 佐藤 和希

虞世南の孔子廟堂碑の特性をよく捉えて書いています。送筆に無理がなく、筆先の弾力を上手に引き出した柔らかく伸びのある線が大変見事です。



「志」

山形県 佐藤 文子

颯爽と筆が描く空間に魅力を感じます。序破急のリズムに乗って連筆された筆跡に大変心持良い情感を覚えます。手首の柔軟性が出ています。



「鴻志」

福島県 桑名 静子

文意の如く大らかに腕を振るって書かれた様の大らかな作品です。特に「志」に見える悠然とした書き振りは作品に広がりとお興きを与えています。



「命」

千葉県 小池 真由美

懸命なりハビリに取り組んで生きる姿を感じさせる作品です。作中に籠められた熱く強い思いが犇々と伝わってきて感動を覚えます。



「愛」

神奈川県 橋本 友実

すっきりとした清々しい風を感じさせる作品です。迷いの無い運筆と遠くへ抜き去る線が作品を大きく見せていて心のゆとりを見せています。



「溪山清遠」

富山県 森本 由美

ゆったりとした筆の運びは作品に心の豊かさを醸し出している。線の深さや伸びやかさは執筆に際し余分な力の抜けた賜物で力量を覚えます。



「安」

滋賀県 河村 みち子

温かで迷いの無い線で描かれた空間は安らぎに満ちています。伸びやかな線が語る心の余裕が作品に広がり深さを与えて好作品となりました。



「本郷」

奈良県 西本 伊作

すっきりとした清々しい線が見事です。これは余分な力の抜けた賜物です。難しい縦画や左払いに構えの大きさが窺えて見事な作となりました。



「夢」

佐賀県 田原 タミ子

筆の回転が自在で空間での呼吸が自然です。筆を釣り上げて書かれており躍動感に満ちています。筆意を大切にしたい力は見事なものがああります。



「無題」

宮崎県 小田 美恵子

明るく和らぎを覚える書線は作品に深さと安心感を与えています。余分な力の抜けた執筆がこの明るさを出しています。落款見事です。



「星」

仙台市 斎藤 大輝

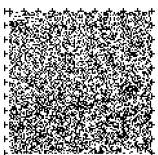
墨流しの技法の応用かと思わせる作品です。暗い夜空に輝く星の誕生を見るかのように幻想的で魅惑溢れる作品に仕上がっています。

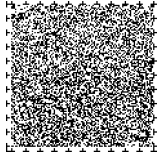


「大智形無」

浜松市 神谷 かず子

ゆるやかに流れる川を想わせる書線の動きが大変魅力的です。筆を釣り上げて穂先弾力を上手に引き出して運筆の妙を見せています。





「夕映の芦の原（北上川）」

宮城県 佐藤 幸之

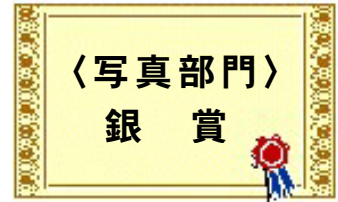
東北の岩手、宮城の人たちにとって、北上川は「母なる川」なのでしょう。その夕景を美しく捉えています。手前の船を入れたのが成功ですね。



「光芒」

貴方は本当に自分が生活しておられる山や川を愛しておいでなんですね。その愛情が画面いっぱいに溢れています。本当に綺麗です。

岐阜県 岩井 時康



「狙いを定めて」

岐阜県 臼井 志希子

川せみが住んでいる川や池には何時間も三脚を立てて狙っている人たちを見受けます。貴女もその一人なのですね。狙いを定めているのは鳥より人の方なのですね。成功、おめでとうございます。



「つゆ」

自然が創りだす造語の妙、プラス、高速シャッターが創りだす機械的造語の妙を合せて、高速連射で実現した「写真の造語」です。拍手。

岐阜県 村川 司



「ツクシンボ」

愛知県 白井 正美

昔は春先、列車の土手などにツクシ摘みに行き味噌汁などに入れてほろ苦い春の味を楽しんだものです。さすがライカ、バックのたんぽぽのボケも綺麗で、私にとって「失われた春」をおもいださせます。



