



TOKYO 2020

G U I D E B O O K

东京 2020 大会 指南手册

2020年,夏季。
世界最大的盛典将再次来到东京。

运动员的光辉照亮世界各地,
将所有的人们都连在一起,这一瞬间,成就同一世界。

参加大会的所有人光辉,
将成为不可替代的财产,并将连接未来。

那么,让我们凭借大家的力量使
奥运会与残奥会绽放光彩吧!



目录					
1	大会概况	2	8	大家一起举办的东京2020	16
2	奥运会比赛项目	4	9	东京2020参与项目	18
3	残奥会比赛项目	6	10	志愿者	20
4	场馆规划	8	11	传承到未来	21
5	比赛场馆等	10			
6	第二次的残奥会	14		■ 专栏	22
7	重建奥运会与残奥会	15		■ 东京2020大会市场营销合作伙伴	24

1 大会概况

— 2020年，日本东京将成为世界至上的舞台 —

东京1964大会已经过去了半个世纪，日本东京将再次迎来奥运会与残奥会。在东京2020大会上，将有来自世界各地的众多运动员、大会相关人员及观众来到日本东京。我们将通过大会，在整个日本、整个世界唤起兴奋与感动，使大会成为“记录”与“记忆”永远铭刻在人们心中的一次辉煌的盛典。

大会日程

- 正式名称 **第32届奥运会(2020/东京)**
- 举办期间 **2020年7月24日(周五)~8月9日(周日)**
- 比赛项目数量 **33个项目**
- 正式名称 **东京2020残疾人奥运会**
- 举办期间 **2020年8月25日(周二)~9月6日(周日)**
- 比赛项目数量 **22个项目**

大会愿景

体育 拥有改变世界与改变未来的力量。

1964年的东京奥运会给日本带来了巨大的变化。2020年的东京奥运会提出：“所有人都力争突破自我(全员突破自我)”、“每个人都相互认可(包容与和谐)”、“连接未来(承上启下, 传承未来)”这3项基本理念，让本次大会成为奥运史上最具革新性，给世界带来积极变革的大会。

大会会徽



组市松纹

- 将“市松图案”采用日本传统颜色蓝色，描绘出了别致的日本特色。
- 将形状不同的3种四边形进行组合，蕴含了“包容与和谐”的讯息。
- 奥运会会徽与残运会会徽均由同样的45个四边形所构成。

世界最大的体育盛典将来到东京!

※伦敦2012大会的实绩(概数)



参加奥运会与残奥会的国家及地区数量

奥运会
204个国家及地区
残奥会
164个国家及地区



志愿者人数
70,000人
(大会志愿者)
8,000人
(城市志愿者)



到访举办城市的观众人数
2,000万人
(伦敦民除外)



大会整体提供的餐食数量
奥运会
1,400万餐

奖牌数量
奥运会
962个
残奥会
1,522个



电视观众总人数
48亿人



门票销售额
奥运会
£659million

门票销售数量
奥运会
880万张
残奥会
250万张



2 奥运会比赛项目

东京2020奥运会计划举行33项比赛。从本次奥运会开始，举办城市的组委会可向国际奥林匹克委员会（IOC）提出仅限于本次大会的新增比赛项目建议。在东京2020奥运会上，东京建议的棒球·垒球、空手道、滑板、攀岩、冲浪5个比赛项目全部被IOC所采纳，将作为新增比赛项目进行实施。



