



令和元年度
番町小学校6年
宮崎愛海

愛媛から世界へ Road to Paralympic News

パラリンピックって?

パラリンピックとは、障がいのあるトップアスリートが出場するスポーツの祭典です。4年に一度オリンピック終了後に開催されます。パラリンピックに出場するには、国際パラリンピック委員会(IPC)の定める厳しい選考基準をクリアしなければなりません。

パラリンピックに出るためには!!

- ① 国際登録をする。
WPA(ワールドパラアスレティックス)やINAS(国際知的障がい者スポーツ連盟)など。
- ② 大会の標準記録を突破
クラス分けや障がいの種類によってそれぞれの標準記録は異なります。
- ③ 世界ランキングの上位になること
WPA公認の世界大会に出場して上位になり、ポイントをたくさん獲得しなければなりません。
- ④ 世界選手権など権威のある大会において上位になること。

動機 昨年、愛アスリートクラブのパラアスリートのみなさんについて調べました。その中で「パラリンピックを目指して一生懸命競技にうちこんでいる人がたくさんいることを知りました。そこでどうやったらパラリンピックに出られるのかを調べ、またパラリンピックに出場するために一生懸命努力している愛アスリートクラブ(障がいのある人もない人も一緒に活動するクラブ)の3人の選手に密着することにしました。

《パラリンピックの陸上競技のクラス分けについて》
パラ陸上では、障がいの種類や、障がいの程度によって細くクラス分けがされています。

(例)	T 5 3
	↓ ↓ ↓
	① ② ③

- ① 競技種類: T:トラック/F:フィールド
- ② 障がいの種類: 10番台⇒視覚障がい
20番台⇒知的障がい
30番台⇒麻痺のある立位競技者
車いすを使用する競技者
40番台⇒切断などの立位競技者
50番台⇒切断で車いすを使用する
60番台⇒義足の立位競技者
- ③ 番号が小さいほど障がいの程度が重くなります。
T53 = トラック種目で切断等で車いすを使用しているという意味です。

パラリンピックに向かって Ready Go!



富永晃平選手 (T 37片まで歩行可能)

- 2021年世界選手権、2024年パリパラリンピック大会を目指しています。
- そのために毎朝6時半の朝練をしています。やり続けて実行し、0.01秒を負けない自分を目指しています。

菊池紗弥香選手 (T 20)

世界大会やパラリンピックを目指しています。そのために規則正しい生活を毎日送ること、1つ1つ丁寧に練習を行うこと、その日決めた目標タイムを出すことを意識しています。

藤原由奈選手 (T 20)

パラリンピックを目指しています。そのために設定タイムを守るような練習と、ゴールまであきらめずに走りきる気持ちをもってがんばっています。

★ T20の種目は、400m、1500m走幅とび、砲丸投げです。菊池さんは400m 藤原さんは1500mを目指しています。

① 国際登録

ワールドパラグランプリ北京大会出場

- WPA公認の世界大会に出場し正式なクラス判定をしてもらいました。
- 100m、200mでは共に2位入賞
- 100mは、13秒82!!
- 判定員が細かくチェックします。

② 標準記録突破に向けて

INAS登録
登録するためには、たくさんの手続きが必要です。現在登録に向けて進んでいます。

標準記録
400m 58秒87
1500m 4分50秒16

T37の標準記録は、12秒80です。日本記録が13秒06であるのととても厳しいですが、突破目指してがんばっています。

T20の場合、まずは強化指定選手となるための標準記録を突破しなければなりません。菊池さん、藤原さんはそれを目指し、色々な大会に挑戦しています。

＜日本パラ陸上競技選手権＞
100m 13秒58 (4位入賞)

＜ID陸上競技選手権大会(埼玉)＞

2人と一緒にUPをします。2人ともレースに向けて集中し真剣に取り組む姿がすごかったです。2人とも初出場で見事入賞しました。

＜ジャパンパラ陸上競技大会＞
100m 13秒38 (3位入賞)

100m 14秒35 (5位入賞)
200m 29秒59 (8位入賞)

1500m 5分44秒90
しどくでも最後まで走っていました。7位入賞です。

5月 13秒82
6月 13秒58
7月 13秒38

＜ジャパンパラ陸上競技大会(岐阜)＞

★ パラリンピック種目には、100m、200mの種目はないので菊池さんは、これから400mを目指していきます。

1500m 5分47秒12 (6位)
800m 2分39秒12 (1位)
ラストスパートで見事優勝!

見事金メダル

100m 14秒10 (7位入賞)
200m 29秒05 (6位入賞)

パラリンピック出場

編集後記
富永さん、菊池さん、藤原さんに密着して何事も最後まであきらめない姿勢、いつも笑顔でプラス思考をもつこと、レースでのねばり強さが大切だと思いました。パラリンピック出場はとて大変です。みんなのがんばりが実って愛媛からパラリンピックにならなうと思いました。