「“お仕事中で一ず”」

三重県 出口 正義

蜜蜂の一心不乱の仕事ぶりが楽しく写されています。欲を言うなら蜂がもう少し鮮明に見えるような画像処理が出来なかったのだろうか?と思います。



「赤灯台」

岡山県 合場 正憲

とても素敵です。微妙な空のトーン、灯台の赤、街灯の組み合わせ、長い露光で流した船が幻想的です。



「チューリップ 蓮の花」

沢山の蓮の花の中からこれを見つけ出した目の鋭さ。微妙なトーンの中で残りの雨粒をきれいに描写した画像処理はさすがです。

千葉県 東 茂昭



「愛情」

静岡市 匿名希望

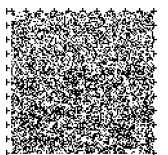
若者の愛し合う姿をこれほど素直に捉えた写真はめったにあるものではありません。

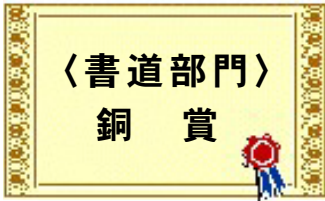
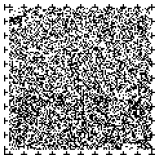


「影」

京都市 兵藤 雅子

昔は明るい月夜など広場で「影踏みごっこ」をしたものでした。今の都会の夜は人工の光がっぱいで、自分の影を意識する時がありません。広い自然の中で、自分の影を発見するのはとてもすてきなことです。