游泳



射箭



田径



羽毛球



棒球·垒球



篮球



拳击



皮划艇



自行车



马术



击剑



足球



高尔夫



体操



手球



曲棍球



柔道



空手道



现代五项



赛艇



橄榄球



帆船



射击



滑板



攀岩



冲浪



乒乓球



跆拳道



网球



铁人三项



排球



举重



摔跤

有关比赛项目的详情，请阅览下述网站。
<https://tokyo2020.jp/en/games/sport/olympic/>



凡例：Additional 东京2020组委会提议并被新加入东京2020大会的比赛项目

照片提供：*1: ©AJSA2016 *2: ©ISA



3 残奥会比赛项目

东京2020残疾人奥运会计划举行22项比赛。从本次残奥会开始，羽毛球与跆拳道被国际残疾人奥林匹克委员会(IPC)采纳为了比赛项目。



射箭



力量举重



赛艇



射击



田径



羽毛球



硬地滚球



坐式排球



游泳



乒乓球



皮划艇



自行车



马术



跆拳道



铁人三项



轮椅篮球



五人制足球



盲人门球



柔道



轮椅击剑



轮椅橄榄球

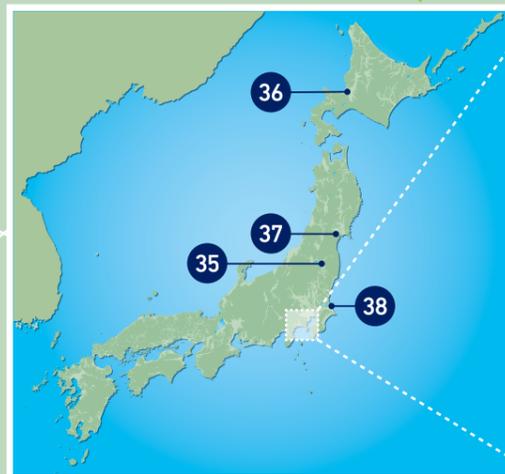


轮椅网球

有关比赛项目的详情, 请阅览下述网站。
<https://tokyo2020.jp/en/games/sport/paralympic/>



4 场馆规划



场馆规划概念

Infinite Excitement

— 无限的可能性 —

东京2020大会的场馆规划由继承东京1964大会既有设施的“遗产区域”与象征城市未来的“东京湾区域”的两个区域所构成。以选手村为中心展开来的两个区域，形成了无限大符号的意境。表达了通过东京2020大会，顶级运动员们点燃的热情、连接下一代的可能性以及被传承的遗产将无限地不断展开来。

■ 奥运会比赛项目 ▲ 残奥会比赛项目

- 1 国立竞技场 (奥运会主会场)
 - 开幕式与闭幕式 / 田径 / 足球
 - ▲ 开幕式与闭幕式 / 田径
- 2 东京体育馆
 - 乒乓球 ▲ 乒乓球
- 3 国立代代木竞技场
 - 手球 ▲ 羽毛球 / 轮椅橄榄球
- 4 日本武道馆
 - 柔道 / 空手道 ▲ 柔道
- 5 东京国际论坛大厦
 - 举重 ▲ 力量举重
- 6 国技馆
 - 拳击
- 7 有明竞技场
 - 排球 (排球) ▲ 轮椅篮球
- 8 有明体操竞技场
 - 体操 ▲ 硬地滚球

- 9 有明 BMX 赛道
 - 自行车 (自由式小轮车, 小轮车泥地竞速) / 滑板
- 10 有明网球森林公园
 - 网球 ▲ 轮椅网球
- 11 台场海滨公园
 - 游泳 (马拉松游泳) / 铁人三项 ▲ 铁人三项
- 12 潮风公园
 - 排球 (沙滩排球)
- 13 青海城市体育会场
 - 篮球 (3x3 篮球) / 攀岩 ▲ 五人制足球
- 14 大井曲棍球竞技场
 - 曲棍球
- 15 海之森马术越野赛场
 - 马术 (三日赛 [越野赛])
- 16 海之森水上竞技场
 - 皮划艇 (皮划艇静水) / 赛艇 ▲ 皮划艇 / 赛艇
- 17 皮划艇激流会场
 - 皮划艇 (皮划艇激流)
- 18 射箭会场 (梦之岛公园)
 - 射箭 ▲ 射箭
- 19 奥林匹克水上运动中心
 - 游泳 (游泳、跳水、花样游泳) ▲ 游泳

