



## 新入会説明会 ▶ 2021.10.31(日)

コロナ禍の影響で延期になっていた新入会説明会を実施しました。今回は、ボランティアの方も含めて9組の希望者があり、DVDの視聴によるスペシャルオリンピックスの理念や活動内容、ファミリーの役割、メディカルチェック等々について、そして、登録についての詳細説明がありました。それぞれが希望されるプログラムに新しく入会されることとなります。各プログラムのみなさん、共に一緒に楽しみましょう。

(事務局 胎中晴美)

## SON・奈良にもIT化の波が...

新型コロナウイルスの感染が世の中に広がる中、スペシャルオリンピックス日本・奈良の議決機関である毎月開催の運営委員会も、密な状態を避けるため、オンライン会議システムである Zoom(ズーム)を取り入れることになりました。最初は運営委員のほとんどが「Zoomって何?」という状態でしたが、使いこなせるようになってきました。今後、アスリート委員会やファミリー委員会でも導入していただけることを期待しております。

(事務局 田所祐治)



## 今後の予定

# 2.19

### NPO 法人 スペシャルオリンピックス日本・奈良 2022年度 第1回 社員総会

## SPONSOR

寄付金・賛助金のお願い

NPO 法人スペシャルオリンピックス日本・奈良の活動は、皆様方の寄付金・賛助金等によって運営されています。この活動への皆様方のご理解とご協力をお願いいたします。

「楽しい」「2022年もがんばりたいです」というアスリートさんたちのお声に力が出ました!! プログラムができることに感謝しつつ、一日も早いコロナの収束を願って...

(仲川宏美)



賛助会員

- 個人 年間1口3,000円
- 法人・団体 年間1口10,000円

振込先

NPO法人スペシャルオリンピックス日本・奈良

郵便振替

00900-8-172912



知的障害のある人にスポーツを

ニュースレター

# Dream

NPO法人 スペシャルオリンピックス日本・奈良

2022年2月1日 Vol.37  
NPO法人 SON・奈良事務局  
〒631-0811 奈良県奈良市秋篠町1381-1  
オープンスペース 'AYUMI'内  
Tel:0742-53-0511  
E-mail: nara@son.or.jp  
発行責任者: 仲川宏美

## ユニファイドレクリエーション ボウリング大会

▶ 2021.11.21(日)

交流を目的としたレクリエーション大会を開催しました。各プログラムからアスリート・ファミリー・コーチ、総数34名の申し込みがありました。

また、ジブラルタ生命奈良支社の『20周年記念事業のボランティア活動』ということで、11名の社員の皆さんも一緒に参加していただき、ボウリングに汗を流しました。

SON・奈良としてはひさしぶりの大会で、コロナ感染防止のマスク着用、グータッチや拍手の渦で、元気いっぱいゲームを楽しみ、交流できました。

(事務局 胎中晴美)



### 「スペシャルオリンピックスに参加させていただいて…」

ジブラルタ生命保険会社として地域に貢献させてもらえるボランティアをということで初参加させていただきましたことで、『スペシャルオリンピックス』を知ることができました。

参加にあたってのお話の中に、「人と話すことが苦手な人、逆にずっと話したい人など、いろいろな人がいていいんじゃないか」ということにも大変感銘を受けました。大変楽しい一日となり、私たちがとっても元気をいただいたように思います。今後、大した事はできませんが、迷惑にならないように、小さく始めて、輪を大きく継続していけたらと思いますので、今後共々よろしくお願い致します。

最後になりましたが、ご尽力いただいた関係者の皆様、ありがとうございました。  
(ジブラルタ生命保険会社 岡彩さん)

## SON・奈良支援自販機 設置のお願い

コカ・コーラ自動販売機の売り上げの一部が SON・奈良の支援に充てられる自動販売機です。現在、奈良地区では6台の支援自販機が設置されており、たくさんのご支援をいただいております。

今年は第1号機支援自販機(奈良県立図書情報館)設置後10年目となり、奈良県内各所に支援自販機を設置し、『スペシャルオリンピックス日本・奈良』の名前と内容の理解促進につながるよう、設置場所の募集をしています。新規設置はもちろん、今ある自販機を支援自販機に交換することも可能です。ご支援、よろしくお願い致します。



## 競泳 Swimming

奈良

通常練習場所の福祉センターのプールが改修のため使用できなくなり、九条プールに場所を変えて練習をしてきましたが、コロナ禍で中止となっていました。

そして、この10月からようやく再開しました。今は密を避けるため、A・Bと2チームに分かれ、週交代で九条プールと西部プールを利用しての練習となっています。新たにアスリート、ボランティアも増え、にぎやかに活動しています。

(岡田久美子ファミリー・沖悟子ファミリー)



西部プール

郡山

10月6日(水)から練習を再開しました。いつもの仲間との練習はとても楽しいようで、アスリート達は生き生きと泳いでいます。

アスリートの山崎さんが語ってくれました。

「泳げるのが楽しいです。ひさしぶりでも疲れてはいません。でも水が鼻にはいるようになってしまったのと、肩が痛いんです。練習のあとはお腹がすいて、ぐっすり寝れます。」

