

交流を通して成長する

昨年夏に、ドイツパラリンピック柔道選手とU19の柔道選手が合宿に来て、2週間毎日一緒に練習をしました。生徒たちは海外の選手と組むのは初めてだったので少し心配だったのですが、ドイツチームの和やかな雰囲気もあり、すぐに馴染むことができました。

一緒に練習をしていく中で、生徒たちが柔道のスキルはもちろん、コミュニケーション能力も身に付けていくのが分かりました。また、パラリンピック選手と練習することで特有のルールや組み方を学び、理解を深めることもできました。

海外の選手との練習は貴重な体験なので、今後も交流を続け、相互に行き来できるような関係になれたらと思っています。せっかくの機会ですから、この交流を通して、柔道に興味を持つ子どもを増やしていきたいですね。



上越高校柔道部監督  
木下 幸彦さん



上越柔道クラブ副キャプテン  
白川 真利奈さん

とても貴重な経験

ドイツ選手は力も強いけど、捉えどころのない柔道をしていてとても強かったです。強い人から教えてもらってすごく勉強になりました。初めてパラリンピック柔道の選手と組みましたが、視覚障害があるとは思えないくらい他の選手と組むのと変わらない感覚でした。

休憩時間では、選手と握手し、柔道について話すことができ、貴重な体験になりました。2月の合宿で、また一緒に練習できるのが今からとても楽しみです。日本はもちろん、ドイツ選手も応援しています。

柔道で投げたり投げられたりするのには痛いけど、とても楽しいです。小学生では全国大会に行けず、悔いの残る結果だったので、中学校では全国への切符をつかみたいですね。



クラブでの練習の様子



上越市スポーツ協会  
笠原 武晃さん  
(茨城国体トランポリン男子 7位入賞)

ドイツチームとの練習はとても良い経験になりました。普段は一人で練習しているので、他の選手の演技を見ながら練習したり、コーチからアドバイスをもらったりと、充実した練習ができました。英語でのアドバイスは難しかったですが、身振り手振りも交えて説明してくれたので理解することができました。ドイツチームはとても優しく、気さくで明るい人たちでしたが、練習では静かに集中して取り組む姿が印象的でした。

また、ホストタウンになったことで、世界大会で使用されるものと同じトランポリンで練習でき、大会用のトランポリンを知らない選手たちにも体験してもらうことができました。

東京オリンピックが終わった後も交流を続け、ドイツ選手たちと一緒に練習したり、体験会を開いたりして、市内のトランポリンの競技人口を増やせたらと考えています。



とても貴重な経験

世界レベルの選手たちの演技を見られるチャンスはなかなか無いので、今回のドイツ選手との合同練習で学んだことを忘れずに、今後の練習に生かしていきたいです。



練習の様子



レインボージムナスティックス大湯  
百目鬼 あずささん

技術向上のチャンス

一緒に練習した選手の方々は、基礎からとても上手でした。私もこうなりたいと思います。選手の方々の方などを、自分の練習の参考にしました。見て学べるのがたくさんあったのでいい練習になりました。

私はこれまで体操競技をやっていたので、トランポリンは11月から始めたばかりですが、全国大会で自分より上手い同年代の人たちを見ると、もっと練習して、技の完成度を上げて、上を目指せる選手になりたいと思います。

今後の取り組みについて

オリンピック・パラリンピックイヤーの本年は、ドイツのホストタウンとして、2月にパラリンピック柔道、7月には体操チームの事前合宿を受け入れ、世界レベルのアスリートが当市にやってきます。また、オリンピック聖火リレーやパラリンピック聖火フェスティバルも市内で実施されます。今後も市民の皆さんが東京2020オリンピック・パラリンピックをより身近に感じ、その魅力や感動を存分に体感していただけるように、さまざまな情報を広報上越やSNSなどを通じてお届けしていきます。

また、ドイツチームとの国籍や文化を超えた触れ合いの一つ一つが、皆さんの世界を広げ、新しい夢や目標を持つきっかけとなるように、2020年以降のドイツとの交流を見据えて今後も取り組みを進めていきます。

■問合せ…オリンピック・パラリンピック推進室 (☎025-545-9216)

東京2020オリンピック競技大会まであと 191日  
東京2020パラリンピック競技大会まであと 233日



※令和2年1月15日現在

トランポリンチーム



素晴らしい練習環境を整えていただき、時差の調整や演技の確認を行うことができました。また、体操のジュニア選手をはじめとする市民の皆さんから、これまでの合宿では受けたことのない温かい歓迎を受け、とても感動しました。また、公開練習では多くの皆さんからトランポリンの体験を喜んでいただき、私たちにとっても、実際に演技を見て評価していただく機会となり、選手たちの刺激にもなりました。

体操関係者、上越市ホストタウンサポーターの皆さんからも温かくて親切な対応をしていただき感謝しています。

パラリンピック柔道チーム



練習、食事、地域の人々の温かな歓迎など、全体を通して素晴らしい合宿でした。関係者の皆さんから親切な対応をしていただき感謝しています。特に練習に関してはいい意味で驚きました。多くの日本人柔道家が練習相手として参加していて、非常に良い練習を行うことができました。大学での茶道体験、琴体験も、日本の学生と日本文化に触れ、日本への理解を深める貴重な経験となりました。

謙信公武道館の視察では大道場の大きさに驚きました。2020年に謙信公武道館で練習することを楽しみにしています。