



No.48

## SON・兵庫 尼崎プログラム



### 尼崎プログラムのこれから

尼崎プログラム委員長 光本 雄佑

昨年7月に京都 敬 尼崎プログラム委員長が相談役になられて、若菜ながら尼崎プログラム委員長を引継いで事となりました。この伝統ある尼崎プログラムを引継いで重責はありますが、これまで長年に渡り尼崎プログラムを支えてこられた諸先輩方に助

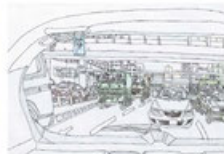
けて頂きながら、アスリートの皆さまがスポーツが出来る場をより充実させていきたいと思っております。その為の1つの手段としてはスペシャルオリンピックスの認知度を上げる事が大切だと思っております。経験が浅く不安な所もあるかと思いますが、ご理解とご協力の程、何卒よろしくお願い申し上げます。

### アスリート達の作品

～こんな素晴らしい才能が!! アスリートたちの趣味や特技を一堂ご紹介～

#### 広島駅新幹線の風景

アスリート委員長  
ボウリング  
山口 洋一



喜多野さんの運動する車の中から見た広島駅新幹線の風景です。  
後方は、山とさんの車で、運転は山とさんで、その隣は、松本ヘッドコーチです。右後方はタンクローリートラックとキナー車です。左後方は、広島タクシーと広島電鉄バスです。  
鉛筆書きをボールペンでなぞって絵が完成しました。

きれいな色で、  
絵がいたところも  
気をつけて塗りました。

#### 「100万出生きたねこ」の絵本をもとに描いた絵巻物

スケート 立花 那奈海



### 障壁にも逆り重ねるアクリル画 鼓泳 藤山 晃大



鼓泳に参加している藤山晃大の母です。絵画制作を本格的に始めて16年目の年となりますが、正直こんなに長く続くとはいっていませんでした。始めのきっかけは支援学校での美術の授業です。

支援学校の授業では、動物のはく製や植物を模写していました。支援学校に入学するまでは絵を描く機会がなかったのですが、思い返すと中学時代も美術の成績だけは良かったように思います。初めて晃大の絵画を見たのは、支援学校の参観日に行った時のこ

と、生き生きとしたタッチのカラーファン画を見て、「結構上手に描けるんやなー」と驚きました。

支援学校を卒業後、「ただ、作業所に通う日々を過ごすのではなく、自分の自信につながることをさせたい」と思い、通い一画、絵画教室に通うことになりました。最近では、大塚や東京で開催するグループ展に出展して制作活動を続けています。

今では、絵画制作は生活の一部で、制作している姿は真剣そのもの。アクリル絵の具をふんだんに使って、塗り重ねて厚みを出すことにこだわっているようで、楽しげな様子が見えます。これから活動も続けられるよう見守りたいと思います。

鼓泳ファミリー 藤山 弘美



### バスと電車 ボウリング 竹森 敦



### 寝台特急トワイライトエクスプレスの特記 スケート 堂下 歩夢

寝台特急トワイライトエクスプレスの特記を作りました!  
彫刻刀で彫るのが難しかったです。







この写真は50世界大会で  
ドバイに行った時のです。  
今年は広島でアシナル大会があるので、  
出場したいです。頑張ると行きたいです。

水泳 岡村 美香



今年はコロナが早く終息して  
みんなと一緒にいっぱい  
練習が出来ますように。

水球 長友 光宏

今年は、就職活動を頑張ることに、  
早くコーチの皆さんと  
楽しく水泳が出来てくれることを願っています。

水泳 岡田 真央



コロナがなくなって、スポーツが  
いっぱいできるようになってほしい。

水球 濱本 優太



早く練習ができますように。  
左右に曲がる滑走ができるように  
頑張りたいです。

スケート 重松 あさひ



今年は、火山練習してのじぐく大会、  
アシナル大会に出場したいです。

水泳 森岡 美幸

ひとりでスイスイ滑れるように  
なれたらいいな！  
がんばります！！

スケート 松田 小桃



いつもありがとうの  
もっと頑張りたいです。  
早く水球したいです。

水球 荒木 瑠璃香



## アスリート の 希望

コロナが落ち着いて  
早く練習がしたいです。  
試合でいい結果を出せるように  
がんばりたいです。

水球 古結 勇斗



アベレージアップ目指して  
頑張ります。

ボウリング 吉岡 亮

新しいメンバーが、加わり、コーチ陣の人数不足で、  
手助けをしながらアスリートと泳いでいます。  
自分自身も水泳、ボウリング、水球のアスリートで  
活動しながらも、アスリートコーチとして  
頑張りたいと思います。

水泳 竹生 友美

早く皆と一緒に練習したいです。

スケート 室田 花菜

(元アイスダンス選手として)



小学3年から15年続けてきた水泳—  
コロナで丸2年お休みしていました。  
今年の1月から再開(また、休止ですが…)しました。  
『早く今の状況が収束し、  
50の水泳に楽しく参入します様に』ですわね。

