（C）日刊スポーツ新聞社

2014.7.23→2020.7.24

◆五輪メダリスト58◆ 石本隆（いしもと・たかし）＝56年メルボルン大会競泳男子200バタフライ銀）54年に長沢二郎によって考案されたドルフィンキックを進化させて活躍。平泳ぎからバタフライが独立して初めて行われた五輪で同キックを駆使して2位）レイアウト北尾洋徳

次回9月9日（水） 車いすフェンシング協会創設者の思い

リオ・パラリンピックかけた「秋の4番勝負」

車いすバスケ 壁乗り越える

10・10～17 千葉ポートアリーナ

Wheelchair Basketball

車いすバスケットボール日本代表は10月10～17日まで千葉市で開催されるアジア・オセアニア選手権で、来年のパラリンピック出場を目指す。男子は中国やオーストラリアなど12の国と地域が参加。2組に分けて予選リーグを行い、各リーグ上位4チームが決勝トーナメントに進出し、3位までにリオデジャネイロ大会出場権が与えられる。昨年の世界選手権9位の日本は同大会優勝のオーストラリア、同6位の韓国、同8位のイランが壁になりそう。千葉市出身の香西宏昭（27）は「地元でリオ大会出場を決めたい。そして5年後の東京大会の時も第一線で活躍していたい」と気合を入れた。前回ロンドン大会の出場を逃した女子は、オーストラリア、中国と2回戦の総当たりリーグ戦を実施。優勝国のみがリオ大会の切符をつかむ。大ベテラン上村知佳（49）を中心に前大会のリベンジを果たす。

昨年10月のアジア大会韓国戦で激しいディフェンスを受ける香西（右）

◆車いすバスケットボール 1チーム5人の選手が一般のバスケットボールと同じ高さのゴールにボールを投げ入れて得点を競う。ルールも一般のバスケットボールとほぼ同じ。選手は障害程度に応じて4クラスに分けられ、重い方から1～4・5点までの持ち点が決められている。コート内でプレーする選手の5人の合計点が14点を超えてはならない。ゲームは10分のピリオドを4回行う。

車いすラグビー 4大会連続確

10・29～11・1 千葉ポートアリーナ

Wheelchair Rugby

車いすラグビーはリオデジャネイロ大会で初のメダル獲得を目指す。10月29日～11月1日に千葉市で開催されるアジア・オセアニア選手権では、昨年の世界選手権で優勝したオーストラリアを除く最上位国がリオ大会の出場権を獲得する。世界ランク4位の日本、同8位のニュージーランド、同24位の韓国との3カ国との戦いになる。各国との力の差はあり、順当にいけば4大会連続の出場は確実だ。今年5月には同市で同5位の英国、同6位のデンマーク、ニュージーランドを招いて親善試合を行った。予選リーグ、準決勝、決勝と全勝優勝した。〝池コンビ〟こと、池透暢（35）とエース池崎大輔（38）のロングボールからの攻撃で各国を圧倒。池崎は「自国開催は気持ちも上がる。トップ3（オーストラリア、カナダ、米国）に勝つためにも、必ずリオ出場を決めて、5年後の金メダルにつなげたい」と意気込んだ。

◆車いすラグビー ウィルチェアラグビーとも呼ばれる。バレーボール球に似た専用球を使用。投げる、ドリブル、転がすなどして前にボールを運び、2つのパイロン間のゴールラインを越えると得点になる。前方へのパスも認められており、車いすを激しく相手に激突させて攻守を阻止するタックルが認められている。選手は障害レベルによって0・5～3・5点まで7段階のクラスに分けられ、コートでプレーする4人の選手の合計が8・0点を超えてはいけない。

ゴールボール 1位中国撃破だ

11・5～13 中国・杭州市

Goal Ball

ロンドン大会で金メダルを獲得し、2連覇を狙うゴールボール日本女子代表は厳しい戦いが予想される。11月5～13日に開催されるアジア・パシフィック選手権（中国・杭州市）で世界ランク1位の中国を抑えて優勝しない限り、リオ大会の切符を勝ち取れない。

先月、都内で行われたジャパンパラ大会では昨年の世界選手権準優勝のロシア、同3位のトルコ（同28位の韓国と対戦し）最下位。ロンドン大会の立役者で攻撃力のある安達阿記子（31）が体調不良、守備の要である浦田理恵（38）が右手の負傷で出場できず。ロンドン大会を経験した若杉遥（20）や、元プロ野球選手の欠端光則氏の長女瑛子（22）らの若手メンバーで臨んだが、結果は残せなかった。浦田は「世代交代は必要。本番までに後半の集中力を高めることと、技術力を磨くことが重要」と話した。

