



**挑戦するのために、自ら厳しい環境に身を置いてみる。**

**挑戦が、人生を豊かにしてくれる。**

山本篤選手  
メダリスト



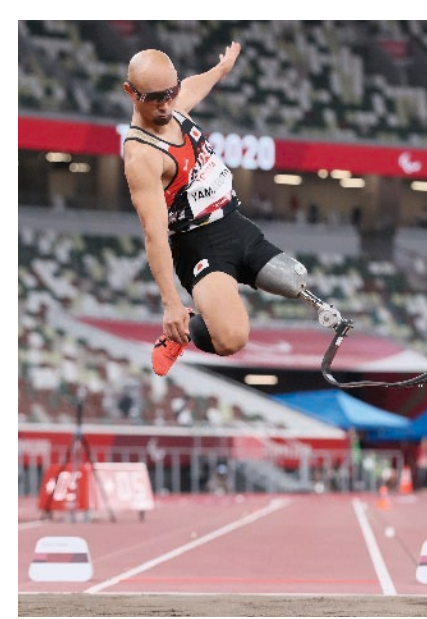
走り幅跳びで銀メダル(北京・リオ)、400メートルリレーで銅メダル(リオ)を獲得。2018年冬のパラリンピック平昌大会にもスノーボードで出場。



写真:時事通信提供

山本選手は、2008年北京から2021年東京まで4大会連続で夏のパラリンピックの陸上競技に出場したトップアスリートです。山本選手が信念としているのは挑戦。一方で、自分のことをサポートして「もうタイプと言います。だから、挑戦するために自ら厳しい環境に身を置いて、サボれないようにしました。大学の陸上部に入ってみると共に練習したのもその一つです。練習が辛い時でも、周りが篤さん、やりますよ」と声をかけてくれた。その何気ない一言が、もう少し頑張ろうと背中を押してくれましたね。

山本選手は、言葉がわからずとも一人で海外の大会に参加するなど、次々と新しいことに挑戦することで自分を磨き、世界のトップアスリートへと成長したのです。挑戦はワクワクドキドキします。



それが、人生を豊かにしてくれます。

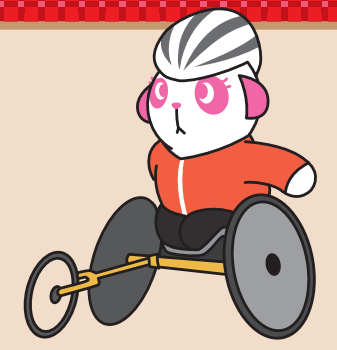
**障がいのある人が、もっと夢や希望に向かえるように。**

山本選手の挑戦は、自分自身のためだけではありません。自らが新しいことに挑戦し、障がい者スポーツの可能性を広げること、それが、人生を豊かにしてくれます。

**「フェアプレー宣言」しました!!**

**問題** パラリンピックの「パラ」は、どんな言葉が元になっているのでしょうか

- A パラソル
- B パラダイス
- C パラレル



「パラレル」は「平行」を意味する言葉。つまりパラリンピックとは、「オリンピックと平行して存在する大会」ということなんですね。

【答え】C



**「きずな」がもたらした金メダル**

陸上競技視覚障がい者マラソン  
道下美里選手・青山由香さん(伴走者)

目の見えないランナーがガイドロープを持って伴走者とともに走る陸上競技視覚障がい者マラソン

二人をつなぐこのロープは「きずな」とも呼ばれている

リオパラリンピック  
伴走者は、レースの状況を伝えながらランナーを導く

もうすぐカーブです

道下選手と伴走者の青山さんは、2016年リオパラリンピックで銀メダルを獲得した

青山さん  
道下選手

その結果にも青山さんは満足することがなかった

どんな声かけをすれば100%の力を引き出せるのだろうか

道下選手の気持ちにもっと寄り添わなくては

青山さん

一緒に練習した時には細やかな表情や仕草も見逃さないようにした

心を通じ合わせるために1日の感想や思ったことを電話で何時間も話した

書き込んだノートはいつか役に立つ

道下選手は、自分自身の挑戦は、自分自身のためだけではありません。自らが新しいことに挑戦し、障がい者スポーツの可能性を広げること、それが、人生を豊かにしてくれます。

東京パラリンピック

道下選手は青山さんら伴走者に支えられ大会新記録で優勝!

道下選手は手渡された金メダルを最初に青山さんの首にかけた

「最高の伴走者がいたから夢を実現できました」といつ感謝を込めて

私は世界一幸せな伴走者です

お互いを思いやる気持ちで結ばれたかたい「きずな」が金メダルとなって輝いた