

ARIAI NEWS 1

## “くろちゃん”のコラム 『“こころ”のひと添え』始まるよ~!

“くろ”でおなじみ黒川萌子さんが何ヶ月かに一度、コラムを書いてくれることになりました。お楽しみに~!



### 『“こころ”のひと添え』vol.1 未知数という面白さ

石川あいあいメンタルヘルスアドバイザー 黒川 萌子(くろ)

私は普段、「人の“こころ・人生”に寄り添うこと」を生業としております。しかし、実は現在に至るまで、学校の授業と小学生時代の水泳教室を除けば、スポーツ競技の世界に身をもって深く関わることはありませんでした。ですので、人間の心理について多少の専門知識は持ち合わせておりますが、チームのためにどこまで貢献できるかは未知数の状態です。

そう考えてみると、この「石川あいあい」のチーム自体もまだまだ未知数のものだと言えるのかもしれませんが。チームの持ち味も、欠点とする部分も、これから先、どのような姿となっていくのかという未来に向けた展望も、まだまだ分からない多くの可能性を秘めた状態にあると思えます。

“未知数”とは、私達にとっても伸びやかな自由と可能性を与えてくれる要素です。分からないからこそ、冒険もできるし、全ての事柄に関して好奇心を持って向き合うこともできるし、反対に、自分のありよう有様(競技への向き合い方など)に対してなど、様々なことに対して不安や恐れなどを感じて悩むことだってできます。多種多様な人達が集まり、同じフィールドで同じ時間を過ごすことができる競技だからこそ、“未知数”であることの価値はとても大きいのではないのでしょうか?

個々人の責任感の強さや真面目さ、純粹さや誠実さが作用しすぎて、チームやプレーに対してそれぞれが“頑張りすぎ”にならないか心配な面も練習場面の中で感じる時もありますが、そういった面に関してお力添えしていければいいな、と心密かに考えております。必要なことは、“細く長く続けること”だと思っておりますので、運動の苦手な人間ではございますが、一緒に悩みながら成長させていただけると幸いです。

ARIAI NEWS 2

## 10月16日の練習は新規の方も 多くて盛況でした!!

10月の第3月曜日の練習には、会員15名の他、メンバーの先輩や友人、知り合いなど、6名が新規で参加してくれて、総勢21名、とっても賑やかに楽しく練習できました! 特に最後の試合形式では3チームで総当たり戦まで行うことができました! それぞれのチームは、男女も年齢もシッティングバレー経験の有無も関係なく、バラバラの配置だったにもかかわらず、試合が進むにつれて、チームごとに一体感も生まれ、とっても盛り上がり、また、シッティングバレーの良さを再確認する練習となりました! 親善大会も楽しみだね~!!



経験は  
問いません!  
12/9(土)・10(日)

## 日本選手権出場者募集!!

障害のある方も  
ない方も同時募集です。

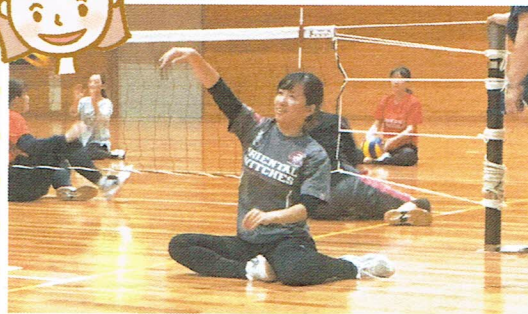
関心のある方は早急に下記の橋本まで連絡をください。

開催場所/ 神戸市立王子スポーツセンター(神戸市灘区青合町1丁目1-1 TEL 078-802-0223)

ARIAI NEWS 2

## 前回紹介できなかった もう一人のトレーナーです!

トレーナー 佐藤 愛美(マナ)



こんにちは! あいあいではプレイヤー兼トレーナーとして参加させてもらってます。せんせーから人生色々~を書いたと言われ、人生経験浅いのですが…私は新潟の田舎で育ち、新潟市の大学を卒業して就職で金沢へ。初めは知り合いが全くおらず、どうしよう~と思っていたのですが、ある強豪バレーチームへの参加をきっかけに、どんどん友達も増え金沢の友達はみんなバレー仲間! ってくらいです! そしてバレーのおかげであいあいの皆さんにも出会うことができました! バレーって素敵♡普段は理学療法士として高齢者や障害者のリハビリを行なっています。仕事中は色んな壁にぶち当たることも多いですが、それを一つ一つ乗り越えるのもやりの一つです。そして一人でも多くの方が、障害や加齢を負っても人生の楽しみややりたい事を見つけ、それが叶うためのお手伝いのできたらと思い、日々奮闘しています。

## 11/6(月)の親善交流大会 忘れないでね~!!

親善大会がいよいよ迫ってきました! 誘ってもらった友達が日時をすっかり忘れていることもあるので、確認もしておいてね~!



11月練習会日程

## 松任総合運動公園体育館 両日とも

〒924-0865 白山市倉光4-22 TEL.076-276-4844

第1月曜

11月6日(月) 午後7:00~9:00

## 第2回 親善交流大会

皆んな、お誘い合わせの上、参加してね~!

第3月曜

11月20日(月) 午後7:00~9:00

試合に出てみたい人。もっと練習がしたい人。とりあえず興味がある人etc.練習は専門的。レベルアップ重視です。