



特定非営利活動法人

スペシャルオリンピックス日本・愛媛

事務局／〒790-0967 松山市拓川町3番44号

TEL／089-941-5630

2017年 10月 12日発行

オレンジスピリットNo. 19

生きるよろこびを!



2017年9月10日、新居浜市で保育士さんたちとの会議がありました。その会が12時からだったので、途中『第33回どてかぼちゃカーニバル』（東温市で開催）に出店していたSON・愛媛のテントをのぞきました。ただ訪れた時間が開店前ということで、残念ながら掘り出し物は購入できませんでしたが、SON・愛媛のファミリーやアスリート、サポーターの楽しそうな表情が素敵でした。

愛大附属支援学校時代から知っているたかし君にあいさつをしたら、しっかりあいさつを返す姿を見て、頼もしささえ感じたものでした。

そんなSON・愛媛の仲間たちの一人ひとりに安心もしつつ、一年前の相模原障害者殺傷事件が問いかけるものを考えさせられました。藤井克徳他編『生きたかった』（大月書店刊）に収められている知的障害当事者の三宅浩子さんの声をお届けします。

題して「わたしたちには、夢も生きがいもある!」

わたしは三宅浩子ともうします。46さいです。知的障がい者です。横浜のグループホームで暮らし、作業での仕事はお豆腐の製造と販売をしています。

今回の事件のはんにんは『障害者はいなくなればいい』という言葉を使っていますが、それはあまりにもひどいとおもいました。

同じ障害のあるなかまが『おなじ考えの人をさがしにくるんじゃないかと』と言っているのをきいて、こわくなりました。みんなもこわがっています。

わたしには将来の目標があります。手話をべんきょうして、しかくを取ることです。そのために、本を買って毎日グループホームへ帰ってからべんきょうしています。

また、楽しみはHey-Say-JUMPのコンサートに行くことです。きっと殺された人たちにも、目標や楽しみがあったと思います。こんな人がいたんだと知ってもらうために、わたしは今日ここに立っています。(中略)

今回の悲しい事件をきっかけに、少しでも障害者が安心、安全に地域でくらししていけることを願います。

(P41~42)

この発言は、2016年9月28日、日本障害者協議会主催の追悼・緊急ディスカッションでの発表原稿の一部ですが、“生きるに値しない命、などないのです。こうした訴えを真剣に議論し、今回の事件を自分の問題として考えるきっかけにしたいと思います。みんなが生きるよろこびを享受できるように。

【 理事長 山本 万喜雄 】

《 SON・愛媛 ブランチ紹介 》

～ 西条ランチ ～

西条ランチは、現在23名のアスリートが毎月2回のプログラムを行っています。

今年の夏は猛暑の日が続きましたが、アスリート達は暑さにも負けることなく、自分の目標に向かって練習メニューに励んでいます。年2回の記録会では、自己ベストを目指すアスリートもいれば、自分の走る目標（距離）を完走できた達成感を味わうアスリート、ファミリーの声援に後押しされて頑張るアスリート等、それぞれ目標は違いますが継続することの大切さを感じながら活動しています。

いよいよマラソンの季節の到来です。今治シティーマラソンに始まり、坊っちゃんランランラン、愛媛マラソン等、今年は何といてもホノルルマラソンにエントリーしているアスリートがいます。

また、今年も西条市駅伝にチームをつくって参加しようと思っています。



～ 今治ランチ ～

< 2017年第4回スペシャルオリンピックス日本・山口地区大会 >

2017年7月9日、第4回スペシャルオリンピックス日本・山口地区大会が小郡スーパーボウルで開催されました。

愛媛は初参加でしたが、香川、徳島、福岡県からも参加があり、選手同士の交流も行い練習の成果を競いメダルを4個獲得しました。

コーチとして参加させて頂き新しい地区の競技会に参加する事で、アスリートが日々の練習の力を発揮し、得る力を今後の活動にも活かして行きたいと思います。





<第32回 今治市長旗争奪チャリティーボウリング大会>

今治ボウリング協会さんのご協力で、毎年恒例の第32回今治市長旗争奪チャリティーボウリング大会に参加させて頂きました。

今治ボウリング協会の方にはいつも御支援御協力を頂き、またプログラムの練習にもコーチとしても御参加いただき、今治ブランチー同感謝しております。

大会当日は両親の参加も多々あり、各レーンで親子対決となり、ゲームが終わった時には親御さんはすっかり肩を落としていました。という事で結果は想像にお任せいたします。

毎月のプログラムで日々練習を行っているアスリートには太刀打ち出来ませんでした。



<わいわいフェスタ>

今治市障がい者団体連合会主催の「わいわいフェスタ」のフライングディスク大会にアスリートが「スペシャルオリンピックス」でエントリーしました。初めて体験するアスリートもドキドキ・ワクワク。

