

☆.....☆
 渋谷パラ草の会メールマガジン「Let's BEGIN to act」(Vol.16)～メルマガ東京 2020 パラリンピック直前号～
 ☆.....☆

皆様こんにちは!メルマガ担当のトムです。

皆様方にはコロナ禍で様々なご苦勞をされておられているかと思いますが、当会役員一同、皆様のご健勝と新型コロナウイルスに負けずにご活躍されますことを祈念申し上げております。また、当会は新型コロナウイルス感染防止に十分配慮しながら活動して参りますので、よろしく願いいたします。パラ草の会メルマガ第16号の発刊です!!

今回の東京パラリンピック開催直前号は、下記の内容で進めて参ります。

- ①東京パラリンピックへむけて
- ②スペシャルサポーター栗山龍太さんのパラトライアスロン応援イベント参加報告
- ③各種情報発信や開催ご案内
- ④心のバリアフリーコーナー

【東京パラリンピックへむけて】

パラスポーツの世界的な祭典でありますパラリンピックの東京大会の開催の8月24日が間近に迫っております。当会ではオリンピック同様、大会に向けて懸命に努力をされてきた選手たちを熱く応援していきたいと思っております。残念ながら全ての会場で無観客となりましたので、テレビ放送やライブ配信をご覧いただき、会員の皆様とともにパラリンピックの応援で盛り上がっていただけると幸いです。当メルマガで開催情報等をごチェックしていただき、各国のパラアスリートたちへの応援をぜひよろしくお願いいたします。

【スペシャルサポーター栗山龍太さんがパラトライアスロン応援イベントで熱唱】

5月14日に横浜パラトライアスロン応援プロジェクト「パラトラーク 2021」(於: 象の鼻パーク)にて、パラアスリート応援ソング「リアルビクトリー」の生演奏ミニライブとリモートインタビューを行いました。下記は演奏とインタビューのURLです。どうぞご視聴ください。

[パラアスリート応援ソング「リアルビクトリー」栗山龍太さん熱唱 in 象の鼻テラス - YouTube](#)

[5/14 #おたがいハマ トーク vol.145 盲目のシンガーソングライター栗山龍太さんインタビュー\(パラトラーク 2021 連携企画\) - YouTube](#)

【情報発信】

① 当会理事の中嶋正樹氏が東京パラリンピック聖火ランナーとして8月24日(開会式の日)に渋谷区内を走行する予定でしたが、残念ながらこちらも公道走行が中止になりました。その代わりフィールドにてトーチキスの実施が予定されています。インターネット等でライブ配信される予定ですので、応援をぜひよろしくお願いいたします。

中嶋氏以外にも、オリンピック聖火ランナーしたよ!パラリンピック聖火ランナーするよ!のお知らせを頂いております。パラ聖火ランナーのみなさん、素敵な時間を楽しんでくださいね!! またどこかでご紹介するかもしれません♪

② 7月末、当会ホームページがリニューアルしました。まだ、見られない部分もありますが、今後解禁していきます。

[パラスポーツを応援する草の根運動の会 \(parakusa.com\)](http://parakusa.com)

③ こんにちは～。事務局より、ミランダです♪

新しい試みの、パラ草の会「手話講座」が始まります。

コロナが落ち着くまでは、スタッフだけの開催予定ですが、コロナが落ち着いた頃には、会員みなさまにも参加して頂けるようになると思いますので、興味のある方は楽しみにしていってくださいね。

様子などをTwitter (@parakusa) にアップ予定です。よろしければ、フォローお願いします👍

【心のバリアフリーコーナー】

『矛盾や納得いかないことはイヤだけど』

生きてると様々な壁や矛盾や納得できないことに遭遇します。楽しいことや良かったことより遥かにそちらが多いのではないのでしょうか。

「これは納得できない」「それは矛盾しておかしいじゃないか」

と思っても社会生活をしていけば我慢したり妥協したりしなければならぬことがあります。イヤなこと自体ストレスですし、それが溜まると体調にも支障をきたしてしまいます。

そこでこのように考えたらいかがでしょうか。

「世の中は元々矛盾していることや納得いかないことはばかりで形成されている。つまり、矛盾や納得いかないことがあるから意味がある。」と。

逆に矛盾や納得いかないことがないと世の中は意味がなく、それは自分を成長させてくれる絶好の材料だと思つと少し気楽になりませんか。宗教の世界では、この世は修行するためにある、と言われてています。根底に前述のような意味が流れているのかもしれませんが。

ただ、「この世は本当に修行のためなのか」、「この世があるなら反対にあの世があるのか」の問いに対しては科学的に証明し答えられるものは何もありません。ですから考えかたや受け止め方を変えて得る効果は今ではニセ科学(疑似科学)となってしまいます。天動説が科学的常識だった時代に地動説が疑似科学だったように科学の進歩はどうやら後から追い付いてくるようです。

科学的であろうがなかろうが、受け止め方を少し変えることで心の足枷や縛りから心を解放できたら、気持ちが楽になるのは事実です。思い替えようとする気持ちには本物もニセものもありませんからね。

パラアスリートたちは、障害を持つようになった時から、想像を絶するほど様々な矛盾や納得いかないことと戦ってこられたと思います。

思い替え、切り替え、前向きに立ち向かってきたからこそ、今日の明るくたくましく競技しようとする心境に至ったのだと思います。

今回のパラリンピックで、日本の選手だけではなく、どこの国の選手であってもその活躍を見て、感じて、応援しようではありませんか。(トム)

※次回メルマガは東京パラリンピックのあとに発行予定です。メルマガでまたお会いできますことを楽しみにしております。

☆☆

Tokyo2020 東京オリンピック・パラリンピックを盛り上げよう!!!

☆☆

+++++

このメールは送信専用アドレスからお送りしています。
このメールに返信いただいても対応が出来ませんのでご了承ください。
お問い合わせ等につきましては、下記連絡先までお願いいたします。

○[パラ草の会]メールマガジンの配信停止、メールアドレス変更
その他、お問い合わせ等は【 info@parakusa.com 】へお願いします。

発行・編集 パラスポーツを応援する草の根運動の会(渋谷)

<https://parakusa.com/>

+++++

■ 当代表 高橋の記事

二宮清純さん 挑戦者たち

前編 <http://www.challengers.tv/seijun/2018/06/5639.html>

後編 <http://www.challengers.tv/seijun/2018/06/5640.html>

二宮清純さん SPORTS COMMUNICATIONS

<https://www.ninomiyasports.com/archives/80845>

■ 会員入会申込用紙(PDF)

https://parakusa.com/parakusa_request2.pdf

+++++