

皆様こんにちは!メルマガ担当のトムです。

新型コロナ感染状況が減少し落ち着いてきたようですが、さらに気を引き締めつつ本来の日常を取り戻していきたいものです。当会役員一同、引き続き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ます。当会は新型コロナ感染防止に十分配慮しながら次の目標に向かってさらに多方面での活動をして参りますので、今後ともよろしく願いいたします。

パラ草の会メルマガ第18号「新たなるスタート特集号」の発刊です!!

今回は、下記の内容で進めて参ります。

- ①「新たなるスタート!」当会の方向性と新規の取組について
- ②渋谷区からの2020東京大会のレガシー認定について
- ③各種報告事項、情報発信
- ④心のバリアフリーコーナー(心を解放する!)

【新たなるスタート!当会の方向性と今後の活動について】

パラリンピック東京大会が史上最高の参加選手の熱戦により大変な盛り上がりを見せて無事に終わりました。選手はもちろん組織委員会やボランティアをはじめとする大会関係者の方々には誠にお疲れ様でございました。前号でも申し上げましたが、この大会が当会にとっての終点ではなく、新たなスタートとして今後もパラスポーツの応援を続けて参りたいと思います。

《目標》

2024年のフランスパリ大会を応援し盛り上げていくことを次の目標にし、様々な応援イベントを企画・立案・実行することで、もっともっと多くの方々にパラスポーツの魅力をお伝えして参りたいと思っております。

《新規事業その1、渋谷区立中学校における放課後教育への参入》

代々木中学校において、週1回放課後に「放課後学習」が行われています。

生徒たちにとって自由でゆっくりとした有意義な時間の共有や、お手伝いにパラ草スタッフが活躍しています。

《新規事業その2、daijobu のデジタル化》

すでにご存じの方もいらっしゃるかと思いますが、daijobu book という「障がいのある方への接し方ガイド」の位置付けで、渋谷区を中心に作成された冊子があります。

パラ草の会でも許可を得て、配布すべく印刷しましたが、コロナ化で人と会うこともままならず、そのままになってきました。

今回、ホームページに掲載の許可が出ましたので、「デジタル化」に向かい、準備中です。乞うご期待♪

※ 折りたたみ冊子(A6サイズ)ご希望の方は、事務局までメールにてご連絡ください。折り返しご連絡します。

《新規事業その3、手話の推進》

手話講習会の開催を計画しています。手話ダンスも取り入れ、楽しく学べるよう企画。発表会もあるかも!?

2025 デフリンピックの日本招致を支援、応援をしています。

手話も日本語と同じ「言語」として定義されているのをご存じですか?

英語などの勉強をされた方は多いと思いますが、手話の勉強をされたことがある方はどれくらいいらっしゃるでしょう?

この機会に手話をマスターして、2025 デフリンピックにボランティア参加なんてこともできるかもしれません。

《その他》

2024 パリ大会の観戦ツアーパッケージを企画中!

【当会が渋谷区のレガシーに認定!】

少し前になりますが、渋谷区議会で「東京2020大会のレガシーについて」の議題がありました。その場で「シブヤンティアーボランティア」とともに、「渋谷パラ草の会」が2020大会レガシーであると認定されました。みなさまの気持ちもレガシーです♪

【各種報告事項、情報発信】

《東京大会ボランティアへ感謝状贈呈》10月17日、東京オリンピック・パラリンピックで都が募集したボランティアに参加した人たちに都から感謝状が贈られました。この式典に当会会員でボランティアをされた方も参加されました。当会には2020組織委員会の橋本聖子さんより、サイン入りの感謝状が届きました。

《FM 放送》

9月16日に当会会員でパラ聖火ランナーのネコさんとメルマガ担当のトムが渋谷クロス FM で聖火リレー当日の様様を振り返りトークしてきました。※そのYouTubeはこちら(後半部分に出演)

<https://m.youtube.com/watch?v=mWsJaoaRFOA#>

《その他情報》

11/28(日)第4回渋谷区長杯 車いすラグビー大会がオンラインで開催され、激戦の結果、BLITZが優勝しました♪
今後の渋谷区イベント予定は、下記の通りです。

- 1/23(日) 第1回渋谷区長杯 パラ卓球大会 (渋谷区スポーツセンター/有観客予定)
- 3/6(日) ボッチャ渋谷カップ (詳細確認中)
- 3/13(日) 第4回渋谷区長杯 パラバドミントン大会(渋谷区スポーツセンター/有観客予定)

【心のバリアフリーコーナー】

「心の鎖に巻かれて苦しんでいませんか?」～鎖から解放されるには～

どうも人の心の底には、勘違いした既成概念や頑固な決断という厄介なものがあるようだ。

努力している人がえらい、頑張らなくてはいけない、辛いこときびしいことから逃げるのは良くない、嫌なことと闘った者が成長する、など。

確かにこれらは正しいことである。反面、これらが勘違いした既成概念を作ってしまうと人は苦しむことになる。

小さな頃から道徳などで、「常に努力せよ」とか「難事から逃避するな」と教育されてきているし、先祖代々からのそれぞれの家の宗教は生きる手本として戒律や精進を教えてきている。

勘違いした概念形成をしてしまうと、過去の教育が人を苦しめる障壁となる。その上、会社や組織で指導にあたる者に、こうしなければならぬ、それはしてはいけない、などと自由な発想や行動を制限されると、さらに鎖にぐるぐる縛られることになる。

無理に難しい事に立ち向かわなくていい、努力できない時は無理にしなくていい、逃げることはひとつの手段であり決して悪いことではない、と根底に出来てしまった既成概念を変えてやればいい。逃げ道を与えて心を解放してやることだ。

指導にあたる者も、この鎖から人を解放してやらねばならない。

極端な怠惰や勤勉に偏ることのない巧みにさじ加減で、逃げ道を作ってやることだ。

気持ちを楽にし、元気づけ、縛り付けられている要因から心や気持ちを解放してやれた時、人は救われる。

説教や教訓は、人をなるほどと思わせるが、心の解放はできない。

人の行いを否定せず、元気づけて、気を楽にしてやることで、心は鎖から解放されていく。

ただ肝心なのは、心が解放されて終わりでないこと。つまりそこが決してゴールではなく、そこからその人にできるその人本来の努力をしていかないと心が解放された意味がなくなってしまうことを最後に付け加えたい。(トム)

※次回メルマガは、年末年始に予定しています。またお会いできることを楽しみにしております。