

with smile

スマサポマイページが変わります！号

「スマイルアスリート」
カーリング

松沢 美香 さん

特集

新ボランティア
システム紹介

スマイルアスリート

カーリング まつざわ みか 松沢美香さん

自己紹介と最近の活動

北見市常呂町出身。競技との出会いは10歳。町内子ども会でカーリングチームをつくるからと声を掛けられました。父がカーリングをしていたので、私にとって身近な冬のスポーツでした。中学で同級生とチームを組み、高2で初の世界ジュニア選手権へ。高校卒業でチームは解散。ほどなくしてライバルであった年下の「シムソズ」から声を掛けてもらい、その後日本カーリング初の表彰台となる世界ジュニア選手権準優勝を経て、2002年ソルトレイクシティ冬季五輪出場、8位入賞。

現在は地域のスポーツイベントや、小学校での出前授業等の競技普及、氷上での指導を通じカーリングの面白さを伝える活動をしています。

競技に対するモチベーションを上げる方法

ジュニア時代、カナダ人コーチに言われた「コントロールできることに集中する！コントロールできないことは気にしない！」という言葉が今でも私の指針となっています。

試合中、相手は強いかな、自信があるように見えるな等、相手を気にしてしまいがちですが、相手は自分ではどうすることもできないんですよね。それを気にしても無駄なだけ。自分がコントロールできることだけに集中するようにしています。

例えば、自分が任されていることをしっかりこなす、不安になったら相手ではなくチームメイトを見る、いつでも自信をもって行動する、声を出す、チームでコミュニケーションを取る等。そうすると気持ちも強くなるし、良い方に向かっていくんですよね。

大会でのびっくりエピソード

初めての海外は、ブルガリアのソフィアで開催された世界ジュニア選手権大会でした。当時はまだ共産主義が色濃く、空港に降り立つと強引にタクシーに乗せようとする人達がありました。ホテルでは日本チームの階以外は出入り禁止だったり、ドアにはこじ開けたような跡があったり、コーチの部屋の浴槽の栓がなかったりしました笑。

ロビーすら行ってはダメと言われていた中、一度だけ街に買い物に行く許可が出たのですが、前夜には銃声が聞こえていたこともあり、恐る恐る出かけました。外のいたるところには「レバレバ」と金銭を要求する人達がいまして、また、忘れもしない銀行での両替時…、ほんの数万円が札束で返ってきたこともありまして。ただ、立ち寄った教会がとても綺麗だったことは強烈に覚えています。

そんなソフィアでは、帯同してくれたボランティア通訳のお兄さんに応えようと、英語でのやり取りを頑張った記憶があります笑。

ボランティアへの思い

ほとんどの大会は、各チームに運転手兼サポートスタッフが1人つき、車でホテルと試合会場の送迎をしてくれました。大会期間10日間程、どのスタッフさんも朝は元気に迎えてくれ、勝てば共に喜び、負けた後はチームの雰囲気が悪くなりがちですが私達に寄り添い、温かい応援の言葉を掛けてくれました。自国の応援をしたいのとはいつも思いますが、全力で日本チームを応援してくれていることが伝わるほど、心のこもった言葉や笑顔をもらいました。

オリンピックでのスタッフさんは、家族も日の丸を持って応援に来てくれ、最後には一人一人にアルバムを作ってくれました。短い期間でも家族のような存在になるボランティアさん達に選手は助けられています！

アスリートからの「車いすカーリング」という挑戦状
競技がある。○か×か？



新スマサポ マイページのご紹介と パスワード再設定のおねがい

前号でお知らせしたとおり、ボランティア申込などをご利用いただいている現スマサポマイページが
2025年3月31日でサービス提供終了となります。

2025年4月1日以降も引き続きスマサポとしてご活動していただくために、
大変お手数ですが、新しいスマサポマイページにてパスワードの再設定をお願いいたします。

新しいスマサポ マイページのトップページ

(下図はスマートフォン画面のためパソコン上の表示と若干異なります)