当日受付もOKということで「チームSO」で母親達もチームを作り参加しました。

全部で25チーム位の参加でしたが、2位「スペシャルオリンピックス」3位「チームSO」という好成績でした。



～ 松山・東温ランチ ～

「第33回どてかぼちゃカーニバル」に参加しました!

第33回どてかぼちゃカーニバルで、私がランチ長になってから10回目の参加です。

始めのころは参加するファミリーも少なくいろいろ大変でしたが、近年はお手伝いして下さるファミリーも増えて、今年はアスリート12名・ファミリー16名で大勢で準備・販売し楽しくできました。

また、来年はダイヤアルミさんのご協力によりフリーマーケットに出させていただいているフライパンが好評なので、来年は数を増やしてみようかとみんなで考えているところです。

【 松山・東温ランチ長 末松 茂 】



余剰品準備中



準備完了!!



余剰品販売中です。みんなで『いらっしゃいませ!!』『ありがとうございました!!』



「第33回どてかぼちゃカーニバル」に、今年も参加しました。

どてかぼちゃの重さを競うコンテストや、もちまき、かぼちゃの積み上げゲーム、重量当てなど、いろいろなイベントやブースが盛りだくさんでした!

アスリートやファミリーの方々との交流もでき、いっぱいお買い物も楽しくできました。ありがとうございました。

【 ボランティア 】





秋空高い9月10日、待望の「どてかぼちゃカーニバル」の日です。

10時着予定で出発したものの、レスパスシティ入口500m手前辺りから大渋滞。来場者の人気うかがえます。

予定より30分遅れて到着。オレンジや黄色の大きなかぼちゃの並ぶ向こう、SO旗と揃いのピンクのシャツを着た仲間たちが見えます。

提供品のフライパン、衣類、ワンちゃん用のバンダナなどと並んで、ケースに入った見事なコオロギ、クワガタ、カブト虫。早速手に取って、即購入。製作者の渡部翔太くんに話を聞くと、3時間かけて1匹を完成させることや、足の部分がいちばん難しいとの返事が返ってきました。

力作だけにもっともっと完成までの苦労があったと察せられます。ご両親からは、仕事をしながらの昆虫製作の時間の持ち方や、絵の才能もあることを伺いました。息子さんを語るお父さんの優しい目差しと誇らしさが印象的でした。

アスリート、ファミリーの明るい笑顔と熱意であふれたブース。どてかぼちゃカーニバル初体験の私には、もう来年のこのイベントが楽しみでなりません。

【 ボランティア 】



バドミントンをしている渡部翔太さんです。手に持っているのは、翔太さん手づくりの昆虫の竹細工です。

お子さんから大人の方まで「すごいね!!」「すてき!!」とお声をいただき、とても評判よかったです。



HAPプログラム紹介！

SON愛媛のアスリート・ファミリー・コーチのみなさんへ、愛媛ではというより日本の各地区組織でもあまり取組みがされていないヘルシー・アスリート・プログラム（HAP/ハップ）についてご紹介します。

- HAP/ハップ -

アスリートの健康を増進し、競技会などで実力を最大限に発揮できるよう健診を行い、アスリート本人やコーチ、ファミリーに結果を伝えて、健康に対する意識や知識の啓蒙を行い、生活の質の向上を目指すプログラムです。



- SO 日本 -

ヘルシー・コミュニティ事業の一環で、アスリートの生活習慣改善プログラムへの取組みが始まりました。HAPを実施できる医療スタッフやボランティアを養成し、全国で実施できる体制を作る動きが始まっています。