諸事情で練習に参加できないアスリートがまだ複数おられるので、全員が揃う日をゆっくり待ちたいです。

(尾川久子コーチ)

三郷

コロナ禍でプログラムもお休みが続きましたが、やっとプールに入れて、皆喜んで懸命に泳いでいます。

事情があり、休会されているアスリートもいますが、ひとまず安心してプールに入れることに感謝しています。

(塚本恵美子コーチ)

## バスケットボール Basketball

平城

新しいメンバーを迎え、練習を再開することができました。基礎練習やリズムトレーニングで体力を戻しながら、レイアップシュートやパス練習といったスキル練習に取り組んでいます。

練習ができない日が多かったにも関わらず、とてもいい感覚で取り組んでくれているように思います。シュートを決めた時、マスク越しですが、アスリートから嬉しい表情が伝わってきます。全員で練習できる日が待ち遠しいです。

(高下真央コーチ)



田原本

10月8日よりプログラムを再開しました。ひさしぶりの練習であったため、みなさん、とても楽しかったようで、みんなに会えて嬉しそうなお顔をしたり、寝るまで「シュート」って言ったりしていたようです。やはり、身体を動かすことは素晴らしい事だと実感しました。また、新しい仲間も増えて、個人練習がメインですが、楽しくやっています。

(高台晴彦コーチ)

## ボウリング Bowling

再開初日、「おひさしぶりです！」と挨拶を交わしました。そして、練習が始まると、アスリートのみなさんは徐々に勘を取り戻し、blankを感じさせない投球でした。当初は、2ゲームで身体を慣らし、慣れてきたところで、3ゲームをしています。ストライク・スペアが取れた時は、感染防止のグータッチで喜びを分かち合っています。コロナが収束して、ハイタッチができるようになることを願います。

(野口悦代コーチ)



## スノーシューイング Snowshoeing

今年度下期のプログラムが11月21日にスタートしました。新型コロナウイルス感染の影響で、上期のプログラムは例年のように毎月の練習ができませんでしたが、アスリートは元気に写真のように走り出しました。

雪の上を走るプログラムですが、スノーシュー(西洋カンジキ)を付けて草原を雪に見立てて走る練習をしています。

(森本貴彦コーチ)



草原を雪に見立てて…

## SOボッチャ SO Boccia

「おひさしぶりです」「お元気でしたか」と互いに笑顔で声を掛け合い、一年半ぶりの再開に皆で喜び合いました。コロナ禍という事もあり、練習場所が確保できずにいたところ、あゆみの会のデイジーをお借りすることができました。

初回の練習ということもあり、ゆったりとした感じではありましたが、アスリートの皆さん、ファミリーの皆さんと楽しい時間を過ごしました。感染対策をし、終息を願いつつ、これからも励みたいと思います。

(廣尾匡コーチ)

## 陸上競技 Athletics

再開後、ウォーミングアップと体操、最後のストレッチ以外は、2つのグループに分かれて練習をしています。それぞれの日々の運動量に合わせた基礎トレーニングやランニングに取り組んでいます。ひさしぶりの練習ですが、スタートから最後まで、アスリートのみなさんは元気いっぱい全身を動かして活動しています。

(齋藤あゆコーチ)



## 奈良YMCAチャリティージョグ・ウォーキング

▶ 2021.10.24(日) 平城宮跡

アスリート委員会より2人、陸上プログラムよりアスリート10人・コーチ2人がグループジョグ・ウォーキングに出場しました。グループ全員でゴールをするというルールのため、メンバーに声をかけたり、走るリズムを合わせたり、後から走ってくるメンバーを待ったりと普段の練習とは違った経験をする事ができました。1グループが表彰され、スペシャルオリンピックス日本・奈良として三菱賞(協賛)をいただきました。天候にも恵まれ、ひさしぶりに大会の雰囲気を感じ、みなさん生き生きとした表情をして、最後まで参加していました。少しずつこのような機会が増えてほしいと思います。

(陸上コーチ 齋藤あゆ)



## SONオンラインマラソン2021

▶ 2021.11.14(日)

陸上プログラムで「SONオンラインマラソン2021」の地区連携イベントに参加しました。走った距離をアップすることで、オンラインマラソンのゴールである「世界一周」の走行距離に参加することができます。奈良の陸上プログラムは、チーム名「ランランきんぎょちゃん奈良」でエントリーしました。みなさんががんばって、5080.56km走りました。

結果は、152チーム中4位でした。個人でも、総合やSOアスリート男女部門で、ベスト10入りを果たしたアスリートがいました。SONオンラインマラソン2021は目標の世界一周を達成し、総走行距離324,886.98km、世界1.7周でした。

(陸上競技 小泉明美コーチ・齋藤あゆコーチ)