

# Sport・小郡

第8号

2022年7月発行

## ガイドランナー体験会 2022/3/13 SUN

ゲストにバルセロナオリンピック女子マラソン代表の小鴨由水さん、東京パラリンピック女子マラソン金メダリストの道下美里さんをお迎えしました！

※2、3ページではお二人のQ&Aトークの様子をお伝えしています。

### ①スマホでクイズ



小鴨さんも初のブラインド体験

### ②ブラインド・ガイドランナー体験



### ③400m競走



道下さんと、普段から道下さんの伴走をされている大津さんの走り！



令和4年3月13日(日)小郡市陸上競技場で『オリンピック・パラリンピアンと一緒に走ろう！』を行いました。

メインのガイドランナー体験では、障がい者マラソン等に関するクイズで頭の体操をした後、参加者同士でペアを作って体験しました。

一人がアイマスクをして見えない状態で、もう一人はガイドランナー(伴走者)です。そして、二人をつなぐのは絆ロープ(今回はストラップを利用)。

すぐに「見えない中で進むのは不安。」との声があふき、指導のOBRCアガタさん(3ページ参照)より『足の運びは二人三脚と同じように。ロープはピンと張ることで動きが伝わり、距離が測れるので安心につながる。そして何よりも相手に寄り添って声掛けすることで不安が少なくなる』とアドバイス。

今回、コミュニケーションを図ることの大切さをより感じていただけると、あえて初対面の方とペアを組んでいただきました。

アドバイスは皆さん上達し、スピードも出るようになり、最後には「声をかけてもらうと不安が減った。ロープとコミュニケーションが大事だと実感した」との感想を聞くことができました。

イベントの締めくくりは全員で競走し、皆さん、笑いながらも本気の走り。大盛り上がりうちに幕を閉じました。