「山」

岩手県 中嶋 夢羽

どっしりとした重量感ある文字です。峰や谷が見え自然の恵み溢れる山を想わせます。微妙な遅速の変化が陰影を形作り味わい深くなりました。



「生」

岩手県 酒出 彩花

充実した縦の線とそれを活かす豊かな表情を見せる横画との構成で、生き生きとした情感に満ちています。感覚の優れたところを見せた見事な作品です。



「森」

福島県 日下 博和

書で一番大切な感動を和文で表現しています。自分の感動を「森」に籠めて表情を出し、添え書きとの対比により美しい白さが魅力的に仕上げられています。



「千変万化」

福島県 渡邊 喜恵子

落ち着いた丁寧な書き方で一本一本の線が力強く書けてます。起筆の鋭い打ち込みが凛とした張りのある作品となって見ごたえのある作品となりました。



「洗心」

群馬県 鮫島 知子

何の迷いも無く心のおもむくままに運んだ筆の軌跡は、屈託のない伸びやかな線になりました。素直な心の動きがよく表現されて雅味のある作品です。



「明るい声」

群馬県 飯島 勉

漢字の直線と平仮名の曲線を丁寧な筆使いでよく合致させています。特に筆先の回転を要する平仮名は穂先の弾力を活かして見事なものがあります。



「窓下有清風」

埼玉県 和田 節子

草書の意先筆後の呼吸を実に見事に掌中のものとして表現しています。しかも情に流れず意を大切にしっかりと書いて剛毅な作となりました。



「好雨知時節」

埼玉県 小塚 友子

筆先の回転を多用せず直線的に表現することにより澄んだ線が生まれています。草書は意志の強固さが肝要ですが、この作品は良く極意を捉えています。



「鱗潜羽翔」

千葉県 工藤 靖

千字文の一節を丁寧にしっかりと筆法で書き上げています。見えない空間での呼吸が見事で脈絡の繋がりを生かして生き生きとした作品となりました。



「磻溪伊尹」

東京都 村上 裕章

鋭利な羽を想わせるスピード豊かな筆法で緊張感に満ちた作品になりました。大きな運腕で書かれ広く大きな空間を表現して見事です。



「みち」

山梨県 古木 香里

ゆったりと落ち着きを見せる運筆で書線に余裕と豊かな心を感じます。回転する穂先と下に伸びる直線で生き生きとした表現に結びつきました。



「飛」

長野県 柳澤 芳夫

何とすっきりと伸びやかな書線でしょうか。高く遠くへ抜き去る穂先の清冽さに満ちた飛翔感は一服の清涼剤を想わせて見事な作品となりました。



「父母からの贈り物(志)」

岐阜県 臼井 志希子

凛とした心が窺える強い意志的な書線が見事です。心が高く豊かであればこそ書けた書線でしょう。「書は心の鏡」を地で行く作品ですね。



「さくら」

岐阜県 山田 藍

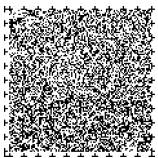
春の陽気に誘われて咲く満開の桜のように優しく穏やかな風情を漂わせて心温まる作品です。素直な運筆が内容の濃い作に繋がりました。

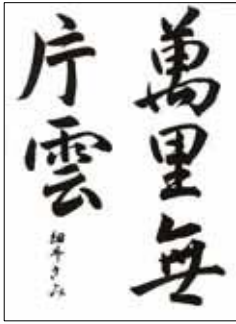
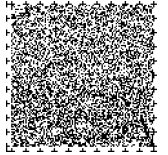


「九九」

岐阜県 竹内 大河

力強く書けてます。単純な線ほど難しいのですが、筆を上下や遠くへ抜き去るなど大胆に楽しんで書いて、二字の表情を違えて書き上げています。





「万里無片雲」

三重県 細井 きみ

迷いの無い運筆で純度の高い線質が見事です。紙を切ると言う筆の動きが、透明ですっきりとしたこの線を生み出して明るく高尚な作となりました。



「前進」

徳島県 木下 達也

どっしりと揺るぎない線で書かれています。起筆から終筆まで一気呵成に書かれて無駄な動きが廃されて、健康的で充実した線が作品に溢れています。



「山水」

徳島県 篠原 律子

一本一本の線に籠められた強い意志が大変感動的です。構図を考え、筆を落として線を引く過程の努力と根気が、十二分に窺える力強い作品です。



「やります」

福岡県 島添 俊治

柔らかな筆使いで線に動きと深さがあります。行書作品を見えるような流れと脈絡があり、何とも言えず優しい気持ちを掻き起こす作品です。



「敬愛」

大分県 池上 昇

線の柔らかさと伸びやかさは決して他に負けない作品です。豊かな表情を見せている作で軟毛の特性を十二分に発揮しています。大きな紙がよく活きています。



「なす」

宮崎県 時任 健二

新鮮なナスを想わせる瑞々しい線で書き上げて、すっきりとした作品になりました。これは速くに抜き去る大きな動きによって生まれたものです。



「元気」

宮崎県 東 千代子

運筆や結構も高度なものを見せています。自信に満ちた小気味良いリズムで書かれて、軽快な行進曲を想わせて何とも楽しい気分させられます。



「無題」

鹿児島県 湯村 美香

丁寧に書かれた文字群です。よく練習されて自信を持って書いており線に遲滞が見えません。文字の特徴も良く掘って美しい硬筆作品となりました。



「かな部拾遺和歌集 平兼盛 かぞふればわが身につるとし月を於くり無可布となにいぞぐらん」

千葉県 阿部 ちい

良く鍛錬された書き振りで仮名作品の「雅」を表現しています。直筆で書かれた線の伸びと艶やかさが散布の妙と相俟って見事な作となりました。



「やきいも」

横浜市 渡辺 彰平

おいしい匂いがするようです。大きな丸々とした焼芋を想わせる温かで丸味を帯びた線が素晴らしい。楽しい心が伝わってくるような作です。



「な」

横浜市 青木 愛佳

大変上手に書けています。伸びやかな線と大胆な筆使いが魅力的です。心の赴くままに筆を自由に自然に動かして、楽しんで書いている姿が見えます。



「星あかり」

静岡市 中村 友

筆の弾力を活かす筆圧の変化を巧みに利用して書かれた平仮名が見事です。指でなく腕や体で書いている、線に勢いがあり力強い作品となりました。



「叙幽情是日也」

岡山市 坂田 政代

余裕ある運筆で練習の成果が上手に出ています。書は持続することにより線の練度が増しますが、この線の生き生きとした所に練度の深さが見られます。



「花風吹」

広島市 阿部 浩子

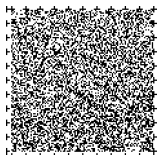
障害を感じさせない伸びやかな線ですっきりと書き上げています。特に一行目の運筆の自在さと線の伸びやかさは見事に見えががあります。

