



オリンピックフォーラム

資料はかなりデーターが重いためネット環境が整った場所でご確認下さい。

目次

◆開始の挨拶

◆簡単オリンピック説明

◆ゲストコメンテーター杉谷さんの登場と紹介

◆障害馬術について

◇オリンピックでの杉谷さんの映像を見ながら簡単に今回のことを振り返る

◇障害馬術のルール

◇障害馬術の特徴

◆今季パリオリンピックでの感想や後日談や裏話

◆インタビュー形式で深める対話

◆「自分にとっての★オリンピック」

～あなたが今頑張っていること、一生懸命取り組んでいること～の募集からのお返事紹介

◆閉会の挨拶

平和の象徴



オリンピックは、古代ギリシャのオリンピアで紀元前 776年に始まりました。この年代だけではピンとこないかもしれませんが、約 2800年前、鉄器時代にあたり、日本では弥生時代の初期にあたる時期です。

当時のオリンピックは宗教行事として行われており、競技の種類も限られていました。しかし、ギリシャ全土から選手が集まり、都市国家間の平和の象徴としての役割を果たしていたのです。

その後、オリンピックは長らく途絶えていましたが、1896年にフランスのピエール・ド・クーベルタン氏によって復活しました。この時、初めての近代オリンピックがギリシャのアテネで開催され、現在のような国際的なスポーツ大会へと発展しました。

オリンピックは、単なるスポーツの祭典ではなく、平和や文化をつなぐ大きなイベントであることを改めて感じますね。

聖火・女神ヘスティアーと呼ばれる11人の巫女



聖火は、ギリシャのオリンピア遺跡で太陽の光を使って点火されます。特別な凹面鏡(凹面鏡:おうめんきょうは、表面が内側に曲がっている(へこんでいる)鏡で、光を集める性質があります。)を使って、巫女を演じる女優たちがトーチに火をつけるんです。

その後、聖火リレーが始まり、オリンピック開催地まで届けられます。開会式で点灯された聖火は、閉会式まで灯され続けます。

余談ですが、2014年のソチ冬季オリンピックでは、聖火リレーがなんと宇宙まで運ばれたことをご存じですか？

ロシアの宇宙船で聖火トーチが国際宇宙ステーションに運ばれ、宇宙飛行士が宇宙遊泳を行ったんです。ただし、安全のため、実際に火がついた状態ではなく、火を真似したトーチが使われました。



2024 パリオリンピック

記憶に新しい、パリオリンピックの聖火台です。

気球のような形をしており、聖火が灯された後、ゆっくりと上空に浮かび上がるという、パリらしい幻想的なデザインでした。



東京オリンピックの聖火台です。
太陽をモチーフにしており、球体が花のように開くデザインで、生命力や希望を象徴しています。

2020/21 東京オリンピック

夏季・冬季オリンピック

1. 開催時期

夏季オリンピック: 主に夏の季節(7~8月)に開催される。

冬季オリンピック: 主に冬の季節(2月)に開催される。

2. 競技種目

夏季オリンピック: 陸上、水泳、体操、サッカー、バスケットボールなどの屋外競技が中心。

冬季オリンピック: スキー、スノーボード、スケート、などの雪や氷を使った競技が中心。

3. 開催地の気候条件

夏季オリンピック: 暖かいまたは暑い気候の都市で開催される。

冬季オリンピック: 寒冷地や山岳地帯など、雪や氷のある地域で開催される。

4. 歴史と参加国

夏季オリンピックの方が長い歴史を持ち、参加国も多い。

冬季オリンピックは雪や氷の競技が中心のため、開催地や競技で活躍する国に限られる。

5. 規模

夏季オリンピック: より多くの競技と参加国があり、世界的に大きな規模で行われる。

冬季オリンピック: 夏季に比べ規模は小さいが、特定の地域や国にとっては特別な盛り上がりを見せる。

6. 開催頻度

両方とも4年に1度開催されるが、夏季と冬季は年ずらして交互に行われる。

パラリンピック

身体に障害を持つアスリートが参加する国際的なスポーツ大会です。
オリンピックと同じように、夏季と冬季に分かれており、
それぞれ4年に1度開催されます。

1. オリンピックとの関係

1988年のソウル大会以降、パラリンピックはオリンピックと同じ都市で開催されています。
会場や運営の多くはオリンピックと共通していますが、
参加選手や競技内容は異なります。



