

With Smile

スマイルアスリート 狩野 亮さん

オリンピック・パラリンピック
出場経験者よりスポーツへの情
熱と皆様への熱いメッセージを
お届けします。

「かのう あきら」さん

パラリンピック・アルペンスキー競技選手。
2014年ソチ五輪にて、男子滑走で日本人選手
初の金メダルを獲得する。

©Hiro YAKUSHI

雪を求めて世界を駆け回る!!

私は、8歳の時、交通事故に遭い脊髄損傷となり、下半身の自由を失いました。その時から私のパラリンピックへの道がスタートしました。

最近は、春から夏にかけ、国内でオ

フォトーニングを行っています。その後、雪を求めて、8月、9月は南半球へ、10月以降はヨーロッパや北米へ移動し、雪上でトレーニングを行っています。1月から3月まで世界各地で約20レースを転戦します。その中で2年に一度の世界選手権、4年に一度のパラリンピックに照準を合わせ世界一を目指しています。

アルペンスキー競技
びっくりエピソード

アル・ベンスキー競技は、山で行われるため、けが人が出た際、救助が困難な場合があります。その時は、アキヤと呼ばれる救助用ソリで運ばれるか、重症の場合はヘリコプターで病院へ搬送されます。

2014年のソチ大会は非常に難易度の高いコースで転倒者が続出しました。その度に救助隊やヘリが飛び交うレースとなり、このヘリ救助の対応の早さには驚かされました。通常、ヘリ救助には30分から1時間の時間がかかるてしまうのですが、ソチでは約10分。迅速な対応と呼ぶべきか、あまりにもけが人が多く慣れていたのか。とにかく早かったです。

〈質問〉食生活で気を遣っていること

教えてください

強くなり、体調を整えるには、トレーニングと食事が重要なと考え、栄養素や摂取カロリーなどの知識を10年ほど前から学んでいます。朝の体重、その日のトレーニング量を計算し、総摂取カロリーを決め、その中の栄養素管理を行っています。また、化学物質・添加物を摂取すると、きついトレーニングを行った翌日の回復や体の循環が鈍いと感じ、最近は自炊を心掛けています。

どうしたらこれまで以上のトレーニングを効率的に行えるかと考えた答えが、回復を早めるという発想となり現在の食生活に至りました。今ではスポーツドリンクでさえ自分で作っています。次の目標は自給自足ですね(笑)

支えがあつて」そのパフォーマンス
私たちの競技では、最も長いコース
のレースでは、約2キロのコースを使
用します。スタッフは、その2キロ以
上の道のりを夜を徹して機械で踏み

【クイズ】アスリートからの挑戦状

Q びつくりエピソードでお話したヘリコ
プター救助を私は受けたことがある
でしょうか?○か×か。(回答はウラ面)

2020年に開催される東京オリンピック・パラリンピックでは、競技会場などで活動する大会ボランティア（東京2020大会組織委員会が募集）と、空港や主要駅、観光地などで活動する都市ボランティア（札幌市など開催自治体が募集）の募集を予定しており、大会ボランティア（8万人）、東京都が募集する都市ボランティア（3万人）については、2018年9月中旬に募集を開始する予定です。

先日、サッカー競技の会場として札幌ドームが正式に承認されました。札幌市でも都市ボランティアの募集を予定していますが、まだ募集時期が確定していませんので、確定次第、皆さんに募集情報をお届けします。

スマイル・サポーターズは、4月から、北海道コンサドーレ札幌とコラボして、ホーム試合でボランティア活動を行っています。6月は活動はありませんが、7月からの試合に参加できるスマイル・サポーターズを募集する予定ですので、東京オリンピックに向けた実践的な活動となるよう皆さんの参加をお待ちしています。

皆さんで、来たる東京オリンピック・パラリンピックを盛り上げていきましょう！

【札幌ドームでのコンサボランティア活動風景】



連載 Road to 2019



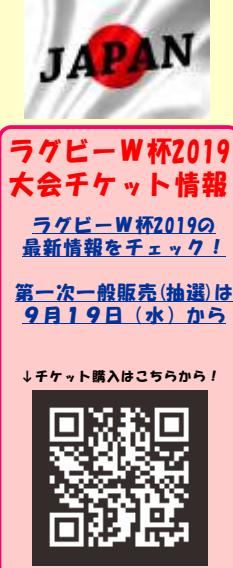
ラグビーW杯2019 日本開催の意義に迫る！

前月号では、ラグビーW杯2019の日本招致の取り組みについて特集しました。今月号では、みなさんが恐らく記事を読んで感じたであろう「そもそも、なんで日本でラグビーW杯を開催するんだろう？」という疑問についてひもときます。

ラグビーW杯を日本で開催する意義は「ラグビーの国内での人気獲得」「ラグビー競技のグローバル化」の2つです。

日本のラグビー競技人口は約11万人。これは、サッカーの約92万人と比べると、決して大きな数字とはいえませんが、アジアの中ではダントツです。ラグビーW杯を日本で開催することで、国内のラグビー競技人口の増加や人気獲得を狙えます。

また、ラグビーはヨーロッパやオセアニア地域などでは盛んですが、世界的に見るとまだまだ広がっていません。アジア初の日本開催でラグビーのグローバル化にも貢献するでしょう。



スマ・サポ インフォメーション

★今後のスマ・サポ活動予定★

- 北海道コンサドーレ札幌2018シーズン運営ボランティア8月以降も随時募集
- 2018札幌30k（募集終了）7月7日（土）
- 第28回 日本シニアオープンゴルフ選手権（募集終了）7月9日（月）～15日（日）
- 北海道マラソン2018（募集終了）8月24日（金）～26日（日）
- ラグビーW杯2019 ※5月末で団体募集は終了しましたが、個人募集は7月18日（水）まで受付しています。
なお、団体募集をいただいた方は、主催者側から届く仮登録メールに必ずご自身で承認し、本登録を完了するようお願いします。
- 札幌マラソン（募集中）10月7日（日）

※少人数または急遽のボランティア要請の場合、メール配信のみでのご案内もありますので、ご了承ください。募集詳細はHP上またはメールでお知らせいたします！

詳しい情報はSGSCのHPから！
<http://www.sapporosports.org/volunteers/>

Kites rise highest
against the wind-not with it.

～帆が一番高く上るのは、
風に向かっている時である。
風に流されている時ではない～

ウインストン・チャーチル
(イギリスの政治家/1874～1965)

クイズのこたえ:○ 2回あります。2回目は大転倒し自力で下山しましたか、下山後、意識が朦朧とし、そのままへりで搬送されました。