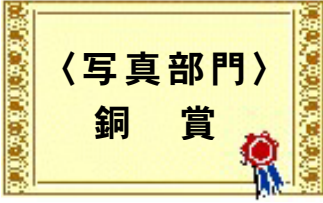
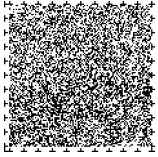


「夢」

熊本市 中原 由貴

力強い運筆で力感溢れる作となりました。上部の力強さが光ります。構築性豊かな漢字の特徴を体全体で表現しており若さ溢れる作品となりました。





「徐行運転」

宮城県 伊藤 泰男

人目千本桜のそばを通る時は、電車はサービスとして徐行するのでしょう。しかしこの写真の良さは「生活、町並みと桜が一体になっているところ」なので、題名は少しずれが感じられます。



「古都への誘い(定義山五重の塔)」
宮城県 津田 春光
綺麗な写真ですが、塔の左の木が邪魔ですし、もみじと塔のバランスもいささか不自然です。空も何故か違和感があります。



「快速SLレトロ碓氷号」

群馬県 白石 達也

D51は素晴らしい機関車です、若いころ映画の仕事で数ヶ月付き合いました。横っ腹にロープで体をくくりつけ、車体の下に取り付けたカメラのスイッチのオンオフが仕事でした。そのデゴイチをなんのけれんみも無く素直に撮影されたことに好感がもてます。



「丸窓」

神奈川県 黒川 昭典

窓から太陽の光が丁度赤い絨毯に差し込む時を狙って不思議な写真を写された努力と技量に拍手を送ります。



「鷺翼」

長野県 竹川 隆

レンズ、シャッターのデータが二つかかれていたところを見ると、空と鷺を合成されたものと推察します。鷺の白を浮か立させる空に嵌め替えられたのでしょうか。



「裾もよう」

岐阜県 山田 悦子

白川郷の古い巨木、苔と蔭に覆われまわりに秋の彩りをちりばめ、すてきな一枚です。



「三角建物とさくら」

三重県 黒田 利之

青空に鋭く突き出た白い建物と一面の満開の桜の取り合わせ、空間配置が絶妙で、桜の写真としては飛びぬけた出来だと関心しています。



「平城山の苔寺(秋篠寺)」

奈良県 中村 重信

とてもいい目の付け所です。写す時はカメラ任せのオートでいいのですが、後処理を丁寧にするにはもともと良くする必要があります。上の方の飛び目の空を抑え、苔を少し抑えてコントラストと質感を出してみて下さい。最後の仕上げが大切です。



「ぼくが60歳の時、観た桜」

鳥取県 山根 和泰

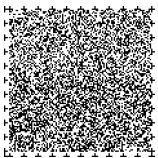
22年間同じカメラで撮り続けてこられた腕は流石のものです。60歳の還暦記念作品ですね。入選者の中には80過ぎの方が沢山お出でです。再出発の桜にしてください。

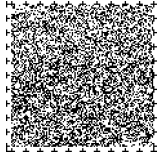


「仲よし家族」

広島県 旗手 茂夫

雛の表情がなんとも可愛いですね。手前の親の配置も絶妙で家族の一体感がでています。欲を言えば親の白い部分が飛んでしまっています。カメラの設定、PCでの後処理でいい質感の白になるとと思います。研究課題です。

