

## クライミングにチャレンジ (昭島市ヨガ&クライミングジムPLAY)

6月7日、ジャパンチームでクライミングにチャレンジしました。クライミングは手足のいずれか3ヶ所で体を支える3点支持で登って行くのが基本ですが、私を含む4名(森井選手、狩野選手、夏目選手)は足を使う事ができないため、手の力のみで登らなければなりません。正直、チャレンジする前は「本当に登れるのだろうか」と全員が不安になっていました。私はスキーマーのレースも一番目にスタートするのが苦手なタイプなのですが、一番年下(28歳)ということで登れるかどうかを最初に確認することに。

はじめは勢いで登ることができましたが、徐々に疲労で前腕がパンパンになり手が伸びず、次のホールド(つかむ所)まで凄く遠く感じました。そんな中、下の方から「ここからがトレーニングだ!」「登りきるまで下には下ろさないぞ!」「早く登れ!」という優しい先輩やコーチの声援が聞こえました。その声援もあって、時間は掛かりましたが登りきる事ができました。エレベーターなど機械を使って登った時とは違い、自分の力だけで登って見た頂上からの景色はとても綺麗でした。先輩方も目標地点まで全員登りきる事ができ、登りきった後は全員素敵な笑顔でした。

今まで富士登山や猪苗代湖一周など様々なチャレンジをしてきましたが、今回改めて「障がい者だから出来ない」ではなく、「まず出来るかどうか挑戦すること!」が大切だと思いました。

クライミングをするにあたっては、昭島にありますヨガ&クライミングジムPLAYさんに大変お世話になりました。本当にありがとうございました。

KYB株式会社 広報部  
鈴木 猛史



手の力のみで挑戦



頂上まであと少し

以上