

さくら咲き 心地よいまち ずっとめぐろ

# MEGURo

めぐろ区報

11 | 1 令和7年(2025年)  
NO.2220

(Let's GO to)  
デフリンピック

11月15日(土)～26日(水)開催!  
東京2025デフリンピック特集



目黒区在住の  
デフリンピアンです!



東京2025デフリンピック  
大会エンブレム

## Main Contents

- |                        |                    |
|------------------------|--------------------|
| p.2・3 特集 東京2025デフリンピック | p.6 秋の火災予防運動を実施します |
| p.5 エコまつり・めぐろ          | p.12 こどもまんなか月間講演会  |



発行／目黒区 編集／広報広聴課 〒153-8573 目黒区上目黒2-19-15 ☎3715-1111(コールセンター・代表) FAX5722-8674(広報広聴課) 毎月1日・15日発行  
区報配布のお問い合わせ ☎0120-221-523(月～土曜日<祝・休日を除く>9:00～17:30) FAX042-595-9225



# Let's GO to デフリンピック

「サインエールで応援しよう! 行け!」

東京2025  
デフリンピック  
大会エンブレム

東京2025  
デフリンピック特集

日本初開催! 音のない世界でアスリートたちが繰り広げる感動の舞台が11月15日～26日に開催されます。声だけではなく、サインエールでも応援しましょう。  
問 スポーツ振興課スポーツ事業係(☎5722-9695、㈹5722-9754)



## デフリンピックとは

英語のデフ(耳がきこえない)とオリンピックを組み合わせた造語

「耳がきこえない・きこえにくい人」のためのオリンピック

国際ろう者スポーツ委員会(IISD)が主催する、デファアスリートを対象とした国際スポーツ大会。オリンピックと同じく4年に1回、夏季大会と冬季大会が開催されています。今大会は、1924年の第1回フランス・パリ大会から100周年を迎え、70～80の国や地域から約3,000人の選手が参加予定です。前回のブラジル大会で、日本は過去最高の30個のメダルを獲得。今大会は史上最多の270人の日本選手が選出され、活躍が期待されています。ルールは基本的にオリンピックと同じですが、競技中は公正さを保つため補聴器などは外され、スタートや審判の合図は音ではなくランプや旗で視覚的に伝えられます。



東京2025デフリンピック  
公式マスコット「ゆりーと」  
©東京都#2025-1-31

目黒区民のための!

## デフリンピック 応援ガイド



駒沢オリンピック公園総合運動場(世田谷区駒沢公園1-1)で開催される競技を応援しよう!



### 陸上競技(ハンマー投げ、マラソンを除く)

トラック、フィールド、ロード、混成の4種類。スタート音を赤、黄、緑の順に光る「スタートランプ」で知らせます。

時 11月17日(月)～25日(火)  
※競技によって時間が異なります  
場 陸上競技場



### ハンドボール

審判の合図はランプや旗ではなく、ハンドジェスチャーで伝えられます。日本代表チームは、今大会が初出場となります。

時 11月16日(日)・17日(月)・19日(水)・21日(金)・23日(祝)・25日(火) 10:00から(9:00開場)  
場 屋内球技場



### バレーボール

スタートや審判の合図は旗やネットを揺らすなど視覚的に知らせます。選手たちはアイコンタクトや手話言語・読話(唇や表情を読む)で連携を図ります。

時 11月16日(日)～20日(木)・22日(土)～25日(火) 10:00から(9:00開場)  
場 体育館

## さらに身近にデフリンピックを感じるために

### 目で見える新たな応援スタイル 「サインエール」



区長による  
サインエール解説動画を  
観戦前にチェック!