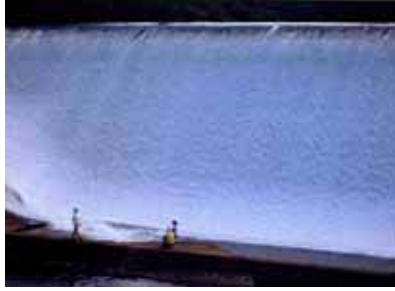




「赤富士に綿帽子」

広島県 谷村 六三

楽しく面白く珍しい富士山です。運をチャンスに変える機敏さが作り出したものですね。



「放水」

大分県 山田 雅子

ダム放水にしても色々あるんですね。このダムの放水は珍しくて美しいですね。水の色も綺麗だし、家族づれを入れたことで、親しさとスケールが出ました。



「塩釜みなと祭りだ！！」

仙台市 松田 崇

平成22年、あの震災の前の年の祭りですね。これを見て、涙する人もいれば、この華やかさを取り戻すと決意する人もいるでしょう。いい写真です。



「ヘルプミー！」

さいたま市 木戸 修平

紛れもない「青春の一コマ」ですね。真ん中の砂のトンが飛んでいるのが気になります。プリント処理を研究してください。



「陸と海上での光の競演」

川崎市 荒尾 武

高い技術と努力のたまものと見ています。素敵です。



「仲良し」

浜松市 岩本 優子

仲のよさ、楽しさが画面いっぱいに溢れています。



「かくかく しかじか」

堺市 山口 琢磨

動物の色色なしぐさを「擬人化」して面白い写真をつくるのは、とても楽しいことです。



「お座り！！」

広島市 三好 哲

二匹の愛犬に「お座り」と命じて、写した写真で、取り立てて「上手い」と言うわけではないのですが、場所の設定(公園)大きな樹、光の方向(白い毛を浮かび上がらせる)などなど細かく見ていくと、上手な写真です。親しい人、彼女、母親、子供を写すときなどこれくらいの気配りで写しましょう。



「群遊」

広島市 竹内 節子

餌を撒いたところにわっと集まって大はしゃぎして食べているところなのでしょう。「遊」の字が適当か疑問はありますが、おしどりのエネルギーはあふれています。

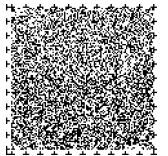


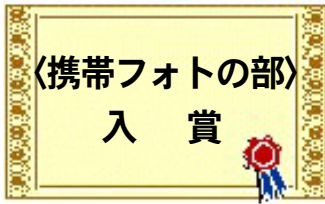
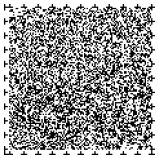
「静寂」

福岡市

斉藤 新

九州阿蘇山の中の水溜のちいさな湖の岸辺の古木の枯れ木が立つ一郭ですね。見物客のざわめきに惑わされず、「静寂」の絵を切り取って成功して頂きます。自然との対話で貴方自身の歌を歌い続けてください。





「来年も誘う紫のカーテン」

神奈川県 須田 紗代子

画面いっぱい紫の藤の花であふれています。しかもちやんと大きな花から棚の外れまであって、下には見物の人たちが楽しんでいる様も入れてあって素敵です。



「光の射すほうへ」
神奈川県 石山 順子
太陽の方へ花は向いてなく、むしろ逆光ぎみなのですが、それがあつて花びらの質感を写ま上げらせ、レンズに入った太陽光によるフレアーの光の縞とマッチして嬉しい写真に仕上がっています。



「海的神秘」
滋賀県 大澤 直人
海は私たち地球の生き物の命の根源です。ただ綺麗なだけでなく、不思議に心が引き込まれます。その美しさがよく出ています。



「良い予感」

徳島県 猪口 訓史

大空の左上から右下へ大きな虹が走っています。本当に何かいいことがありそうな空からの便りですね。



「送り火と線香花火」
大分県 河埜 里美
線香花火の光源でこんなに写せるとは驚きです。古いカメラなら花火だけが写ってあとは真っ暗になると思います。機能をフルに使って嬉しい写真です。

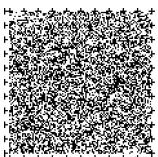
第27回障害者による書道・写真全国コンテスト 入賞作品展示会 開催中

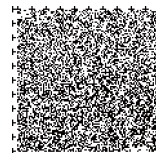
今号で掲載いたしました、第27回障害者による書道・写真全国コンテストの全入賞作品を当センター1階展示ギャラリーに展示しております。

