

大村加奈子氏による障害者スポーツセンターバレーボール教室（平成28年4月3日）



4月3日、障害者スポーツセンターにおいて、午前の部として大村加奈子氏と大村氏が所属する雅マイトリーズの選手が講師を務めるバレーボール教室が、また午後の部としてシッティングバレーボール全日本女子代表チームが講師を務めるシッティングバレーボール体験会が開催され、約80名の参加者が集まりました。

ウォーミングアップでみんなの体と気持ちが和らいだ後は、パスやレシーブなどの実技指導が行われました。大村氏のアタックが目の前で披露され、参加者は皆、目を輝かせて見入っていました。

午後のシッティングバレーボール体験会では、大村氏も参加者と同じ輪に入ってパス回しを体験されました。

小学校低学年の子どもから大人まで、障害のある人もない人も、バレーボールの競技を通じて交流する機会となりました。

大村氏は、「バレーボールは助け合いの競技。実技の上達には時間がかかるけれど、みんなが声を掛け合って助け合うことは今日からでも実践できることですので、ぜひ続けてください。」と参加者にメッセージを送りました。

教室終了後には、参加者からの質問タイムが設けられ、レシーブが上手になる練習法などの質問があり、大村氏ら講師から具体的な練習法や筋トレ法について丁寧に回答されました。