



# MINATO × 東京2020 レガシーイベント

2023年

# 3月21日

**火・祝**  
午前11時～午後4時  
開場：午前9時 最終入場：午後3時まで  
(学校対抗4×100mリレー大会は  
午前9時30分より開始)

春分の日

**参加  
無料**

あの東京2020大会の象徴  
「国立競技場」で  
アスリートとの交流や  
競技体験を満喫しよう!

東京2020マスコット  
ミライトフと  
ソメイティも  
参加するよ!

**場所：国立競技場**

**入場には事前申し込みが必要です**

**対象：港区民** 一部プログラムは区内在住・在学の子0～15歳のお子さんとその保護者

詳しくは下記Webサイトでご確認ください

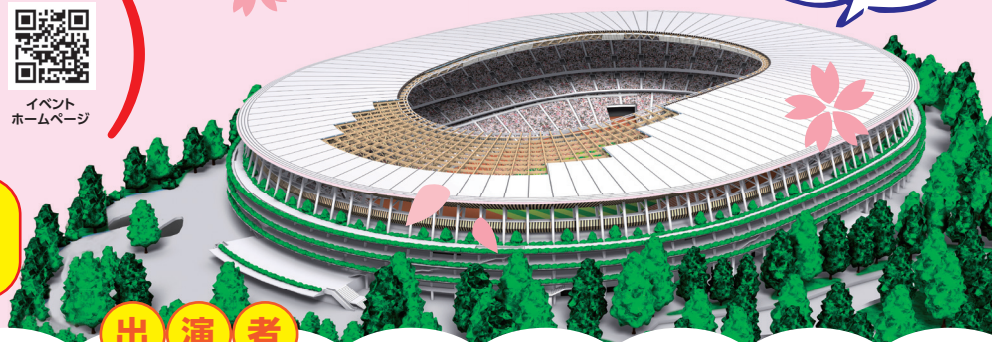
<https://www.minato-legacy.com>



イベント  
ホームページ

**PRESENT**

参加者にはもれなく  
オリジナルグッズプレゼント!



**出演者**



やまがた りょうた 陸上  
**山縣 亮太**

リオデジャネイロ2016五輪4×100mリレーでは第一走者として銀メダル獲得。東京2020五輪では日本選手団主将を務める。



のぐち あきよ スポーツライミング  
**野口 啓代**

ボルダリングワールドカップ年間総合優勝を4度獲得しワールドカップ優勝も通算21勝。競技人生の集大成となる東京2020五輪で銅メダル獲得。



はまぐち きょうこ レスリング  
**浜口 京子**

アテネ、北京、ロンドン五輪に3大会連続出場を果たす。アテネ五輪では日本選手団の旗手を務める。またアテネ、北京五輪では銅メダルを獲得。



たかだち あきみ パラ陸上  
**高田 千明**

リオデジャネイロ2016パラリンピックでは8位入賞。東京2020パラリンピックでは5位入賞。



かわい じゅんいち 日本パラリンピック委員会 委員長  
**河合 純一**

1975年静岡県浜松市生まれ。15歳で全盲となる。パラリンピックにはバルセロナ(1992)からロンドン(2012)まで水泳日本代表として、6大会に連続出場、金5を含む21個のメダルを獲得し、日本人初のパラリンピック殿堂入り。東京2020パラリンピック競技大会日本代表選手団団長。



はせがわ だいご 陸上  
**長谷川 大悟**

リオデジャネイロ2016五輪に、日本勢の三段跳び選手として12年ぶりの出場を果たす。現在も現役として競技を続けながら、講演や教室などで普及活動を行っている。



かとう りえ トライアスロン  
**加藤 友里恵**

リオデジャネイロ2016五輪トライアスロン代表。五輪出場の夢を諦められず23歳の時に陸上長距離から転向し、舞台上に立つ。1児の母として、子供を中心にスポーツの普及・指導に尽力する。



つやま たかゆき 陸上  
**角山 貴之**

100m元日本記録保持者井上悟氏から走り方を学び、2019年には南アフリカにてロンドン、リオ五輪三段跳び金メダリストのChristian Taylorと合同合宿を行う。実業団モンテローザ陸上部所属時に、三段跳び日本ランキング1位。現在、2025年東京世界陸上出場を目指して活動中。



