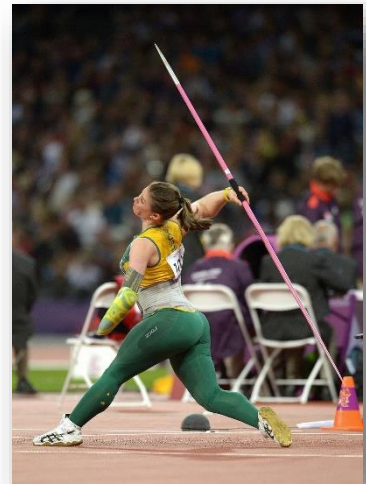


## パラリンピック投てき競技

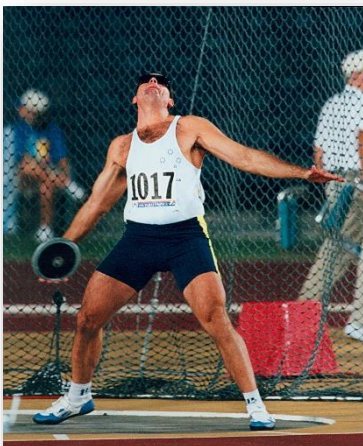
こんにちは！国際交流員のスティーブン・キヤーネルです！今日はパラリンピック陸上競技の投てき種目を紹介したいと思います。

投てきには様々な種目がありますが、パラリンピックで行われるのは円盤投、やり投、砲丸投、それからパラリンピックならではのこん棒投です。円盤投とやり投は古代オリンピックから種目となっています。どの種目でも、遠くに投げるのを競います。

全てのパラリンピックの種目と同様に、投てきの種目は障がいの種類と重さにより、複数のクラスに分かれています。投てきは合計 57 種目があります（男子 31 種目、女子 26 種目）。知的障がいクラスと視覚障がいクラスもあります。



2回クラス 46 やり投銅メダリストのマデリン・ホーガン選手



円盤を投げるところのオーストラリアのマーク・デービス

1996年アトランタパラリンピック視覚障がいクラス

古代オリンピックでも行われたやり投は男子は 800 グラムの 2.6 ~2.7m、女子は 600 グラムの 2.2~2.3m のやりを重心で持ち、幅 4m で長さ 30m の道の助走で勢いをつけ、全力でやりを投げます。競技で有効だと認められるために角度約 29 度のエリア内にやりの先端から地面に刺さらなければなりません。円盤投と砲丸投と違い、回転は禁止です。やりの重心で持って投げなければなりません。

円盤投も古代オリンピックの種目になっていました。選手が勢

<sup>1</sup> 画像：(左) Australian Paralympic Committee [CC BY-SA 3.0 (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/>)]  
(右) Australian Paralympic Committee [CC BY-SA 3.0 (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/>)]



1988年ソウルパラリンピックの砲丸投の選手

いをつけるために回転し、男子は2 kg、女子は1 kgの円盤をできるだけ遠くに投げます。直径2.5mの丸い場所から角度約35度のエリア以内に投げなければなりません、やり投と砲丸投と違い、投げ方には規則がなく自由です。

砲丸投は重い砲丸（男子は7.260 kg、女子は4 kg）をあご

か首で片手で持ち、砲丸をできるだけ遠くに押し出すように投げる種目です。回転する技も回転しない技もあります。記録が認められるために、角度約35度のエリア以内に落ちなければなりません。

オリンピックのハンマー投に相当するパラリンピック種目のこん棒投は投てき競技の中で、最も種目が少ない競技です。こん棒投に参加できるのはクラスF32とクラスF51しかありません。ボーリングのピンのような形にできた約400グラムのこん棒を特別な椅子からできるだけ遠くに投げる競技です。

去年10月に豊橋に来たホストタウン相手国であるリトアニア訪問団の4人が東京2020パラリンピックの出場を目指しています。クラスF46で砲丸投を争っているアンドリウス・スクーヤ選手、クラスF37でやり投と砲丸投を争っているドナタス・ドンディーズ選手、クラスF64でやり投と砲丸投を争っているジョナス・スプディス選手とクラス55でやり投と砲丸投を争っているラムラス・ヴァーバヴィチュス選手達を応援しましょう！

皆さん、来年のパラリンピックであらゆる困難を乗り越えた一流の選手が信じられないような見事な技を披露します。古代オリンピックからやっている投てきはとても面白く観やすいので、ぜひ東京2020パラリンピックの投てき競技を観てみてください！