◆ゴールボール 1チーム3人の視覚障害者が目隠しをしてプレー。攻撃側が鈴の入ったボールを転がしゴール（高さ1・3㍍、幅9㍍）を狙う。守備側は鈴の音を頼りに体を投げ出して防御する。その攻守を交互に入れ替える。ボールはバスケットボールとほぼ同じ大きさで、1・25㌔と重い。選手交代は4回（4人）行われる。前後半各12分。

第一生命女子陸上部監督 山下佐知子（51）

20年大会が決まったことで、人を引きつけるランナー、スター選手を育て世に送り出したいという気持ちはさらに強くなりました。また、96年4月から第一生命女子陸上部の監督になり、今年で20年目となり、私自身も指導者として価値観を変えるチャンスにしたいと思います。

今の日本の長距離、マラソン界の状況はもったいないと思うんです。メジャーリーグで活躍する野球選手や、欧州リーグで結果を残すサッカー選手、テニスでもメジャー大会で日本選手が活躍すれば注目する。海外のメジャーな大会で活躍する日本人、格好いいなと。日本の長距離選手は、駅伝や国内選考会が中心になり、海外のメジャーな大会に挑戦する機会が限られる。世界選手権や五輪も、本番より国内選考会の方にエネルギーを使ってしまう。でも、実業団という恵まれた環境にいてそれはもったいない。世界のメジャーな大会で世界の強豪としのぎを削る、そこに本気で行こうとする選手を育てたいんです。

そういうことを考え始めたのはロンドン五輪に教え子（尾崎好美）が出場した後です。なので今年より、駅伝の指導はコーチにある程度任せ、世界にチャレンジする選手に専念したいと、スタッフにも会社にもお願いしました。日本人の身体能力を考えると、アフリカ勢が台頭している舞台で、チーム運営や駅伝の片手間にやっていていいのか、との思いもありました。

また、日本で市民ランナーの方が増えました。その憧れとなる選手がもっといてもいい。今年、米国で5㌔レースとボルダーの10㌔レースに参加しましたが、市民ランナーは先にスタートしてエリートの部は最後。先にゴールした市民ランナーがコースの両サイドやゴール付近にびっしりです。「見せる」ということを考えている。走る事も、見る事も両方楽しめるように工夫されている。エリートランナーはエンターテイナーでもあり、ある意味プロとして成り立つ。そんな環境、すてきです。

日本の長距離界には少し閉塞（へいそく）感を感じます。これまでの価値観にとらわれず明るくチャレンジしたい。その取り組みが20年にもつながると信じています。でも、20年の結果を求めるだけのオール・オア・ナッシング的な方針や、特化してお金を使うのはもったいない。この環境を有意義に使い、失敗を恐れずいろいろな可能性を追求していきたいですね。

2020年東京五輪へ 300人リレーコラム 58人目 題字は北島康介自筆

長距離のスターランナー育てたい

8月27日の結団式に出席したブラインドサッカー日本代表とスタッフたち（佐々木康裕は欠席）（撮影・小沢裕）

佐々木ロベルト　魚住監督　安部　加藤　川村　落合　黒田　田中　山口　佐藤

◆ブラインドサッカー 1チームはフィールドプレーヤーの視覚障害者4人と、視覚障害のないGKの5人に加え、ゴール裏でシュート方向などを指示するガイド（コーラー）、監督の7人で構成される。フットサルとほぼ同じ大きさのコートで、鈴の入ったボールを使ってプレーする。4人のフィールドプレーヤーはアイマスクを着用する。前後半25分ハーフ。国内競技人口は約400人。