いとう はなえ 競泳  
**伊藤 華英**

北京、ロンドン五輪出場。順天堂大学スポーツ健康科学部 博士号。



むらやま よしひこ アナウンサー  
**村山 喜彦**

日本テレビに入社してから主にゴルフ中継、野球中継などスポーツアナウンサーとして活躍。

**エントリー方法・イベント参加方法に関するお問い合わせ**

MINATO×東京2020レガシーイベント エントリー事務局(スポーツエントリー内)

TEL : 0120-711-951 (平日10:00～17:30)

<https://www.sportsentry.ne.jp/inquiry>

**イベント内容全般に関するお問い合わせ**

MINATO×東京2020レガシーイベント事務局

TEL : 03-5962-8435 (平日10:00～17:00)

Mail : [minato-legacy@ntve.co.jp](mailto:minato-legacy@ntve.co.jp)

## 実施コンテンツ概要

### 4×100mリレー



9:30 小学生の部 男女 予選  
10:15 中学生の部 男女 予選  
11:30 小学生の部 男女 決勝  
11:40 中学生の部 男女 決勝

### レガシーステージ

#### 【スペシャルトークショー】

100mを9秒台で走る山縣亮太選手、東京2020五輪のメダリストであり長く日本のスポーツライミングで活躍された野口啓代さん、アテネ、北京五輪で銅メダルを獲得したレスリングの浜口京子さんが出演します。夢をもって生きることの大切さを学びましょう。

#### 【パラリンピック夢授業】

日本パラリンピック委員会河合純一委員長と高田千明選手などのパラアスリートから、パラスポーツの素晴らしさについて学びましょう。

#### 【パフォーマンスステージ】

港区内の小、中学生による合唱やダンスパフォーマンスなど日頃から練習してきた成果を披露していただきます。皆様のご声援をお願いします。

### 親子ファンラン

多くのアスリートが目指した400mトラックを親子、仲間、お一人でも体験してみませんか!  
感動体験まちがいなし!あみみんなで走りましょう。

### レガシー記念撮影会

東京2020大会で使用された表彰台で記念の写真を撮りましょう!こんなチャンスはなかなかないですね!  
**マイブーケづくりに参加した方から優先して記念撮影ができます。**  
**※マイブーケづくりについては事前申込が必要です。**

### 100m走レガシー体験

スタートレーンに立った瞬間のドキドキ感はたまりません!  
トップアスリートでしか体験できない絶好のチャンスです。  
ケガなく全力で走ってみましょう!

### ラグビー体験

2019年ラグビーワールドカップ日本大会以来、益々その人気は高まるばかり。ラグビー選手にとっても憧れの聖地で、さあみんなで体験してみよう!**※人工芝での体験になります。**

### 走り幅跳び体験

より速くへジャンプ!してみよう!インストラクターの指導のもと少しでも前へ挑戦してみよう!

### ボルダリング

東京2020五輪では多くの新しい競技が正式競技となりました。その代表の一つがスポーツライミング競技。ボルダリングはその一種目で配置されたホールドを使って壁を登っていきます。当日はメダリストの野口啓代さんが実際に教えてくれる「ボルダリング教室」も開催されます。  
**※アスリート講師による「ボルダリング教室」(定員:30名)は事前申込が必要です。**



### レガシー記録展示

「より速く!より高く!より強く!」というオリンピック・パラリンピックのモットーに表れているように、人類の進化はスポーツの記録にも表れています。実際の東京2020大会の記録を体験してみよう!想像を超えた世界がそこにはあります。

### サッカー(フットサル)体験

サッカー選手にとって国立といえ「聖地」。憧れの国立競技場でボールを蹴ることができるチャンスです!  
**※一部プログラムについては事前申込が必要です。**  
**※人工芝での体験になります。**

### 学ぼう!作ろう!メダル教室

身近な金属の性質・利用について体感しながら、自分だけのオリジナルメダルが作成できます!

### 東京2020アーカイブ資産等展示

オリンピック・パラリンピックで使用された記念の品々をロッカーームに展示します!

