パラスポーツで拓く、ちばの未来

誰もがスポーツを楽しめる千葉県。東京2020大会のレガシーを活かして、
すべての人がスポーツを楽しみながらお互いを理解する社会を実現したい。
その未来を拓くのに必要なのは、パラスポーツの力だ。

上記写真：野村雄治

パラスポーツに出合う

ここで、知る！

本紙面の映像版

ここで、できる！

千葉県内のパラスポーツの
取り組みを紹介

パラスポーツならではの難しさも魅力

元車いすテニスプレイヤー　国枝 慎吾さん（柏市出身）

パラスポーツは、選手自身が技術や力を見せることで興味を持ってもらえるコンテンツにしていかなければ、継続できません。見る人の想像を超えるプレーをすることが競技の盛り上がりにつながっていくと思います。

僕がやっていた車いすテニスはショットと車いすの操作という両方のテクニックが必要です。健常者はサイドステップを踏めますが、車いすはターンをしないと横に動けないので、試合中でも相手から目を離さなければなりません。そういう難しさがありますが、それが魅力でもあると思います。

現役時代は、メンタルトレーナーの勧めで「俺は最強だ！」の言葉を決め、戦ってきました。もちろん、裏付けとなる練習を重ねてきたからこそ、この言葉が自信になり力になったのだと思います。日々の積み重ねで世界1位になることもできました。諦めずに一日一日力を尽くすことが夢につながっていく、と皆さんにも伝えたいですね。

パラスポーツのみかた・ミカタ

見方を変えると、その本質が見えてくる。
パラアスリート自身の見方、
取材する側の見方をそれぞれを聞きました。

パラスポーツとの出合いは、人生を変える力があった

里見紗李奈選手
さとみ さりな

パラバドミントン選手で、クラスはWH1。八街市出身。東京2020パラリンピックのパラバドミントン女子シングルス・ダブルスの金メダリスト。高校3年生の時に交通事故で脊髄損傷を負い、両下肢麻痺の障がいがある。

長島：お三人がバドミントンを始めたきっかけを教えてください。
村山：もともと体を動かすのが好きで、うちの奥さんや子どもがバドミントンをしていたので、一緒に遊べたら楽しいかなって。障がい者のバドミントンチームに参加して、「絶対簡単にできる」と思ったのですが、競技用の車いすを使うし、ラケットの持ち方もルールも知らない。当然できるわけがなくて、「こんなはずはない」とちょっと火が付いたんです。
里見：私は車いすの生活になってから引きこもりがちだったんですけど、それを見ていた父が、村山さんのいたパシフィックというチームの練習場所に連れて行ってくれたんです。そこで打たせてもらった時に、「パラリンピック目指せますよ！」と村山さんが父に言ってくださって、父に火が付いちゃって（笑）。私自身はその時それほど前向きではなくて、ただ、健常者のスポーツとは違うな、とその難しさに驚きました。私も、悔しいから頑張りたい、強くなりたいと思ったのが始めるきっかけになったんじゃないかと思います。
長島：バドミントンに出合って、自身が変わったなと思う部分はありますか？
村山：障がいを負ってからバドミントンと出合うまで2年くらい、入退院を繰り返して不安定な時期でした。でも、それが落ち着きバドミントンを始めてから、強くなりたい、うまくなりたいと思い始めて。いろんな所に行くようになりましたし、全然話もしたことがない人に電話してみたり…、とにかく前向きになれました。バドミントンは、世界選手権や国際大会でメダルを目指すという目標を与えてくれる存在でもあります。正直、それまで人生を懸けて何かをするということはほとんどありませんでしたから。
里見：私も、車いすを漕いでいる自分をあまり受け入れられなくて、高いものを取れないのに人に頼むのが嫌だったりと葛藤がありました。バドミントンを始めていろんな人を見て、成績も残して自分に自信が持てるようになって、今は自分が車いすであることも恥ずかしいと思わず言えるし、人にも頼ることができます。
長島：ちなみに、東京2020パラリンピックのバドミントンで日本が取った9個のメダルのうち、5個は千葉県出身の方なんですよね。パラスポーツを練習できる体育館も多いと感じます。
村山：私が競技を始めたころは車いすの競技が盛んではなくて、他地域に練習場所を求めていた時期がありました。だから、私がパシフィックというクラブを立ち上げた時、障がいがある人が気軽にスポーツをしに来れる場所を提供したいという思いもあったんです。車いすだと床に傷がついてしまうと、体育館の使用を断られてしまうことが多かったのですが、市や県の方と知り合うなかで話をしていくうちに、だんだん理解が深まったように思います。
長島：パラスポーツを始めてみようか迷っている人もたくさんいらっしゃると思います。メッセージはありますか？
村山：障がいを抱えながら表に出ていくのはハードルが高かったり、人の目が気になったり、ということもあると思うんですが、同じ障がいを抱えながら一つのルールの中で一緒に楽しめるのがパラスポーツの最大の魅力だと思うんです。体を動かしたい、仲間と話したい、パラリンピックでメダルを取りたい、どんなきっかけでもいいと思います。県内にはいろんなパラスポーツ団体があるので、ちょっとでも興味があったらぜひ、見学だけでもいいですし、実際に体験されてもいいですし。より人生が広がっていくと思います。
長島：里見選手は競技歴数年で世界のトップまで行かれましたが、振り返っていかがですか？
里見：私もすごく勇気を振り絞って、いろんな方たちと関わっていくなかで大会に出て、自信が持てるようになって。「どうせ何も変わらない」と思っていた自分が今ここで話しているのが本当に不思議だし、始めてよかったと思っています。最初はすごく勇気がいると思いますけど、始めてみれば、きっと周りの皆さんも温かいと思いますよ！

長島三奈さん
ながしま みな

スポーツキャスター。長嶋茂雄氏の次女で、テレビ朝日スポーツ局に勤務したのちフリー。熱闘甲子園などのほか、パラアスリートを紹介する番組（BS朝日「With」（2016～2021放送））のキャスターも務めた。

村山浩選手
むらやま ひろし

パラバドミントン選手で、クラスはWH1。四街道市出身。34歳の時に難病を発症。東京2020パラリンピックのパラバドミントン男子ダブルスの銅メダリスト。里見選手も所属する県内の「パシフィック車いすバドミントンクラブ」で代表を務める。

ちばのパラスポーツ

2023年3月発行
発行：千葉県環境生活部スポーツ・文化局生涯スポーツ振興課

ひらけ！ちばのパラスポーツ

Para-sports

Navigator
mina nagashima

チーパくん

Para-sports