誌面ではお伝えしきれない実物の表情をぜひご覧ください。

展示会は、平成25年3月31日まで実施する予定です。

また、当センターホームページでもご覧いただけます。





戸山サンライズへようこそ

宿泊室



洋室は全室バリアフリー設計となっております

障害のある方や高齢者に やさしいバリアフリーの客室



手すりに沿ってご入浴いただけます

新宿区に位置し、ディズニーランド、スカイツリーへも好アクセス。全国各地から特別支援学校の修学旅行や出張等にもご利用いただいております。車椅子でもゆっぴりのスペースです。素敵な旅の思い出の一つにいかがですか？

会議・研修室



大研修室

さまざまな用途で ご利用いただける会議・研修室



中会議室

研修会・会議等に、各種利用目的・人数に応じた大・中・小の会場をご利用いただけます。全フロア段差もなく、障害者団体の方はご予約等ご優遇させていただきます。お気軽にお問合せください。

ご予約は、電話・FAX等で承っております。お気軽にお問い合わせください。
当センターでは、全国の障害者福祉に携わる方への研修会や、各種相談等も行ってまいります。詳細については、ホームページをご覧ください。

全国障害者総合福祉センター
(戸山サンライズ)

TEL 03-3204-3611

FAX 03-3232-3621

<http://www.normanet.ne.jp/~ww100006/>

宿泊室、会議・研修室のご予約開始日は、障害者の方は18ヶ月前、健常者の方は12ヶ月前の1日に変更いたしました。ご予約お待ち申し上げます。

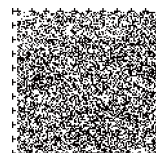
戸山サンライズ (通巻第256号)

発行 平成24年12月10日

発行人 公益財団法人 日本障害者リハビリテーション協会 会長 炭谷 茂

編集 全国障害者総合福祉センター
〒162-0052 東京都新宿区戸山1-22-1
TEL. 03(3204)3611 (代表)
FAX. 03(3232)3621

<http://www.normanet.ne.jp/~ww100006/index.htm>



2012年10月
スタート!

ソウェルクラブ“クラブオフ”が始まりました。

選べる! 使える! 大好評!

ソウェルクラブのサービスがさらに充実!!

これまでのサービスに加え、全国宿泊・レジャー・スポーツ・映画・カラオケ・グルメなど約75,000か所の施設を割引価格で利用できます。

新規会員
募集中!
会員数
224,000人

- ① 質の高い多彩なメニューが割安で利用できます。
- ② 利用施設が多いので全国各地で利用できます。
- ③ 利用はホームページから手軽にできます。

➔ <http://www.sowel.or.jp/>

Resort



憧れのリゾートで
ゆっくり過ごし、くつろぐ

ゆっくり過ごし、くつろぐ
リゾート・宿泊 国内外の宿泊施設(リゾートホテル、ビジネスホテル、旅館など)約20,000軒が最大**80%OFF**、1泊2,500円～

Beauty & Sports



スポーツで
心も体もリフレッシュ

リフレッシュ
ビューティ&スポーツ スポーツクラブ、ゴルフ場、テニスコート、フットサルコート、ウォータースポーツ施設が会員優待。マッサージ、アロマテラピー、岩盤浴、ヨガ、エステスパ、タラソ、ネイル、ヘアサロンなどが会員優待価格。

Leisure



休日を豊かに楽しむ

休日を豊かに楽しむ
レジャー・日帰り湯 お得な映画割引チケット、全国約700か所の遊園地・水族館、日帰り温泉施設、カラオケボックスなどが最大**75%OFF**

Life Support



暮らしを彩る
充実のライフサポート

暮らしを彩る
グルメ・ライフサポート グルメ(ホテルでのランチ・ディナー、レストラン、居酒屋、宅配ピザなど)やショッピング、レンタカー、引越、育児・介護サービスなど生活に役立つメニューが最大**50%OFF**



ソウェルクラブの資料請求、加入のお申し込みは



TEL ☎ 0120-292-711

社会福祉法人 福利厚生センター

〒101-0052 東京都千代田区神田小川町1-3-1 NBF小川町ビル10階