

- 1 氏名 松永仁志
- 2 生年月日 1972年9月15日
- 3 疾病・障害 交通事故による脊髄損傷 胸椎3番完全損傷
- 4 受傷・発症日 1987年9月10日
- 5 スポーツについて パラ陸上競技
- ① 種目 T53クラス 400m 800m
- ② きっかけ 入院中に知人に勧められ

③ そのスポーツの魅力 我々の扱うレーサーと呼ばれる競技用のフレームは、通常の車いすとは全く違う乗り物です。トップアスリート達は30km/hを軽く超え、一分一秒、いやコンマ何秒を競い合います。そこには単純に競り合うレースに、見ている人たちを熱くさせ魅せる競技を繰り広げます。まさにスポーツの醍醐味です。

- ④ 実績・目標 2005年ユーロチャンピオンシップ 200m金メダル、400m銅メダル
2008年北京パラリンピック出場
2012年ロンドンパラリンピック出場
2016年リオデジャネイロオリンピック出場 陸上選手団主将
実業団チーム設立 WORLD-AC 選手兼監督

⑤ スポーツをしてよかったこと 失敗と成功を重ねる事により、自己成長を感じることができています。多くの人との繋がりが、自身の学びであったり、また誰かの役に立てたりと、自分の価値を高めてくれました。

⑥ これからスポーツをする方へ一言(助言) スポーツをしたほうが良い、よりも、しなくてはならない。ぐらいいい感じを持ってほしい。生涯スポーツによって健康であり続ける事も、時に競い合うようなスポーツでも、いずれにしても自分に新たな発見が必ず生まれますよ！

⑦ 障害者スポーツを普及・発展させるための提言 各年代やレベルに応じて、活躍できるステージが必要。その過程で指導者も増えて行かなければいけません。障害者スポーツという区別を外し、一般のスポーツに踏み込んで行くことも大事ではないでしょうか。そしてスポーツを通じてライフスタイルのクオリティが上がっていくことも示していかなければなりません。

⑧ 仕事の両立のための工夫 仕事とスポーツも切り分けるのではなく、全体のスケジュールとしてとらえる。それぞれに目標設定、中長期のプランニングとして捉える。そのステップアップ(達成)の中に更なるモチベーションが生まれ、継続につながっていきます。誰かに与えられる目標ではなく、自分でワクワクするような目標を立ててみてください！

⑨ 画像(動画)