2. 日本におけるパラリンピック

日本は1972年、冬季パラリンピック(サッポロ大会)で初めて開催国となりました。

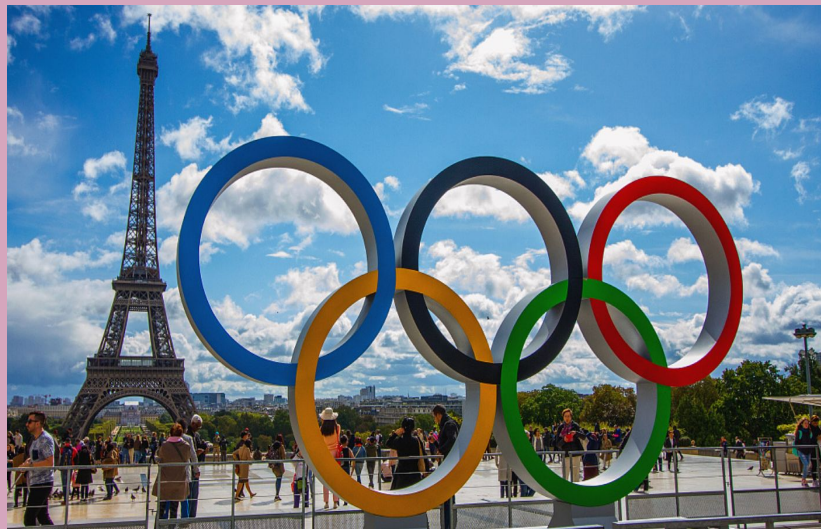
東京2020パラリンピックでは、多くの選手が活躍し、
障害者スポーツへの理解と関心を深めるきっかけとなりました。

3. パラリンピックの魅力

障害を乗り越えたストーリーやプレーの素晴らしさは、スポーツそのものの持つ力を再確認させてくれます。

選手たちの強い意志と競技への情熱は、多くの人に勇気と感動を与えます。

5. 五輪のマークについて



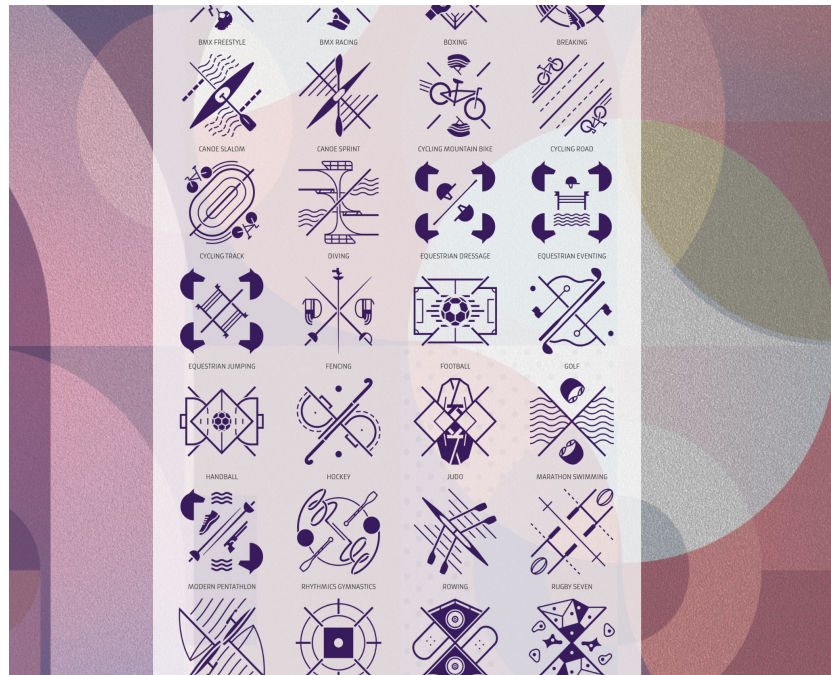
このデザインには、五つの輪が互いに絡み合っています。
実はこのマーク、世界中の大陸が集い、競い合い、そして連携するという意味が込められているんです！



青い輪:アメリカ 黒い輪:ヨーロッパ 赤い輪:アジア
黄色い輪:アフリカ 緑の輪:オセアニア

これだけで、世界中の大陸がオリンピックという舞台でつながっていることが伝わりますね！
さらに、この五輪マークはただ横一列に並んでいるのではなく、上に3つ、下に2つという独特な配置になっています。このデザインによって輪が交差しているのですが、ここにも深い意味があるんです。
輪が絡み合うことで、国際的な連携や友情の象徴となり、オリンピックの精神である『世界が一つになる』というメッセージを表しているんです！

