

# with smile

北京 2022 冬季オリンピック  
はじまりました！号



「スマイルアスリート」  
パラトライアスロン（視覚障害）

円尾 敦子さん

スマサポ研修会  
参加者募集！

オリンピック・パラリンピック出場者からのメッセージ

## スマイルアスリート

まるお あつこ  
パラ トライアスロン 円尾 敦子さん

## 自己紹介と最近の活動について

視覚障害（弱視）のトライアスリート、円尾（旧姓：山田）敦子です。パラトライアスロンは、パラリンピック新種目として規定された2012年頃に始めましたが、それまでは医学研究に携わり、スポーツとは縁遠い人間でした。視力低下で仕事ができなくなり夢をあきらめざるを得なくなった頃、この競技と出会い、パラリンピック出場を目指すようになりました。

リオ2016及び東京2020大会に連続出場を果たせた今は、アイアンマン世界選手権にアジア視覚障害女子初出場を目指して練習を続けつつ、パラスポーツ普及の講演等を各地で行っています。

## ボランティアへの思い

パラトライアスロンは自然の中で3種目を行うため、それぞれの選手の障害に応じたボランティアスタッフ（ライフセーバーや、下肢障害のある選手を海から陸へ運ぶスィムエグジットハンドラー等）が必要です。また、私には目の代わりになる「ガイド」と呼ばれる競技者が必要ですが、日本ではほぼボランティアで手伝っていただいています。日々の練習でも、たくさんの方々のお手伝いが必要です。倒れるまで頑張ってガイドしてくれた方もいました。

パラ競技では健常より多くのボランティアに支えられているからこそ、どんなに辛くても走ることができます！

## おもしろエピソード

以前出場したオランダでの世界選手権は、非常に天気が悪く、寒い中でレースでした。前日の試泳も大雨で、寒さに強い選手たちもすぐに引き上げていたようでしたが、私はあまり何も感じずコースの最後まで泳ぎきりました。でも、泳ぎ終えて顔を上げたら周りに誰もいなくて、ライフセーバーやスタッフにもすごく心配されました。その時のガイドさんの寒さに震える真っ青な顔は今でも忘れません。かなりの寒がりなのに、私のために耐えてくれました。それ以降は私も寒い時の試泳を躊躇するようになりました…。

競技にのぞむにあたっての  
リラックス方法

私は（キャラ的に誰も信じてくれないのですが）昔からひどい上がり症です。リオ大会の時、他の選手をまねて音楽を聴いて集中しようと思ったのですが、やってみたら逆にリラックスすぎてスタートから失敗しました。それ以来音楽を聴くのはやめました！

今では、当日のレース前にガイドさんや周りのスタッフとふざけた会話をしたりして、なるべく笑っていられる時間を増やします。スタート直前はガイドさんと泳ぐ方向を確認した後もしつこく会話をしてもらい、最後は握手して安心感を得ています。

アスリートからの  
挑戦状トライアスロンで行う3種目  
(ラン、スイム、自転車)の順番は？



## プログラム 1

### 小学校スキー学習支援ボランティア 報告会

- 実施報告
- 小学生からのメッセージ
- ボランティアを振り返って



## プログラム 2

### 札幌2030 オリ・パラ招致に向けて

冬季オリンピック・パラリンピックがわたしたちにもたらすものとは？未来を見据えた札幌市の招致活動についてお伝えします。

## プログラム 3

### オリンピック・トーク

北海道オール・オリンピックズ General Manager **鈴木靖さん**

むかわ町出身。1984年サラエボ五輪にスピードスケート日本代表として出場。  
現在は札幌市に拠点を置くスケートチーム「Vortex」の代表を務める。公益法人日本アンチ・ドーピング機構のアスリート委員、さっぽろジュニアアスリート育成事業育成アドバイザーとしても活動をしている。

# スマサポ研修会

開催日

2022年2月28日 月

時間

18:00 ~ 19:00

開催方式 **オンライン**

(無料 Web 会議サービス「Zoom」を使用)

申込方法

右記の Google フォームをご利用ください

<https://forms.gle/DAnsA94aptBmrvec6>



申込期間

2022年2月7日 月 ~ 15日 火

- 「Zoom」の登録や視聴の方法が不慣れな方へのサポートもいたしますので、ぜひお申込みください。
- インターネット環境のない方は、研修会の様子をまとめたDVDを後日送付いたします。ご希望の場合は事務局 (TEL: 011-200-0905・FAX: 011-200-0314) までご連絡下さい。

アスリートからの挑戦状の答え：スイム→自転車→ランの順番です。この順番でなければ非常に危険だと言われています。種目を移る作業時間も競技に含まれ、「トランジション」といいます。

2030年 北海道・札幌に

オリンピック・  
パラリンピックを。

冬季オリンピック・パラリンピック札幌招致期成会

## 「サポーターズクラブ」メンバー大募集

2030年冬季五輪の札幌招致実現に向けた活動を、  
道民・市民をはじめ、応援いただける全ての方と  
共に盛り上げていくことを目的としています。

北海道・札幌にオリパラを招致したい方、登録をお待ちしています！

会費・登録料  
**無料**

メンバー限定で



タイムリーに  
オリパラの情報を送信！

メンバー登録は好きな方法で

方法 ① ファックスを送って登録

裏面の登録申込書にご記入の上  
ファックスにてお送りください。

方法 ② ホームページから登録

「サポーターズクラブ」の  
ホームページから登録。

<https://sapporo2030supporters.jp/>



方法 ③ 公式LINEから登録

「サポーターズクラブ」の  
公式LINEを友だち追加。