HAP/ハップは6つの部門がありその内容について紹介します。

1. 身体の柔軟性やバランス（ファンフィットネス）



ファンフィットネスの目的は、柔軟性、筋力、バランス、および有酸素運動能力を評価し、向上させることです。

理学療法士により、それぞれの身体能力の重要性と、ストレッチング、筋力増強、バランス向上、有酸素運動能力向上のための運動について指導が行われます。

2. 視力（オープニングアイズ）

アスリートたちの眼の健康を守るために、世界大会や国内大会では参加アスリートに対し、眼科医師や視機能の専門家を中心に眼の健康チェックを実施しています。



3. 口腔（スペシャルスマイルズ）

スペシャルスマイルズでは、口腔（歯、歯肉）の健康チェックと口腔疾患の予防のための歯ブラシの指導と栄養指導を行います。



4. 聴力（ヘルシーヒアリング）



ヘルシーヒアリングでは、鼓膜の状態、聴力検査などにより、聴力障害とその原因などについて、言語聴覚士、耳鼻科医が最新の機器と知的発達障害者に配慮した測定方法で検査します。

5. 足のケア（フィットフィート）



足の不調は、足以外にも身体に疼痛などを引き起こす可能性が考えられ、スポーツ場面のみでなく、日常生活にも悪影響を与えることが考えられます。

そのためには、日頃から足を良い状態に保つことが必要であり、正しいケアを行うことが大切です。

6. 栄養・生活習慣（ヘルスプロモーション）

ヘルスプロモーションは、アスリートの運動能力向上、健康維持増進を目標としたプログラムです。偏食、過食などによる過体重は運動能力、健康上の支障をきたします。身長、体重測定を行い、アスリートの状態を把握し、アスリートとそのサポーターに栄養士・保健師等がアスリートの食生活や喫煙などの生活習慣を聴き、どのような生活が運動能力向上、健康維持増進につながるか一緒に考えていきます。



※ お知らせです！

SON・愛媛では、12月3日(日)のSO DayでHAPプログラムを予定しています。

楽しみに参加しましょう！

SP委員長より

《 ブランチの活動紹介 》

～ 松山・東温ランチ ～

バドミントンプログラム(準備体操としてえがお体操)

日時 9月3日(日)

場所 三浦体育館



みんな楽しそう！
笑顔がすてき！



・「みんなが楽しくできる準備体操を」と考えていたところに「えがお体操」に出会いました。2年間続けているとアスリート達もすっかり覚えてくれました。

毎回とてもいい笑顔でリズムに乗ってくれて嬉しいです。【ファミリーコーチ 仲神早予子】

・えひめ国体の為体育館を利用できる施設が無かった時、ボランティアコーチの佐古田さんご夫妻の紹介で、三浦体育館を利用させて頂く事ができました。

クーラー付きの体育館でみんな喜んでいました。

【松山・東温ランチ 末松 茂】

SON・愛媛 アスリートとして参加しませんか！？

プログラム参加方法は・・・



スペシャルオリンピックス日本・愛媛では、アスリートのチャレンジを様々なスポーツプログラム（スポーツトレーニング）で支援しています。

また、ファミリーもさまざまなかたちで活動に参加しています。

アスリートと一緒に思いきって一步を踏み出し、新しいことにチャレンジしませんか？

ボランティアやコーチとしてスポーツを共に楽しむこともできます。一緒に参加することでさまざまな可能性が広がっていきます。

アスリート登録の詳細や見学、参加希望の方は、事務局までお問い合わせ下さい。

障害のある人にスポーツを



スペシャルオリンピックス(SO)とは、

知的障がいのある人達にスポーツ活動を提供し、社会参加を応援する国際的なスポーツ組織です。

スペシャルオリンピックスの使命

知的障がいのある人たちに年間を通じて、オリンピック競技種目に準じた様々なスポーツトレーニングと競技の場を提供し、参加したアスリートが健康を増進し、勇気をふるい、喜びを感じ、家族や他のアスリート、そして地域の人々と才能や技能や友情を分かち合う機会を継続的に提供することである。

発行 NPO法人 スペシャルオリンピックス日本・愛媛
〒790-0967
松山市拓川町3番地44号 日野学園内
TEL・FAX 089-941-5630
メールアドレス: son_ehime@son.or.jp

10月は、えひめ国体、
えひめ大会が開催されて
います。

アスリートも出場して
いますので、皆様応援を
よろしくお願いいたします。



※ このニュースレターの印刷は、富士ゼロックス四国(株)様にご協力いただいております。