2024年 パリオリンピック 一部 ピクトグラム



オリンピックのピクトグラム (Pictograms)
各競技をシンプルなアイコンで表現した視覚的な記号です。
言語に関係なく、誰でも一目で競技の種類を理解できるようになっています。

ピクトグラムの歴史

東京1964オリンピック

初めて公式にオリンピックの競技種目を示すピクトグラムが登場しました。

この時点では、競技だけでなく案内用のピクトグラム(例 : トイレや出口)も導入されました。

その後の進化

各オリンピックで開催国の文化やデザインセンスが反映されるようになり、その度に進化が続いています。

東京2020オリンピック

初めて「動くピクトグラム」が導入されました。

オープニングセレモニーでは、パフォーマーがピクトグラムの動きを実際に再現する演出が話題になりました。

ピクトグラムの役割

言語の壁を超えて情報を伝える。

簡潔でわかりやすく競技を表現する。

観客や選手が迅速に目的地や競技を把握できるようにする。

TOKYO 2020/21

PARIS 2024

新しいオリンピック競技とその魅力



新競技の登場

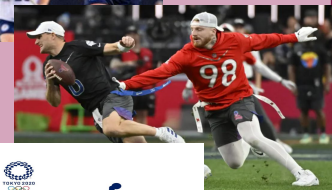
注目の一つが、**ブレイキン(ブレイクダンス)**です。

これは、東京オリンピックで初めて紹介され、その後正式にオリンピック競技として採用されました！

さらに、東京オリンピックで新たに導入された サーフィン、スケートボード、スポーツクライミングも、パリ大会で引き続き実施されています。

これらの競技は特に若い世代に人気で、オリンピック委員会もこうした新しい競技を通じて、若者の関心を引こうとしているんです。

2028 LOS ANGELES



Baseball



Softball

2028年 ロサンゼルス大会

2028年ロサンゼルス大会では、驚きのニュースがあります！

なんと、野球・ソフトボールが復活します！

それだけではなく、新たに次の競技が加わる予定なんです：

クリケット

ラクロスフラッグ

フットボールス

カッシュ

この新しい競技がどんなドラマを繰り広げてくれるのか楽しみです！

オリンピックを彩るマスコットたち

オリンピックをさらに楽しく、心に残るものにしてくれるシンボル、マスコットについてご紹介！

マスコットの役割

オリンピックのマスコットには、大きく3つの役割があります：

競技を盛り上げる
観客の関心を引きつける
国際交流を促進する

さらに、それぞれの大会や開催国の文化や特徴を象徴する存在として、記憶に残るキャラクターとなっているんです。

2020東京オリンピック

2つの可愛いマスコットが大活躍しました

ミライトワ(青)

未来への希望を象徴しています。

ソメイティ(ピンク)

様をモチーフに、日本の伝統と自然の美しさを象徴。

シンボルマスコット選定方法プロセス

デザイン公募

日本国内外から約 2,042点ものデザインが応募

最終候補の選定

専門家による審査で、3組のデザインが最終候補に。

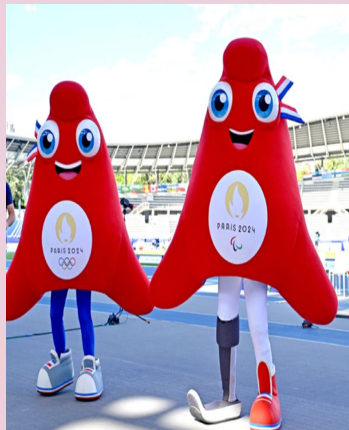
全国の小学校での投票

日本全国の約 16,769校の小学校が参加し、子どもたちの投票で「ミライトワ」と「ソメイティ」が選ばれました。



2024 パリオリンピック

このシンボル、フリージュは伝統的なフリジア帽をベースに作成され、自由の象徴、協和性を具体化したものだそうです。



1984年 ロサンゼルスオリンピック



前回の1984年の大会で初めて一般市民が聖火ランナーとして参加できる仕組みが導入され、聖火リレーが「民主化」されたと言われます。また、スポンサーの活用や費用削減により、約 2億2,500万ドルの黒字記録をだした記録的なオリンピックといわれています。この成功により、オリンピックの商業化が進み、後の大会にも影響を与えました。またカール・ルイスというオリンピック 4冠を達成し、初めて100mを9.99秒でゴールしたヒーローも生まれました。

