



ロンドンパラリンピックで、  
拓也は眞田卓選手とダブル  
スを組んで戦った。手前が  
拓也で奥が眞田選手。

写真/エックスワン



# 障がい者スポーツは「スポーツ」

東京パラリンピックまで、あと2年。  
現在、拓也は、海外、国内ふくめ年間20回以上もツアー※に出ています。1年の約半分は、旅の空の下です。



荒川土手でトレーニング中、犬になつかれる。

実力をつけるには、試合によって幅広い経験を積むことが欠かせません。帰国し東京にいるときは、朝6時から夕方まで練習にはげむ日々です。チエアワークのトレーニングを1時間ほど、コート上で球を使っての練習を3時間、ほかにジムトレーニングなど、

毎日6時間もの練習をこなしています。

それ以外にも、近所の川の土手を車いすで7キロもランニングしたり、1000回もの素振りをおこなう日もあります。

2013年からはトヨタ自動車に所属しているので、スポーツ関係のイベントなどで、車いすテニスの魅力を多くの人たちに紹介することもあります。

トヨタ自動車東京本社の従業員によるボランティア活動、東京MYチャレンジ「Fun to Clean」。1日ゴミ拾いWALKで。



トヨタ西東京カローラ50周年記念元気祭りで、拓也の車いすテニス体験教室が開催された。

※ツアー…遠征しての試合。

## 車いすテニスってどんなスポーツ？

車いすに乗ってラケットでボールを打ち合うスポーツです。車いすでのなめらかな動きや、力強いサーブやラリー（打ち合い）などが魅力です。



■はじまりは車いすの開発  
障がいのある人たちが、楽しみとして車いすでテニスボールを打ち合うことは、昔からありました。

競技スポーツとしたのは、パークスというアメリカの18歳の男性です。彼は、けがにより下半身が動かなくなりましたが、車いすでも本格的なテニスをしたいと願い、1976年、友人とともに競技用の車いすを開発しました。「ツーパーバウンドテニス」（2回のバウンド以内に球を返すテニス）のルールも整備しました。

## ■アメリカから世界へ、パラリンピックへ

翌年、パークスはエキジビション（公開模範試合）をおこない、話題を集めます。その後、ロサンゼルスで初のトーナメント戦が開かれました。1980年代になると、アメリカ各地で試合がおこなわれるようになります。初の「全米オープン」が開催されたのも、このころです。この波は、世界各地へ広がっていきました。

パラリンピックの正式種目となったのは、1992年のバルセロナ大会からで、男女のシングルスとダブルスの試合がおこなわれました。2004年のアテネパラリンピックから、クアードクラス（三肢以上の障がいがあるクラス）の男女シングルスとダブルスが加

わりました。

## ■日本は強豪国

日本に伝わったのは、1983年のこと。ハワイのマラソン大会に車いすで参加した松尾清美さんが、現地で車いすテニスを知り、日本に紹介しました。

1985年には、福岡県飯塚市で、日本ではじめての国際大会「第1回飯塚国際車いすテニス大会（ジャパンオープン）」が開催され、大きな広がりとなっていきました。

1988年、国際車いすテニス連盟が誕生。最初の加盟国として、アメリカやイギリスと並んで、日本もいち早く名を連ねます。

今や日本は強豪国。世界大会やパラリンピックで、日本人選手が大活躍しています。

# 車いすテニスの基本ルール

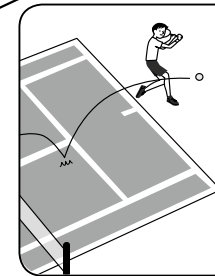
コートのおおきさや基本ルールは、足を使うテニスと同じです。

大きくちがうのは、足を使うテニスでは、相手からの球は1バウンド以内に返さなければなりません。が、車いすテニスでは、2バウンド以内と認められています。

打った球は、1バウンド目はコートの中に入らなくてはいいませんが、2バウンド目は



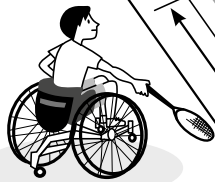
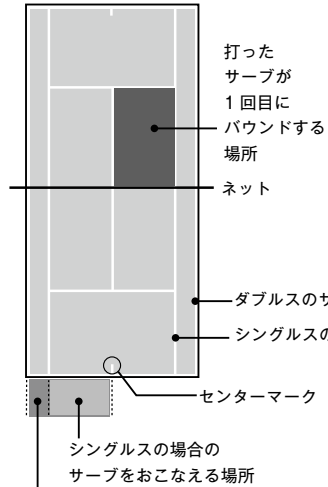
2バウンド目は、コートの外にバウンドしてもいい。



