



成岡義一さん

車椅子マラソン



平成十一年十二月十二日に、今治で開催された『サン・アピリ
ティーズ今治フェスティバル車椅子マラソン大会』に出場し、見
事優勝された成岡さんにインタビューしました。



●おめでとうございます。優勝した
時の率直な感想をお願いします。

●優勝できるというのが試合をする
前から分かっていましたし、自信があ
りました。

●すごいですね。何か特別な練習を
積まれていたのですか？

●試合の三週間程前に帰省し、実家
周辺を毎日往復六キロ走っていま
した。

●とても寒い時期の練習だったと思いますが…。

●寒いけど、走った後は体が暖まるので、いつも半袖でした。雨
の日も、やむとすぐ練習という感
じでしたね。

●さて、次の目標は？

●五月に、砥部で開催される大会に、
百メートル走で出場し、大会新記
録を出して全国大会に臨むこと
ですね。

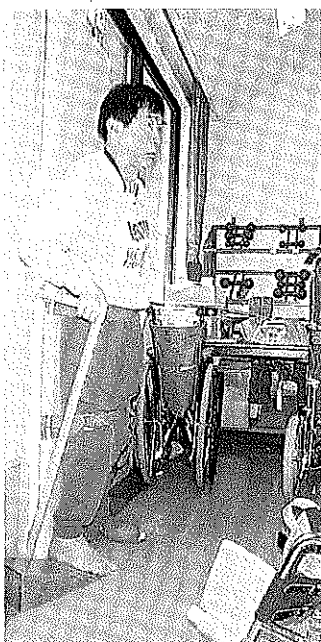
●ありがとうございます。とても
いきいきと輝いている成岡さん
でした。



リハビリがんばってます!!

立つだけの訓練というのがある。歩くわけでもないし、脚を曲げ伸ばしするわけでもない。ちょっと聞くと何をしているのだろう、と思う人がいるかもしれない。実は脚の筋力やバランスを高めたり、骨粗鬆症を予防したりしているのである。

今回は特にがんばっている二人をご紹介します。



一人目は五ヶ月前からがんばっている佐伯フジ子さん(右)。いつもにこにこ、またパチンコする日のため(?)に足腰を鍛えています。

もう一人は黒川利和さん。右脚が最初は硬くて立つ姿勢をとることさえままならなかったけど、今はご覧のとおりちゃんと立っています。見る世界が変わったかな。