そして次のオリンピック大会は 2028年、ロサンゼルス大会です。前回 1984年ロサンゼルスオリンピックでのマスコット、サム・ザ・イーグルを覚えている方もいるかもしれません！アメリカの国鳥、ハクトウワシをモチーフに、アメリカの旗をあしらったデザイン。赤い帽子をかぶった陽気なキャラクターで、アメリカらしさを存分に表現していました。

2028年ロサンゼルスオリンピック マスコットは？

次回2028年のロサンゼルス大会でどんなマスコットが登場するのか、まだ発表されていません。しかし、アメリカの文化や象徴を反映したキャラクターが登場するのでは、と期待されています。



◇オリンピックから学べる事

努力が大切: オリンピックの選手たちは、一生懸命練習をして夢をかなえます。目標を達成するためには、努力することが大切です。

友だちを大切に: 世界中の国から選手が集まります。いろいろな文化や人と交流することで、人、友情の大切さを学べます。

フェアプレー: 競技では、相手を尊重し、ルールを守ることが重要です。これがスポーツマンシップです。

挑戦すること: 選手たちは難しいことにも挑戦します。失敗してもあきらめずに成長する姿から、挑戦する勇気を学べます。

夢を追う: オリンピックは夢をかなえる場所です。どんな目標でも追いかけることができますと教えてくれます。

オリンピックで学べることは、努力の大切さ、挑戦する勇気、そして多様性の尊重です。

どのスポーツに限らず、また勝ち負け関係なく、選手たちが目標に向かって積み重ねてきた努力や、困難に立ち向かう姿勢から、多くの感動と学びを得ることができます。また、世界中の人々が一堂に会し、文化や価値観を共有する場として、相互理解や平和の大切さも教えてくれます。次の 2026 年冬季オリンピックが楽しみです。

◆インタビューの中での質問と回答

馬との関わり・コミュニケーション

- 馬と心を合わせるために、どのような工夫やトレーニングをしていますか？
- 杉谷さんは、馬とどのようにコミュニケーションを取っていますか？
- 馬が緊張していると感じたとき、どのようにリラックスさせますか？
- 音楽を聞かせるなど、馬をリラックスさせるための方法がありますか？
- パートナーとしている馬と決別しなければならない場合、どうやって新しい競技パートナー(馬)を見つけますか？
- 人間もドイツ人と日本人では気質が違います。馬もドイツと日本ではちがいますか？

馬も人間と同じように緊張することがあります。特に、大きな大会などで大勢の観客がいる状況では、騎乗中に馬の鼓動が伝わってくることさえあります。こうした場面でも馬が落ち着いて実力を発揮できるようにするため、普段から馬とのコミュニケーションを深めることを大切にしています。馬の状態や様子を家族のように丁寧に観察しながら接することで、信頼関係を築いています。

馬が特に緊張しているときには、私は「愛撫」と呼んでいる方法で対応します。これは、馬の首元に手を当てて優しく撫でることで、緊張を和らげる方法です。馬にとって心地よい刺激を与え、リラックスさせる効果があります。こうした小さなケアが、馬の安心感につながります。

馬が大好きな食べ物にはニンジンです。また、頑張ったときにはご褒美として角砂糖をあげることもあります。こうした日々のやり取りを通じて、馬との絆をより深めています。

音に敏感な馬も多く、中には興奮してしまう馬もいるため、馬に音楽を聞かせることはありません。その代わりに、馬がリラックスできるよう信頼関係を築き、普段から安心できる環境を整えることが最も大切だと考えています。

馬とのパートナーシップは非常に重要で、慎重に選ぶ必要があります。適応能力、馬の性格や反応、気性などを考慮し、実際に試乗し、トレーニングを通じてその相性を確認することが大切です。優れた馬は、直感的にその能力や性格を感じ取ることができるものです。

馬も人間と一緒に一頭一頭性格が違います。ドイツではスポーツ用として馬は生産されており、本能的に障害を飛ぶように血統を組み合わせをしております。日本ので生産されている馬はほとんどサラブレッドで競馬用です。なのでドイツ馬と比べると大きさも違いますし、繊細さも違います。

馬の健康・世話

- 馬が風邪を引いた場合、どのような看病をしますか？
- 馬が強くなるためには、どのような食べ物が良いのでしょうか？
- 馬にもアレルギーがあるのでしょうか？もしある場合、どのように対応しますか？