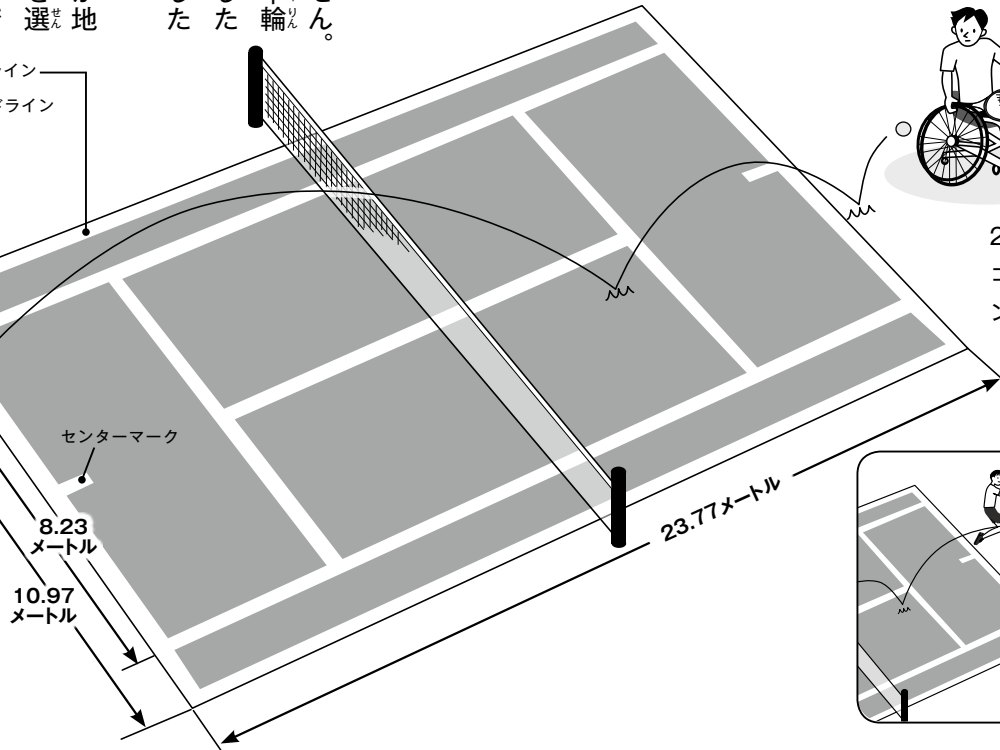
足を使うテニスでは、ノーバウンドまたは1バウンドで打ち返す。

はコートの外に出てもかまいません。サーブするとき、車いすの車輪は、センターマークを仮想延長した線と、サイドラインを仮想延長した線に触れてはいけません。クアードでは、選手以外の人が地面にワンバウンドさせたボールを選手が打って、サーブとすることができます。

シングルスとダブルスのサーブをおこなえる場所



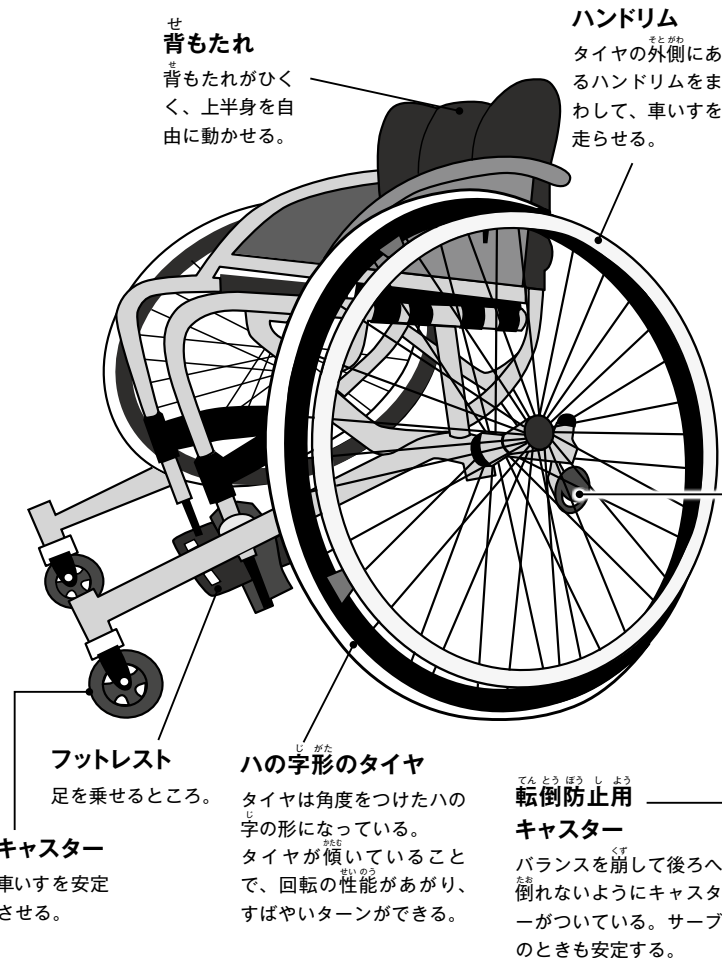
サーブする前は、車いすを静止させる。打つ直前に1こぎしてもいい。



# 車いすテニスの用具

## ■ 車いすテニスで使う競技用車いす

選手たちが使う競技用車いすは軽量で、動かしやすいようにさまざまな工夫がされています。



**背もたれ**  
背もたれがひくく、上半身を自由に動かせる。

**ハンドリム**  
タイヤの外側にあるハンドリムをまわして、車いすを走らせる。

**フットレスト**  
足を乗せるところ。

**ハの字形のタイヤ**  
タイヤは角度をつけたハの字形になっている。タイヤが傾いていることで、回転の性能が上がり、すばやいターンができる。

**転倒防止用キャスター**  
バランスを崩して後ろへ倒れないようにキャスターがついている。サーブのときも安定する。

**キャスター**  
車いすを安定させる。

競技用車いすは、タイヤの角度が「ハの字型」。これにより、すばやい回転が可能になっています。

また、激しい動きをしても倒れないよう、前にふたつ、後ろにひとつ、小さなキャスターがついています。

選手同士がぶつかることはないのので、車いすバスケットボールの車いすのような保護用のバンパーは、ついていません。

ラケットやボールは、足を使うテニスと同じです。

### 一般的な車いす

タイヤは平行で、ブレーキやひじかけなどがついています。体をささえるために、背もたれは高く、後ろには、介助者が押すためのグリップ（取っ手）があります。

