

# With Smile

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。

## スマイルアスリート 米山 知奈さん

私は、小学校1年生の時にアイスホッケーを始めました。幼稚園の時から、1歳上の兄の練習について行つてリンクで遊んでいたので、自然と競技を始める環境になりました。

中学からは苫小牧市の社会人女子チームに入部し、現在も同チームでプレーしています。中学校3年生でU18日本代表に選出され、同年代の選手と一緒にオリンピックという目標が現実的になりました。

高校2年生で日本代表として世界選手権に出場し、様々な大会を経て2014年ソチ五輪6位に入賞しました。現在は千葉市のダイナツクスで働きながら、北京五輪に向けてトレーニングをしています。

温かい歓迎に感謝

国際大会では、各国にチームホス

トという世話を方につき、試合や

国際大会では、会場の雰囲気に驚きました。アイスホッケーが盛んな北米や北欧での大会は、大勢の人があり、多くの人がリンクに集まり、試合の途中で音楽に合わせて踊つたり、会場全体でウェーブをしたりと大変盛り上がります。

特にオリンピックは、自分達の声や木イッスルが聞こえなくなる程の大歓声が沸きます。厳しい試合の中でも、そのような舞台でプレーできることに幸せを感じました。

国内大会では観客数も少なく、関係者や家族がほとんどですので、これからたくさんの方々にリンクの一體感や、観戦の楽しさを知つていただけたらうれしいです。

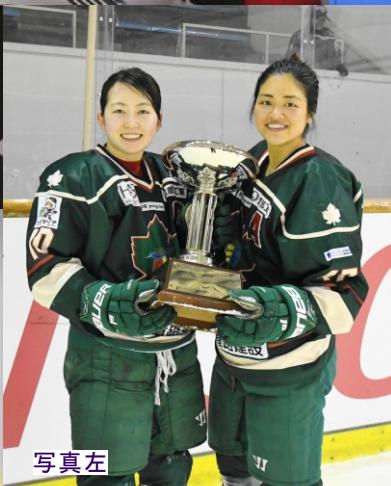
【クイズ】アスリートからの挑戦状

Q アイスホッケーは自由に交代できる? ○か×か。

(回答はウラ面)



「よねやま はるな」さん  
アイスホッケー競技にて、2014年ソチ五輪、2018年平昌五輪に出場。



写真左



〔質問〕食生活でどんなことに気を使っていますか?

私は、大学在学中に管理栄養士の免許を取得したこともあります。食事は気を付けて摂るようにしています。アイスホッケーは、体力の消耗が激しいので、遠征後半に体重が落ちやすくなることがあります。

朝・昼・夕の3食以外にも積極的に捕食したり、脱水による体重減少を防ぐためにマイボトルを持ち歩くなどして、疲労回復や体重維持を心掛けています。また、海外では現地の宿泊先で出されるものを食べなければならないため、食べやすい組み合わせをみんなで考えたりして、楽しみながら食事をしています。

生活のアシンドをしてくれます。どこの国も親切な方ばかりで、大会では日本チームの一員として一緒に喜んだり、悔しがったりしています。

また、日本から家族が応援に来たり、道を案内してもらえると聞きます。開催地の方々には様々な面で支えられていると感じます。2020年には、東京五輪が開催されますので、選手が気持ちよく試合に臨み、観客の方々も楽しめるよう、私も少しばかりの英語力と勇気をもって東京五輪を迎えるたいと思ってい

「スマイル・サポートアーズ研修会」に  
ご参加いただきありがとうございました！

2019年7月25日(木)「スマイル・サポートアーズ研修会」を開催しました。



ラグビーW杯2019や、東京2020大会にて、ボランティア同士や観客・選手とのコミュニケーションが重視されるため、コミュニケーション能力の向上をねらいとしたワークショップを取り入れた実践的な研修を行いました。参加されたスマイル・サポートアーズの皆さんは積極的に意見を出し合い有意義な時間となりました。

皆さんのお陰で笑顔あふれる楽しい研修会となりました！ご参加ありがとうございました。

台湾・高雄MIZUNO国際マラソン2020でのボランティアを今年度も企画しています！

2020年2月9日(日)に、「高雄MIZUNO国際マラソン」が開催予定となっております。来年2月のスマイル・サポートアーズの当大会でのボランティアが実現すれば、3度目となる海外ボランティアとなります！

今回も、スマイル・サポートアーズのボランティア募集を企画しております。近々、皆さんに当大会のボランティアの参加意向調査のアンケートを行いますので、どうぞ興味のある方はぜひ参加のご検討をよろしくお願いいたします。

好評につき、リピーターになつていただいている方も沢山います！国内では経験できないことも沢山体験できる海外ボランティア。リピーターの方も、初めての方もたくさんの方の参加をお待ちしております！

ジョージア代表チームの魅力に迫る！



ラグビー強豪国みどりのシリーズ第五弾。

今回は、ラグビージョージア代表チーム「レス」に密着します！

ジョージアは、東ヨーロッパもしくは西アジアに区分される、南コーカサスにある共和制国家。東西交易の要であつたため、古くから交易で栄えていましたが、異民族の支配により複雑な歴史を歩んできました。現在は世界遺産や、美しい自然、美味しい地元料理で観光名所としても注目を集めています。

ラグビージョージア代表は、ラグビーW杯

2003年大会で初出場を果たし、プール戦全敗に終りましたが、2007年大会ではナミビア代表に勝利し、プールCで3位になり、次大会の出場権を獲得しました。近年は、日本代表をも苦しめるスクラムは世界屈指の強さを誇ります。格闘技が強い国柄もあつて体格の良い選手が揃っています。

これから活躍が期待されるジョージア代表チーム。ラグビーW杯2019でのプレーも見逃せません！

## ラグビー強豪国みどりのシリーズ⑤

連載 Road to 2019



### ラグビーW杯2019 大会情報

↓最新情報はこちらから！



## 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2019シーズン運営ボランティア 9月以降も随時募集  
※はがき登録者の方で、ご興味ある方はコンサドーレボランティア担当(Tel011-777-5310)までお問い合わせください。
- 北海道マラソン（募集終了）2019年8月23日(金)～25日(日)開催  
※北海道マラソンボランティアに申し込み頂いた皆さまは、全て応募受付完了しました。大会間近に主催者からマニュアルが郵送されますので、案内に沿ってご従事願います。
- ラグビーW杯2019（募集終了）2019年9月開催
- 東京2020大会「都市ボランティア」（募集終了）2020年7月開催

※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/>



クイズのこたえ:○ 試合の途中でも自由に交代できます。タイミングを間違えると一気にピンチやチャンスになるのでコミュニケーションが大変重要です。