馬も人間と同様に風邪をひいたり、怪我をしたり、アレルギーを起こすことがあります。馬の状態によっては、薬を飲ませたり、怪我の手当てをしたり、アレルギーへの対応を行う必要があります。たとえば、馬によっては虫や蜂に反応したり、寝床に使用している木材チップにアレルギーを起こすこともあります。こうした場合には、アレルギー症状を抑えるための処置や環境の改善をおこないます。馬は乾草とムーズリー、あるいはペレットを食べます。人間と一緒に足りていないビタミンとミネラルはサプリメントでまかっています。

馬との移動・競技会場での対応

- 馬と一緒に遠くへ移動する際、どのような方法を取りますか？飛行機に乗る場合、特別な設備やケアはありますか？
- 馬に時差ぼけのようなものはありますか？
- オリンピック会場では、馬の餌やケアはどのように対応しますか？餌は持参するのでしょうか？飼育員も同行しますか？



馬を移動させるための専用車があり、最大で6頭の馬を同時に運ぶことができます。移動が可能な場合は、すべて自分で運転しています。長距離の移動中、馬も休憩が必要なので、途中で厩舎で休憩をとり、運動をさせることもあります。

また、飛行機を使った移動もありますが、その際には馬はファーストクラスのような扱いを受け、上等なサービスを受けることができます。時差ぼけの影響については分かりませんが、長距離移動は馬にとっても体力を消耗させます。飛行機搭乗の際、馬の餌とか管理は専属のグルームがすべてケアをします。獣医さんも同乗します。私も何回かアテンドしたことがあります。同乗するには人数が限られています。例えば日本チームの馬4頭の時は一人と制限をかけられます。

オリンピックや競技に関する質問

競技への準備と経験

- オリンピックに出場できるレベルになるために、日々どのようなトレーニングを行っていますか？
- 集中力を高めるために行っていることやルーティンがありますか？
- 初めてのオリンピックではどのような心境でしたか？

オリンピックに初めて参加したのは19歳のときで、そのときは非常に緊張しました。全てが初めての経験だったため、緊張が最高潮だったことを今でも覚えています。オリンピックに限らず、普段の生活でも身体を整え、体を鍛えることに気を使っています。私のトレーニングは、一般的なアスリートのようなものとは少し異なりますが、体幹をしっかりを整えることを意識しています。

特別なルーティンは設けていませんが、日常生活の中で体調管理をしっかり行い、生活のリズムを整えることを心がけています。こうした心がけが、身体の調子を保つために大切だと感じています。

オリンピックの経験

- 7度のオリンピックの中で、特に思い出に残っている出来事は何ですか？
- 過去のオリンピックと比べて、パリ・ベルサイユでの競技の雰囲気はどうでしたか？
- 会場や宿泊施設、食事などの印象について教えてください。また、競技の合間はどうに過ごしていましたか？

一番思い出に残っているのはアテネオリンピックです。アテネオリンピックの時はパリオリンピックとルールが少し違いました。初日の成績が悪くどん底から決勝まで残り、今まで一番良い成績の14位で終わりました。最後まで諦めたら絶対にダメということを痛感しました。

ベルサイユ宮殿での馬術コースは、今まで経験したどのコースよりも素晴らしく、また思い出に残る競技場でした。パリのオリンピックの食事については、メディアで批判報道されていましたが、ベジタリアン向けの料理やさまざまな国を意識したメニューもあり、私は個人的には満足していました。ホテルは2人部屋で、ベッドは段ボール製でしたが、寝心地も悪くありませんでした。また、日本のJOC(日本オリンピック委員会)は選手の快適な睡眠とパフォーマンス向上を目的に、「エアウィーブ」という特別なマットレスを提供しており、部屋には冷房も完備されていました。競技の合間には、選手村内にあるお土産ショップやスポーツジムに足を運び、世界的に有名な選手たちを観察したりなど、リラックスしたりして楽しんでいました。

馬術競技の魅力や特性

- 杉谷さんにとって障害馬術競技の魅力とは何ですか？

喋られない動物とパートナーを組み、目標に向けて接しながら練習をし、試合で良い成果を出した時に言葉に表せないほど良いフィーリングです。良い時も悪い時もかけがいのない馬と一緒に過ごす時間がたまらないです。