### 障がい者スポーツ・ハンドバイク体験

東京2020大会では多くのパラリンピアンが活躍し勇気と感動を与えてくれました。港区のお台場を会場として行われたパラトライアスロンでも使用されたハンドバイクを体験できるまたとないチャンスです。

### ダンス教室

ダンス専門のインストラクターに指導してもらえ絶好のチャンス!パフォーマンスが上がることまちがいなしかも!

### 走り方教室

「今よりもっと速く走りたい!」そう考えている皆さんに絶好のチャンスです。基本の走り方から少しでも速く走れるコツを専門のアスリートから学びましょう!



### スポーツコンディショニング講座

運動・栄養・休養の大切さを学ぶことで自身の生活に役立てることができるかもしれません。それは将来の活躍につながるかもしれません。正しいコンディショニングを専門のスタッフから学びましょう!

- 1回目 スポーツコンディショニング講座～栄養編～
  - 2回目 スポーツコンディショニング講座～実践編～
  - 3回目 スポーツコンディショニング講座～実践編～
- ※事前申込が必要です。**

### バックヤードツアー

普段はなかなか見ることができない競技場の裏側やアスリート控室、貴賓室などを解説を聞きながら見学できる、またとない絶好の機会です。

## タイムスケジュール

	4×100mリレー	レガシーステージ	フリー参加	事前申込コンテンツ	会場申込コンテンツ
11:00	※学校ごとに事前申込が必要 ※予選は午前中に開催します	11:00 開会式		※事前にお申込みが必要	※当日会場内でお申込み
12:00	11:30 小学生の部 決勝 11:40 中学生の部 決勝	12:40~15:50 ●パフォーマンスステージ ●スペシャルトークショー ●パラリンピック夢授業	12:20~12:40 ●親子ファンラン 12:40~15:50 ●レガシー記念撮影会 ●100m走レガシー体験 ●ラグビー体験 ●走り幅跳び体験 ●ボルダリング体験 (14:15~15:00の間フリー体験を休止)	12:40~ 1回目 13:40~ 2回目 14:40~ 3回目 ●ブーケづくり ●走り方教室 ●サッカー教室 ●スポーツ コンディショニング講座	12:40~ 1回目 13:40~ 2回目 14:40~ 3回目 ●バックヤードツアー
13:00	13:00 表彰式			12:40~ 1回目 14:25~ 2回目	
14:00				●ダンス教室 13:00~ 1回目 14:00~ 2回目	
15:00				15:00~ 3回目 ●障がい者スポーツ・ハンドバイク体験 14:15~15:00 ●ボルダリング教室	
16:00		15:50 閉会式			

※プログラムによっては年齢制限、参加上限人数がございますので、詳しくはWebサイトよりご確認ください。

### 感染症対策

- ・体調がすぐれない場合、当日37.5度以上の熱がある場合はご参加をお控え下さい。
- ・新型コロナウイルス感染症対策を講じたうえで開催しますが、感染状況によりイベントを中止または変更する場合がございます。
- ・マスクはご自身でご用意ください。

### 注意事項

- ・国立競技場スタンド内は飲食物の持ち込みは可能ですが、トラック内へは、水またはお茶に限定して、蓋付きのペットボトル、水筒のみ持ち込みができます。(メインスタンドコンコースの売店は営業いたします)
- ・プログラムによって年齢制限等があります。
- ・雨天時には一部内容を変更する場合がございます。
- ・台風、雷雨などの荒天時、地震などの天災発生時は止むを得ず中止とさせていただきます。
- ・駐車場、駐輪場はございません。公共交通機関をご利用ください。
- ・運動ができる動きやすい服装でお越しください。スパイクシューズを着用してのご参加はできません。

### アクセス



JR総武線各駅停車…千駄ヶ谷駅・信濃町駅から徒歩5分  
都営大江戸線……………国立競技場駅(A2出口)から徒歩1分  
東京メトロ銀座線……外苑前駅(3番出口)から徒歩9分

### エントリー方法・イベント参加方法に関するお問い合わせ

MINATO×東京2020レガシーイベント エントリー事務局(スポーツエントリー内)

TEL: 0120-711-951(平日10:00~17:30)

<https://www.sportsentry.ne.jp/inquiry>



イベント  
ホームページ