



第 6 回アスリートアンバサダーミーティング(2022.6.24)

宿題発表の様子

【宿題】

★自分のことを調べよう

・SO と出会ったのはいつ？ 最初はどんな様子だった？ 今は？

(SO に出会った頃の自分のことを思い出したり、今の自分について、考えてみましょう！)

・競技について

⇒何が得意？何が苦手？どんな時が楽しい？嬉しい？ など

伊藤有希さん

・SO と出会ったのはいつ？ 最初はどんな様子だった？ 今は？

スペシャルオリンピックスと、出会ったのは、自分はスカウトで入りました。当時は 23 歳の時でした。

最初の時は前の仕事場で角田さん(SO プログラムのコーチ)と帰りの電車の中で出会ったんです。その時に、角田コーチから、スペシャルオリンピックスのことを話されていて、最初はスペシャルオリンピックスって何だろうと思っていたんですけど。その後コーチが家に来てその時「はじめたら？」って聞かれて。当時は、年齢も最年少で、練習に参加した時に、みんなと、話もできて、すぐに友達になったんですよ。何人か LINE 友達にもなりました。

今は広島大会で、フライングディスクのアスリートとして(出場することを)、応援してくれているので頑張りたいと思います。

・競技について ⇒何が得意？何が苦手？ どんな時が楽しい？嬉しい？ など

自分はこれといった、何が得意も苦手もないんです。

どんな時が楽しいかは、2 つエピソードがありますね。大会に出た時に、(他のアスリートと)話している時間が楽しいのもありましたし、メダルを取れた時の共有で分かち合う嬉しさです。やっぱりメダルをもらうだけじゃなくて、みんなと共有しあうことです。お互いが「頑張ったね」とか、自分から声をかけることが得意なところもあるので。「やったじゃん！すごいじゃん！」とか、太鼓持ちみたいなのところもあります(笑)。

講師:逆に自分の実力が出せなくて、うまくいかなかった、負けちゃったというお友達がいても声かけてあげられますか？

はい！そういう時は相手ばかりじゃなくて、自分のできないこととかも話して、できるできないとかじゃなくて、その人の気持ちを聞いてあげたりします。「君だけじゃないよ！私もあるんだから」って。

田中晴樹さん

・SO と出会ったのはいつ？ 最初はどんな様子だった？ 今は？

出会ったのは、2012 年、小学 5 年生の時からで、テニス一筋でやっていました。当時はわがままな性格で、知的障害だけ



らそうかどうか分からないんですが、周りがあまり見えていなくて、相手にぶつかることが多い感じですね。
例えば遠くにコーチがいるけど、その手前に他の人がいるけど、それが見えていなかったとか、そんなことが多かったです。

また当時は、テニスをやる場は慣れたんですが、観る立場が分からなかったということで。その翌年に福岡で県大会が行われまして、テニスの基本観戦でもある、プレー中には声を出してはいけないというマナーみたいなものがあるんですけど、それが分かっていなかったりとか。団体行動があんまり難しかったかなというのもありました。
これも今は慣れているという状況です。

・競技について ⇒何が得意？何が苦手？ どんな時が楽しい？嬉しい？ など

2012年に入って、当時は最初、個人技能競技といいまして、普通に1対1でラリーしあうのではなくて、コーチが下からボールを投げてそれを打つという形だったので。打ち方の基礎から習って、とかあとはコートの中に(ボールを)入れるという簡単な練習で、コートの一面の半分より真ん中あたりから打つというのから始めました。

苦手だったのは、利き手とは逆の方向から打つ、バックハンドがなかなかできなかったということがありまして。打ち方を教わった当時は、ソフトテニスをやっていたということだったので、ソフトテニスとテニスの打ち方が違っていたので、「田中君ソフトテニスの打ち方になってる！」ってよく言われていました。

そこから現代に戻っていきますが、2015年頃から、コーチに自ら申し出て、(個人技能競技から)シングルスの方に変えて、今なお腕に磨きをあげていっているという状況です。

どんな時が楽しいかは、練習後なんですけど、僕のテニスの先輩方と一緒にごはんを食べに行ったりとかがありました

洲崎雅裕さん

・SO と出会ったのはいつ？ 最初はどんな様子だった？ 今は？

最初にSOに出会ったのは、6年前に、当時、就職活動をしていた中で、就労移行施設というところに通っていたんですが、そこで出会った、SOのアスリートの方から誘いを受けて。こういうスペシャルオリンピックスという団体があって、バスケットをやっているんだけど、と誘われたのがきっかけですね。

初めて行った時は、けっこう緊張したんですけど、簡単なその場でのドリブル練習をやっているところが、「うまいね！」と、言われて楽しくなって、ちょっと続けてみようかなと思いましたね。コーチの方も、ボランティアの方も、暖かく迎え入れてくれて、すごくいいところだなと思いました。

全然バスケはそれまでやったことがなかったので、次の日とかには、筋肉痛になりましたね笑

今はバスケの他に、卓球もはじめまして、毎週参加していますけど、今は筋肉痛などもなく、運動ができる体になったのかなと思います。

・競技について ⇒何が得意？何が苦手？ どんな時が楽しい？嬉しい？ など

最初入った頃から言われていたのは、「シュートが得意だね」、「シュートフォームがきれいだね」と言われてましたので、そこを伸ばしていこうと。スリーポイントシュートもだいぶ入るようになってきたので、シュートが得意ですね。



苦手なことは、僕はポイントゲッターではあるんですけど、ゲームメイクもしないといけないようになってきて、正確なパスがもっと出せるようになればなと。タイミングよく、バシッとパスをだして、簡単なシュートを打たせてあげることが、もっとできるようになればなと思います。

最初は、勝ちたいということにこだわっていて、時々周りが見えなくなることがあって、勝った時はすごく嬉しいという感覚で前はやっていたんですけど。今は、他のアスリートが、いいプレーしていた時とか、いいシュート打ったね！という時に、なんか嬉しいなと思いますね。自分以外のナイスプレーが、すごく自分にとって嬉しく感じます。みんなが怪我なく、思い切っけてプレーできたら、最高だなと思います。

【講師の方からのコメント】

みなさんのお話は、それぞれに非常に特徴が出ていて、とてもおもしろかったです。

伊藤さんが周りに声をかけて仲間と話すとか、洲崎さんが周りのプレーがうまくいったら嬉しいと思うとか、その辺感じるところは同じ部分だと思いましたし、洲崎さんが最初参加した時は緊張されたとおっしゃっていましたが、割と田中さんは緊張がなく、伊藤さんも最初からお友達がすぐできてとか、その辺は違いがあったりとか。それぞれ皆さん、ここ同じだったとか、私と違うところだとか、皆さんもお話を聞く中で、自分で感じられたと思います。

このように、「自分のことを知る」ということは、自己PRや自己アピールができるようになると思います。

また、自分を知ると、他人との共通点や違いも知ることができて、この人はこんな人なんだとか、お互いを知って共感できる部分が出てくると思うんです。これがとても大事なことなので、「共感する力」を皆さんには覚えておいていただきたいなと思います。