水球 加藤 勇気



新型コロナウイルスの影響で練習もお休みですが  
早くいっぱい泳ぎたいです！  
兵庫大会も今年はありませんように

水泳 今津 崇善

スケートが大好きです。  
みんなで練習したいから早く、  
コロナが終わって欲しいです。  
いつか、羽生選手に会いたいなあ。

スケート 有澤 樹



サーブの種類を増やす

水球 中橋 真有香



3年前に、若本花織選手と同じ場で  
表彰された時の写真です。  
これからもスケート頑張ります。

スケート 斉藤 武雄



## 4つの競技

尼崎プログラムでは4つの競技を実施しています。自分の参加している競技以外はあまり知らなかったりします。尼崎プログラムの仲間がどんなことをしているのか、それぞれの競技について詳しくみてみましょう！

### ボウリング

BOWLING

- 活動日** 日曜日 10:30～12:00(3ゲーム)  
**場所** 神崎川ガイドボール  
 豊中市大島町3丁目11-2  
**募集** ボウリングが好きな人

脱前は初級者からプロ級まで幅広い層のアスリートが活動しています。



練習場は阪急神崎川駅から徒歩5分の神崎川ガイドボールです。維持管理の行き届いたキレイなボウリング場です。コースは参加日数とゲーム数(2ゲーム×3ゲーム)に応じてA～Dまで4コースに分かれています。



現在メンバーは39名で、各自目標に向けて頑張っています。練習後は成績発表があり、スコアが良ければ賞品が頂けるので練習にも力がはいります。1期ごとの最終日には表彰式やサンキューパーティをして皆で楽しい時間を過ごしています。

### 競泳

SWIMMING

- 活動日** 土曜日 16:00～17:00(月2回)  
**場所** 尼崎スポーツの森  
 尼崎市唐町43  
**募集** Aコース:25M泳げる人  
 Bコース:初心者の人

「尼崎スポーツの森」の広いプールで、アスリート15人で活動しています。



Aコースはコーチの指示でそれぞれの泳法で泳ぎ、Bコースはコーチと一緒にビート板等で泳ぎ、時には競合者のファミリーに手を振ったりして楽しく練習を重ねています。

泳水の10分前にはコーチ2人が高手でアーチを作り、「トンネル」に見立て全員水中に潜って5m程度進み、楽しいひとときを過ごし、その後、ジャグジーで輪になって遊び、みんな楽しそうに冷たい身体を温め、シャワールームに向かいます。

又、半年毎にタイム取りをして、「サンキューパーティ」と称し、アスリート、ファミリー、コーチが集い半年間の自己ベスト更新記録、練習成果を讃え、プレゼントを頂いたり、初やかな会を開催しています。

### 卓球

TABLE TENNIS



尼崎会場はアスリート8名、宝塚会場は13名、ボランティア/ファミリーコーチは両会場計12名で練習しています。

#### 尼崎会場

- 活動日** 土曜日隔週 14:00～16:00  
**場所** 百合学院小学校 体育館  
 尼崎市若王寺2丁目18-2



宝塚のアスリートが2人参加され、尼崎・宝塚両会場で練習しました。

#### 宝塚会場

- 活動日** 土曜日隔週 17:30～19:00  
**場所** 宝塚市長尾南小学校 体育館  
 宝塚市山本南2丁目10-1



集合時は「こんにちは、元気になって?」と声をかけあい、挨拶、消毒、体調を記入します。みんな卓球台の設置・ネットはり等、準備をして、アスリート主催によるラジオ体操をします。いよいよマスクをして練習です。10分間のタイマーをかけ、アスリート対コーチで対戦。拍手をかえながら全員と打ち合います。アスリートは先発で練習しています。『王様ゲーム』はすこく盛り上げますよ。

### スケート

SKATING



「尼崎スポーツの森」のスケートリンクで、アスリート9名で活動しています。

- 活動日** 10月～4月初めの日曜日  
 15:00～16:30(月2回)  
 のシーズンオフは、自主練習あり



- 場所** 尼崎スポーツの森 スケートリンク  
 尼崎市唐町43  
**募集** スケートを滑ってみたい人

全くの初心者でも、スケート靴の履き方から指導します。最初は滑れなくても、まずは氷の上で立つ、次はペンギン歩き、ひよたん〜と少しずつできることが増えていき、いつの間にか滑ることができるようになっていきます。上手になると、バック、クロスなどにも挑戦しています。スピードスケートとフィギュアスケート、一緒に練習しています。毎回、みんな準備体操をしてからリンクに入り、時間内、それぞれのペースで自由に滑っています。複数のコーチが見回り、丁寧にサポート、指導します。シーズン最後の日に記録会を行い、その後、サンキューパーティという初やかな会で、表彰式をしています。

## アスリート&ボランティア募集

各競技ともアスリートは歳違以上～年齢制限なしで、上手下手問わず募集しています。ボランティアは性別・年齢問わず、お手伝いいただける方を募集しています。詳しくは 399@kaita@gmail.com (Eメール)までお問い合わせください。

