

## GUEST ATHLETE

できる？できない？決めるのは自分！

### 伊藤力選手 パラテコンドー

日本でのパラテコンドーパイオニア！



2015年に勤務先での事故により右腕を切断。結婚直後の逆境を乗り越え、障がい者ならではの新しいことへの挑戦でパラスポーツの世界へ。2016年にパラテコンドーを始め、2017年US OPEN優勝、同年国内選手権優勝、2023年世界選手権5位という結果を残している。東京・パリのパラリンピックには出場出来なかったが、現在は男子K44・70kg級で日本の第一人者として2026年名古屋アジア大会に向けて活動中。

## PROFILE

### 伊藤選手のプロフィール

今回、皆さんの学校に訪問する、パラアスリート伊藤力選手のプロフィールの一部をご紹介します。他にも聞いてみたいことがあったら伊藤選手に質問してみよう！



#### 普段の活動は？

仕事も競技も大切に活動しています！  
最近ではテコンドーの為に空手の大会も出場しました！



#### 競技との出会いは？

パラテコンドーという競技を知人に教えてもらい、SNSで直接、当時協会で担当されていた方に連絡をしました。その後代表合宿へ誘っていただき参加しました。



#### 好きものは？

猫ちゃんが好きです！  
試合に勝った時のポイントごとに捨て猫保護の募金を行なっています！

## テコンドー

### パラテコンドーってどんなスポーツ？

#### 上肢に障がいのある選手が蹴り技で競う、迫力あるパラスポーツ

パラテコンドーとは、上肢に障害のある選手を主な対象としたスポーツです。足技を中心とした攻防が特徴で、身体能力だけでなく、戦術やスピードも重要です。カテゴリー分けにより公平性が保たれ、障害の有無にかかわらず観る者を魅了するダイナミックな競技です。2020年東京パラリンピックで正式種目となりました。伊藤選手は2026年開催のアジアパラリンピックでメダル獲得を目指して活動中！



## INTERVIEW

## 今回の授業で一緒に考えて欲しいこと

### 伊藤選手から考えてもらいたいメッセージを記載



#### ー 伊藤選手にとって障がいってどういうものだと思いますか？

僕にとって障がいは競技をやる上では、ただの出場資格だと考えてます。  
(パラリンピックは障がいが無いと出場資格が得られないし、障がいのレベルによってカテゴリーが分かれるので)  
僕の場合は障がいが理由で出来ないことが少ないので、背が高いとか、足が長いとかと同じような身体特徴だと思ってます。

#### ー 怪我をしてから障がいに対する考えの変化はありましたか？

実は特に変わりません。障がいがあっても良い人は良い人だし、障がいが無い人でも変な人は変な人だと思ってます。腕がある頃から、障害の有無で人を判断してません。

#### ー 今回の授業をきっかけにみんなに考えてもらいたいところはありますか？

成功した人の話を聞く機会はいっぱいあると思いますが、正直、全員が成功できるわけではありません。私はパラリンピックに出場出来ませんでしたが、その中でどうやって人生を楽しんでいるかを感じてもらえれば嬉しいです。

#### 皆さんもこの機会に、“障がい”って何か考えてみよう！

きっと正解はこれからみんなが生活していく中で見つかるものかもしれませんね

## NOTICE

## 伊藤力選手の活動をもっと知ってみよう！

### 授業だけで伊藤選手の事を知ることができなかったみなさんはこちらもチェック！

もっと選手のことを知りたい方は、活動の様子やインタビュー記事をぜひチェックしてみてください！センターポールの公式サイトでは、パラアスリートたちのプロフィールや競技への思い、イベント情報などを掲載中。さらに、選手本人のSNSでは、日々のトレーニングや試合の舞台裏など、リアルな姿が発信されています。応援の一步を踏み出そう！



## REQUEST

## ぜひアンケートにご参加ください

### パラスポーツで社会をもっとポジティブに！皆さんのご意見をお聞かせください。

私たちセンターポールはパラアスリートと一緒にパラスポーツでみんながスポーツを楽しめる社会を目指しています！今回の授業に参加して「こんな制度があったらいいな」「こんな話が印象に残った」など、あなたの意見をぜひ聞かせてください！

- 回答方法 画像のQRコード「アンケートフォーム」から
- 回答締切 2026年3月末まで
- 対象 交流授業にご参加いただいた企業、教員、保護者の皆様

アンケートフォーム »

