

あいちトップアスリートアカデミー（パラアスリート部門）活動報告 【専門競技プログラム】

- 1 日 時 2026 年 9 月 15 日（火） 午後 10 時から午後 11 時 50 分まで
- 2 会 場 邦和スポーツランド（名古屋市港区）スケートリンク
- 3 競技名 パラアイスホッケー
- 4 内 容

パラアイスホッケーのアカデミー生の練習視察を行いました。
アカデミー生の3名は、パラアイスホッケークラブ「東海アイスアークス」に所属し、月に2～3回活動しています。

練習では、スレッジ（そり）に乗り、スティックを氷上で細かく動かし前進するスケーティングの基本練習、氷上で漕ぐ際に肩回りの筋肉を固定するイメージでスティックを前後に動かすことで推進力が増すという技術の修得を目指して取り組みました。その後、スピードを意識した8の字ターン練習やストップ&ゴー練習など、基礎的なスケーティング練習を繰り返し行いました。日常生活ではあまり使わない筋力やバランス力を最大限に活用するため、非常に体力を必要とするものでした。

スレッジをスティックで操作しながらパックをコントロールするパラアイスホッケーは、難易度の高いスポーツですが、スピード感やパックを思いっきり打つ爽快感は格別です。また、チームメイトとの連携プレーが成功すれば、大きな達成感も得られます。パラアイスホッケーは、競技者の努力を感じさせる魅力にあふれたスポーツだと実感しました。

また、この練習には、ミラノ・コルティナ 2026 パラリンピックでパラアイスホッケー日本代表として活躍した鵜飼祥生選手、岡部学選手、河原優星選手、那須智彦選手の4選手も練習を行っていました。アカデミー生は、間近でトップアスリートのプレーを見たり、コミュニケーションを取ったりすることができ、大変有意義な時間を過ごすことができました。