募集中のボランティア案件の確認ができます。

申し込んだボランティア案件の確認や
申込キャンセル、当落状況の確認ができます。

活動が終了したボランティア案件の確認や
活動報告書の提出ができます。
※現システムの実績案件は表示されません

登録中の住所や電話番号などの
確認と変更ができます。

マイページからログアウトします。
※60分間操作がない場合、
セキュリティのため自動的にログアウトします

退会する場合は、こちらから退会手続きができます。

重要

パスワードの再設定を行ってください

新しいスマサポマイページにログインするため、パスワードの設定が必要です。

※パスワード以外の登録情報は新スマサポマイページに引き継がれますので、再入力不要です。

パスワード再設定
手続きページは
こちら



①パスワード再登録手続き
通知メールが届く

②メールに記載の
URL をクリック

スマサポの活動

1月・2月



チャレンジ！スポーツパーク (1月7日・8日)

子供たちがスタジアムの中を駆け回り喜んでいて、私も嬉しく楽しかったです。



自分の知らないスポーツがこんなにもたくさんあるんだと知りました。

指導員がオリンピック出場姉弟だったり、世界選手権の金メダリストや、SASUKE 出場常連者だったり、すごいメンバーでした！

札幌国際スキーマラソン大会 (1月31日～2月2日)

語学を生かして海外選手のサポートができ、お役に立てて嬉しかったです。イベント主催者の方のサポートも厚く、安心して業務に取り組むことができました。「来年も是非お手伝いに来てください」とおっしゃっていただき感謝です。

白旗山のコースをととも景色がよくすばらしい！とおっしゃる方も多く、札幌そして白旗山の良さが海外の方に伝わって、うれしかったです。

さっぽろスノースポーツパーク2025 (1月31日～2月2日)

競技団体の人が驚くほど、体験希望者が多かったです。体験ブースのみみなさんの一体感があり、スムーズに楽しく活動ができました。参加者の皆さまも「スケルトン」は初めての方ばかりだったと思いますが、楽しんでいただけたと思います。

来場者が多く、また道外の方が多く来場され皆さん、とても楽しく参加されておりました。冬の屋外活動は初でしたが、防寒対策は想像以上に必要と感じたため、次回の参考にします。

FIS パラノルディックスキーアジアカップ札幌大会 (1月8日・9日)

児童会館の子たちが楽しそうにシットスキーを漕いでいる横を選手が猛スピードで駆けぬけていく様子は圧巻でした。

当日の流れを分かりやすく説明していただき、サポートに専念することが出来ました。

ウィンタースポーツ塾 (1月9日・10日)

雪の中、元気な小学生と楽しく過ごせました。スケジュールが合えば、また参加したいです。

レバンガ北海道ホームゲーム【第20節】 (1月31日～2月2日)

来場者と一緒に活動している方たちから感謝の言葉などをいただくことがあり、意義のある活動だと改めて感じました。

プレミストドームマラソン supported by ぴあ (2月28日・3月1日)

冬季における初めてのドーム内マラソンの企画ということで、他のマラソン大会とは違う貴重な体験ができました。

準備時間が少なかったのですが、共に活動した方としっかり話し合っ共有できたので、頑張れました。

小学校スキー学習支援ボランティア ご協力ありがとうございました！

1月中旬から2月下旬の間、市内の約50校の小学校でスマサポの皆さんがスキー学習をサポートしました。真冬の寒さのなか長時間ご協力いただき、誠にありがとうございました。

小学校側からも「大変助かった」「また来年もお願いしたい」と感謝の声が続々と届いています。

★ 使用したビブスは、返送用封筒にてポストへ投函し、返却いただきますようご協力ください。

3・4月

派遣を予定している
大会・イベント
(3月5日 時点)

- レバンガ北海道ホームゲーム【第26節】 (3/21～3/23)
- 北海道イエロースターズホームゲーム (3/22・3/23)
- レバンガ北海道ホームゲーム【第27節】 (3/25・3/26)
- ブルーウォーク2025春 (4/2・4/6)

《アスリートからの挑戦状の答え》

正解は○。冬季パラリンピックの正式種目です。
ただ、日本はまだ出場がありません。

さっぽろグローバルスポーツコミッション
公式Instagram
イベント情報などを発信中
ぜひフォローをお願いします！



SPORTSCOM31