馬術競技以外の質問

- 杉谷さんにとって、馬はどのような存在ですか？

良きパートナーでもあり試合では武器ですかね。毎日接しているので家族の一員でもありますね。

杉谷さんの背景

- 馬術を始めたきっかけは何ですか？何歳から乗馬を始めましたか

馬に乗り始めたのは4歳ぐらいの頃です。両親そしてお祖父さんも馬術選手だったので自然と馬術の道に進んでいました。

馬術競技/公式大会での騎手・馬の服装ユニフォームは？

オリンピック大会における日本チームの競技服は、ブレザーが赤、ズボンが白、ブーツとヘルメットは黒です。その他の大会では、青や紺など、国やチームによって異なるカラーのブレザーを着用することがあります。各国にはチームカラーがあり、申請さえすればその色を採用することが多いです。競技用のブレザーも進化しており、昔は機能性が不十分で動きにくかったものの、現在では機能性と快適さが考慮されたデザインとなっています。

また、馬には、国から支給された「**チームゼッケン**」を鞍の下に付けることがあります。このチームゼッケンは、馬が所属する国やチームを識別するために使用され、競技中に馬を見分けやすくする役割を果たします。チームゼッケンは、国旗やチームカラーに基づいたデザインが施され、馬術競技において重要な識別アイテムです。



- 馬術選手でなかった場合、どのような職業を想像しますか？

馬術選手でなければバイクか車のレーサーになっていたかなと思います。私はスピード感がとても好きで、車も大好きです。

- 小学生の頃は、どのくらい練習していましたか？

小学校の前半は週に3回ほどでしたが、後半は月曜日以外は毎日練習をしていました。

モチベーションと課題

- 練習が辛くなったとき、どのように気持ちを前向きにしますか？

練習が辛くなることは絶対に誰にでもあります。でも練習の成果は絶対に嘘はつきません。失敗するほど絶対に上達します。その失敗の壁をどうやって乗り越えるか、どういう練習をしたら良いのかを考えて工夫をして練習を楽しむのが鍵だと思います。しかし、一番効果的な練習は基本で、基本は地道で面白くない作業の積み重ねです。でもその積み重ねが絶対に実になります。



機械への興味と挑戦

僕は機械の仕組みに興味があり、エンジニアになりたいと思っています。ガチャガチャやユーフォーキャッチャーのような小さな機械を、Fischertechnikのブロックで工夫して作るのが楽しいです。現在、日本のからくり人形である茶運び人形をどう作るか調べています。

乗馬とオペラ歌手、音楽の夢

私はオーストリアで8歳から乗馬を始め、5年になります。来年の夏に初めての試験を受ける予定で、そのために頑張っています。また、オペラ歌手になる夢に向かい、好きな音楽の練習にも励んでいます！

障害乗馬の練習

休日に乗馬を習い始めました。練習に励んでいます。

教育の工夫

小学2年生に伝わる授業にはどんな工夫が効果的か、常に探っています。(講師より)

乗馬とフランス語

私は障害乗馬のコンクールに向けて練習を頑張っています。また、フランス語の勉強にも力を入れています。

動画の共有

Special Olympics 2023
Nordrhein-Westfalen Host Town
Reception
<https://www.youtube.com/watch?v=g21mQsOArN0>

2023年6月14日、ドイツ連邦州ノルトライン＝ヴェストファーレン州は、スペシャルオリンピックス・ブラジル、スペシャルオリンピックス・ギニアビサウ、そしてスペシャルオリンピックス・ウガンダの選手たちとその家族を歓迎しました。

語学オリンピック、趣味とスポーツ

語学オリンピックに挑戦中！日本語、英語、フランス語、ドイツ語を頑張っています。英語の学校に通い、日本では春・夏休みに小学校に通い、ドイツで乗馬やテニス、水泳、フランスでスキーキャンプを楽しんでいます。

日本留学への準備

僕は来年日本に留学したいと思っています。そのために、ドイツの学校で『ドイツ語』『英語』『フランス語』『日本語』の4か国語を頑張っています。趣味はサッカー、水泳、ピアノで、日本の高校では水泳部に入りたいです。

教師としての目標

現在66歳です。補習校の教師を70歳まで続けたいと思っています。その後も、一年一年、その記録を伸ばしていきたいです。

ピアノとチェス

「ピアノのコンクールに向けて毎日練習しています。チェスをもっと強くなるために毎日取り組んでいます。」

姉妹それぞれの頑張リ

長女：勉強(良い成績を取ると嬉しいから)。
次女：体操(好きで褒めてもらえるから)。
三女：一人で部屋の片付け。

日常での取り組み

折り紙や家のお手伝いを頑張っています。

サッカーと剣道

サッカーと剣道を頑張っています！

自分にとっての☆オリンピック