

勤労感謝の日！！いつも、お疲れ様です。 そして、ありがとう！！！！

ひのき工房では、11月23日は祝日の為お休みでしたが、翌24日にひのき工房の勤労感謝の日として、昼食メニューを普段より豪華にし、皆さんでお祝いをしました。

24日のメニュー内容は、選べる揚げ物（一口カツ・海老フライ）、茶わん蒸し、手作りチーズケーキとお膳はまさしく“豪華絢爛”でした。

お食事を終えた利用者さんからは、「美味しかったよ」「お腹いっぱい♪」と喜びの声がありました。

東京でも、まだまだコロナウイルスが、感染拡大しており再度外出自粛依頼が出されました。その中でも、ひのき工房では感染症予防を十分に行い、施設内で感染者が出ない様に努めながらも、出来るだけ利用者さんの楽しみや笑顔を少しでも増やせるようにしていきたいと思っています。



2020 TOKYO パラリンピック (13)

～競技紹介～

「パワーリフティング」

パラリンピックのパワーリフティングは、下肢障害の選手によるベンチプレス。障害レベルのクラス分けはなく、体重別(男女各10階級)に分かれ、それぞれのパワーを競います。選手はベンチに横たわり脚を伸ばしたポジションで競技を行います。ラックからバーベルを外した状態で静止した後、審判の合図とともに胸まで下ろし、再びバーベルを上げます。これが1回の試技。床に足を着けて行うのではなく、延長されたベンチプレス台の上に足を乗せて行うのが特徴です。



～ 選手紹介 ～

大堂 秀樹 選手(38歳)

1974年生まれ、愛知県出身。18歳の時にバイクの事故で脊椎を損傷。入院時に会った元パワーリフティングの選手の影響を受け、1997年より競技を始めました。パラリンピックは2008年北京大会、2012年ロンドン大会、2016年リオ大会の3大会に連続で出場しました。2016年に、上腕二頭筋の肩側の付け根付近である長頭腱を脱臼し、手術、リハビリを経て2017年に復帰しました。2018年にワールドパラパワーリフティングアジア・オセアニアオープンで銅メダルを獲得し、パワーリフティングの主要な世界大会で日本人初のメダルとなりました。さらに同年11月、アジアパラ競技大会の88kg級にて195kgで銅メダルを獲得。2019年4月にはチャレンジカップ京都の88kg級にて197kgで優勝。自己ベストを更新するとともに現日本記録保持者となりました。