



# コスモス

校訓：支え合い 学び合い たくましく  
学校教育目標

「ふるさとを愛し 志をもって  
チャレンジする子どもの育成」

## 「あすチャレ！スクール」車いす陸上 永尾嘉章さんの授業

『あすチャレ！スクール』（主催：日本財団パラスポーツサポートセンター）で、永尾 嘉章（ながお よしひみ）さんをお迎えして、5・6年生が勉強しました。永尾さんは、夏季パラリンピック7大会に車いす陸上の選手として出場（日本人最多）し、2004年アテネパラリンピックでは選手団主将を務め、4×400mリレーで銅メダルを獲得されました。まさに、パラアスリートのレジェンドです。

まず、永尾さんはパラ陸上のことを教えてくださいました。車いすマラソンの世界記録は1時間17分で、平均時速33km、下り坂は、時速60kmぐらいだとのこと（一般のマラソンの世界記録は2時間01分）。パラ走り幅跳びの世界記録は8m72cm（一般の走り幅跳びの世界記録は8m95cm）。全盲の方の100mの世界記録は10秒台。パラ陸上のすごさを改めて感じました。

次に、永尾さんが現役の時に使っていた車いす陸上用の車いす（レーサー）に乗って、走ってくれました。第一印象は、カッコイイ!!!でした。でも、体育館の中では全力で走れません。そこで、タイヤを乗せてその場でタイヤを回転させることができるルームランナーにセッティングして、全力でこいでくれました。スピードメーターが付いていて、時速がわかります。現役を引退している永尾さんですが、最高時速49.1km!!!

5・6年生の子どもたちも、2人ずつ挑戦しました。まず、5年生2人の記録は、時速12.6kmと時速14.4km。よくがんばりました。お次は6年生。2人の記録は時速13.4kmと時速15.3km。こちらもよくがんばりました。同時に、永尾さんの凄さを改めて感じました。ここで登場したのが、5・6年生の担任の井下先生と森先生。どちらも体力には自信ありです。ひょっとして、永尾さんに勝てないまでも、近づくことができるかも?と思いましたが、2人の記録は時速24.9kmと時速21.8km。大健闘しましたが、永尾さんにはまったく及びませんでした。永尾さんの、そして、パラアスリートの方の凄さがよく分かりました。

その後は、車いすバスケットボールの競技用の車いすでリレーをしました。一般的な車いすはほとんどの子が乗ったことがあったことと、車いすバスケットボール用車いすの性能の高さと、子どもたちのがんばりで、みんなスムーズに直進や方向転換、減速を行い、楽しみながら車いすリレーを行うことができました。

最後に、永尾さんのお話をお聴きました。（↓主な内容はこちらです。↓）

~~~~~

- ・ 人それぞれ、簡単なことや難しいことは違うので、できない人をばかにしないで、お互いの違いを認め合ってほしい。
- ・ 不便なことがあっても、工夫すればできることが多くなる。
- ・ 足が動かない場合、普通のいすだったら動けないから車いすを使って動く。  
目が見えにくい場合、何もないと見えにくいままだから、眼鏡をかけて見えるようにする。

できるだけシンプルに考えてほしい。

- ・ 車いすの人にとって、スロープがあれば便利だけれど、急なスロープは上れない。スロープがあれば大丈夫だとは思わないでほしい。「困っているんじゃないのかな?」と思ったら、「スロープを上るんですか?もしよかったら、押しましようか?」と声をかけてほしい。困っている人を見かけたら、助けてあげてほしい。共生社会とは、様々な人が生きやすい社会です。



永尾嘉章さん



5年生のチャレンジ



6年生のチャレンジ



先生のチャレンジ



全員で車いすリレー

※裏面に続く。

- 5歳の時に、背中からばい菌が入って歩けなくなった。  
→高校生の時、体育の先生に陸上競技に誘われたので仕方なく車いす陸上を始めた。  
(やってみたら面白くなってきた。)
- 大会(大人ばかりの大会)に出てボロ負けした。
- 勝ちたい気持ちになった。(先生から、「来年は勝とうな。」※応援される喜びと心強さを感じた。)
- 翌年の大会で100m優勝し、パラリンピック出場が夢になった。
- 初めてのパラリンピック出場・・・うまくいかなかった。でも、出てよかった。もっと頑張ろう。
- 目標はメダル獲得→3回目の1996年アトランタ・・・100m5位 200m4位 悔しくて眠れなかった。
- 2000年シドニー大会・・・大会直前のけがに見舞われたが出場 8人中8位 メダルに届かない。
- 2004年アテネ大会・・・リレーでメダルを獲得できた。
- あきらめない気持ちが大事/夢中になれることがあるといい/好きなことは頑張れる
- メダル獲得はあきらめない気持ちの勝利



~~~~~

自分自身を振り返ってみると、「あきらめない気持ち」が大事だということは分かっているけど、あきらめてしまうことが多かったように思います。しかし、永尾さんのお話をお聞きしていると、夢中になれることを見つけ、目標を立て、その実現に向けて、「あきらめない気持ち」をもって努力し続けることが大事なのだと、改めて思いました。がんばっても、夢が叶わないことがあるかもしれません。必ず叶うとは限りません。しかし、努力を続ける過程が大事であり、その中で、大切な何かをつかみ、成長できるのだと感じました。

永尾嘉章さん、ありがとうございました。