### スポーツFUN PARK



11.22(土)～23(日) 10:00～16:00  
駒沢オリンピック公園中央広場

デアスリートとの交流やデフスポーツ・パラスポーツの体験が楽しめるイベントです。参加無料。  
時 11月22日(土)～24日(休) 10:00～16:00  
場 駒沢オリンピック公園中央広場  
問 スポーツFUN PARK 運営事務局(☎6400-9019)

## “Special Interview”

スペシャルインタビュー

オリエンテーリング日本代表  
(スプリント、ロング)  
こだま たけし

児玉健さん(40歳)

デフスポーツを通して  
聴覚障害への理解が  
深まればうれしいです



目黒区在住。福岡県福岡市出身。先天性感音性難聴という聴覚障害がある。35歳頃、友人に誘われて参加したハーフマラソンをきっかけに、トレイルランニング(※)や登山に目覚め、昨年からオリエンテーリングの道へ。飲料メーカーで、データを活用するための基盤をつくるデータエンジニアとして、フルタイムで働きながら競技に取り組んでいる。目黒の緑豊かな公園で散歩を楽しむことがお気に入り。  
※未舗装路などの自然の道を走るスポーツ

### ○ オリエンテーリングとの出会い

もともとトレイルランニングの経験があり、興味を持って日本デフオリエンテーリング協会主催の競技説明会に参加したら、想像以上に面白くて次第にのめり込んでいきました。オリエンテーリングは紙の地図とコンパスを頼りに、道筋を自分の頭で考えて進んでいくスポーツです。初めは道具の扱いが分からず苦労しましたが、練習を重ねるうちに、地図を見てパッと地形がイメージできるようになっていきました。コントロールフラッグ(チェックポイント)を見つけた瞬間は、まるで宝探しのような達成感があり、その魅力が競技を続ける原動力になっていますね。



### ○ デフリンピックへの想い

今回のデフリンピックは私にとって初めての国際大会なので、自分の実力がどこまで通用するのか分かりません。目標は「いかにミスを減らすか」。現在地を見失わないと、正確さとスピードのバランスを保つことを意識しながら本番に臨みます。その成果を、より良い順位という形で残すことが目標です。

### ○ 区民の皆さんへのメッセージ

デフリンピックはオリンピックやパラリンピックに比べ知名度は高くありませんが、日本開催ということで注目されています。聴覚障害のある選手が競技で工夫して戦っていることを知ってもらって、デフスポーツに興味を持ち、聴覚障害への理解を深めてもらえるとうれしいです。デフリンピックを通じて、「耳がきこえない人・きこえにくい人」と「耳がきこえる人」の距離が縮まれば良いなと思います。



知って  
いますか?/  
児玉選手が  
出場する  
オリエン  
テーリング  
とは

### 地図とコンパスを手に道なき山野を走るスポーツ

高低差などの地形や、特徴となる木や障害物などが記載された競技用の地図とコンパスを使って、設置されたコントロールフラッグ(チェックポイント)を順序通りに通過しゴールまでの速さを競う、北欧発祥のスポーツ。地図から最適なルートを読む判断力と、体力、走力が求められます。デフリンピックでは、スタートの合図を旗振りや電光掲示板の表示によって視覚的に伝える工夫がされています。



## 目黒区在住の児玉選手を応援しよう!

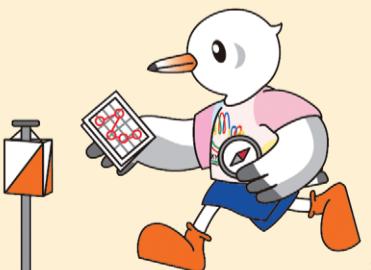
オリエンテーリングは2つの会場で開催されます。いずれの会場も観戦可能です(観客席はありません)。会場で、動画配信で、児玉選手の活躍をぜひ応援しましょう。

### ▼日比谷公園・日比谷エリア\*

時 11月15日(土)8:00から:スプリントディスタンス(男子・女子)

11月16日(日)8:00から:スプリントリレー(混合)

※開場はいずれも開始の1時間前



### ▼伊豆大島(裏砂漠)\*

時 11月21日(金)9:00から:ロングディスタンス(男子・女子)

11月23日(祝)10:00から:リレー(男子・女子)