日韓W杯16強

◆サッカー日本代表の2002年W杯までの道程　94年W杯米国大会の予選を兼ねた93年10月のアジア最終予選は、カタールのドーハで6カ国による総当たりリーグ戦で行われた。最終戦を前に首位に立った日本はイラクに勝てばW杯初出場が決定するはずだったが、2－1で迎えた後半ロスタイムに同点ゴールを決められて、得失点差で3位となり上位2カ国に与えられる出場権を逃した。「ドーハの悲劇」と呼ばれた。98年W杯フランス大会の予選を兼ねた97年アジア最終予選は10カ国がA、Bの2組に分かれて、ホームアンドアウェー方式で行われた。アジアのW杯出場は3枠で、まず各組1位の韓国とサウジアラビアがW杯出場権を獲得。各組2位の日本とイランがマレーシアのジョホールバルでアジア第3代表決定戦を行い、延長戦の末、日本がFW岡野のVゴールで、悲願のW杯初出場を決めた。「ジョホールバルの歓喜」と呼ばれた。開催国枠で出場した02年W杯日韓大会は1次リーグを突破、決勝トーナメント1回戦でトルコに敗れた。

中高年の方から喜びの声がドッサリ！
スッキリしたい方、ぽっこりが気になる方へ
初回限定 お試しキャンペーン

1日たったの約16円

『111種の酵素粒』
通常1,728円（税込）を
商品番号 2079 たっぷり 約31日分
500円（税込）
※アルミ缶でお届けします。
※7家族1回1袋限り、ほほえみ元気クラブのご利用が初めての方に限ります

毎日スッキリ！ 健康食品
野菜 穀物
酵素のチカラ
酵素は栄養を取り出し結びつける働きがあります。
私たちのからだに酵素は必要不可欠
しかし 加齢によって減少してしまうと言われています。
よって 食品での摂取が必要に。

自然にスッキリ！

実感がず～っと続く
毎日、スルスル～!!

毎日スッキリ！のポイントは
111種の酵素
毎日のスッキリと健康維持に欠かせない酵素。この111種の酵素粒は、なんと111種類もの素材をギュッと凝縮。この量を1日の食事で摂取するのは不可能。健康食品なら効率良い摂取が可能です。

あんなに悩んでいたのに…
毎日爽快！
試してよかった！

東京都 八田様
昔からスッキリしない感じが悩みで。そんな時に「111種の酵素粒」を試してみて、もうビックリです。スッキリと毎日快調で気分もスッキリ！。この間久しぶりに友達に会ったら若々しいと驚かれてしまいました！
試してみて本当に良かったです。これからも続けて維持します。

しかも 送料無料 商品先渡し 代金後払い
ご注文は今すぐ 係番号 677
電話 通話料無料 0120-88-66-39 午前8時～午後10時迄（年中無休）
インターネット パソコン・スマートフォン・タブレットで ほほえみ元気 と入力して 検索 してください 携帯のバーコードリーダーでも注文 ※詳しくはお問合せください。
http://apb.jp/order/
FAX 03-3863-8839 24時間（年中無休）
お問い合せ 03-3851-6868 午前9時半～午後6時（土日祝、休）
■商品は10日前後でお届けします。■1世帯1袋1袋限り。2袋目以降のご注文は通常価格になります。■お支払い は同封の後払用紙でコンビニ・郵便局から商品到着後8日以内の後払いで。■ご不満の場合は8日以内商品可（返送料ご負担）。※お客様の個人情報は商品の発送、当社及び当社が加入の出ネット商工協同組合、賛助会員より「商品、サービス」等のご案内を送付する場合がございます。個人情報保護規約は、http://beapple.jp/privacy.html に掲載しております。

創業39年安心の実績
ほほえみ元気クラブ
ほほえみ元気クラブ ビー・アップル（株）（光ネット商工協同組合会員）〒103-0004 東京都中央区東日本橋2-2-6

無料ハガキ（切手不要）で今すぐお申込み
このハガキをキリトリ線で切り取り、必ず使い古しのハガキかそれと同等の厚紙に全面のり付けして、ご投函ください。
※切り取っただけではハガキとして使えません。

料金受取人払郵便
日本橋局承認 7376
差出有効期限 平成28年10月23日まで
切手はいらません

郵便はがき
103-8790
947
（受取人）
東京都中央区東日本橋2-2-6
Rei東日本橋ビル3F
ほほえみ元気クラブ677係
ビー・アップル（株）

※ご希望の方は☑チェックをご記入ください。

商品番号	商品名	価格	購入
2079	111種の酵素粒（1袋約31日分）1家族1回1袋限り	初回限定 お試し特価 500円（税込・送料別）	□

（フリガナ）
お名前 男・女
生年月日 大正 昭和 年 月 日 自宅電話番号
〒 （フリガナ） 都道府県 市区郡
ご住所
※FAX送信にもこの用紙をご利用ください。