- 20 东京辰巳国际游泳馆
 - 游泳 (水球)
- 21 马事公苑
 - 马术 (盛装舞步、三日赛 [越野赛除外]、场地障碍赛)
 - ▲ 马术
- 22 武藏野森林综合体育广场
 - 羽毛球 / 现代五项 [击剑排名赛 (重剑)]
 - ▲ 轮椅篮球
- 23 东京体育馆
 - 足球 / 现代五项 [游泳、击剑奖励赛 (重剑)、马术、跑射联项] / 橄榄球
- 24 埼玉超级竞技场
 - 篮球 (篮球)
- 25 陆上自卫队朝霞训练场
 - 射击 ▲ 射击
- 26 霞关乡村俱乐部
 - 高尔夫
- 27 幕张国际会展中心 A 展厅
 - 跆拳道 / 摔跤 ▲ 坐式排球
- 28 幕张国际会展中心 B 展厅
 - 击剑 ▲ 跆拳道 / 轮椅击剑
- 29 幕张国际会展中心 C 展厅
 - ▲ 盲人门球
- 30 钓崎海岸冲浪会场
 - 冲浪

- 31 横滨棒球场
 - 棒球·垒球
 - 32 江之岛游艇码头
 - 帆船
 - 33 伊豆自行车竞赛馆
 - 自行车 (场地自行车)
 - ▲ 自行车 (场地自行车)
 - 34 伊豆山地自行车赛道
 - 自行车 (山地自行车)
 - 35 福岛吾妻球场
 - 棒球·垒球
 - 36 札幌巨蛋体育场
 - 足球
 - 37 宫城体育场
 - 足球
 - 38 茨城鹿岛足球场
 - 足球
 - 39 埼玉体育场 2002
 - 足球
 - 40 横滨国际综合竞技场
 - 足球
- OV/PV 选手村
IBC/MPC (东京 Big Sight)
- 协调中 ■ 自行车 (公路自行车)
▲ 自行车 (公路自行车)

(本册子所记载的信息为截至2017年12月的情况)

5 比赛场馆等

东京2020大会除了新建的设施外，也有效利用包括东京1964大会的遗产在内的众多既有设施等，在东京都内外40个场馆举行比赛。

■ 奥运会比赛项目

▲ 残奥会比赛项目

1 新国立竞技场 (奥运会主会场)

■ 开幕式与闭幕式/田径/足球

▲ 开幕式与闭幕式/田径

东京1964大会的奥林匹克主会场国立竞技场，将在2020年之前焕然一新。在东京2020大会上，除了开幕式与闭幕式外，还举办田径及足球比赛。在大会之后，计划用于各种体育与文化相关活动。



Design Works and Construction Works of Taisei Corporation, Azusa Sekkei Co., Ltd. and Kengo Kuma and Associates JV / Courtesy of JSC



2 东京体育馆

■ 乒乓球

▲ 乒乓球

东京1964大会时，在主场馆举行了体操比赛，在室内游泳池举行了水球比赛。这是1964年大会的遗产设施之一。



3 国立代代木竞技场

■ 手球

▲ 羽毛球/轮椅橄榄球

这是东京1964大会时作为游泳及篮球比赛场馆使用而建造的设施。是一个具有通过高张力悬挂屋顶特征的建筑物，目前仍作为奥林匹克遗产在世界上赢得了高度评价。



4 日本武道馆

■ 柔道/空手道

▲ 柔道

这是柔道等日本武道的圣地。在东京1964大会上，柔道作为奥运会比赛项目被首次实施，就是在此场馆举行的。



5 东京国际论坛大厦

■ 举重

▲ 力量举重

具有巨大船型中庭空间的玻璃大楼是标志性的建筑物。作为综合性的文化信息传播基地，共有大小8个厅等。



6 国技馆

■ 拳击

这是日本国技相扑的圣地。馆内呈砚钵状，观众可从四面观看在场馆中央举行的比赛。



7 有明竞技场

■ 排球(排球)

▲ 轮椅篮球

这是将在有明北地区新建造的竞技场。大会后，将充分利用15,000个座位的规模，作为东京的新体育与文化信息发布基地。



8 有明体操竞技场

■ 体操

▲ 硬地滚球

这是将在有明北地区临时建造的比赛场馆。大会时，计划建成拥有约12,000个座位的比赛场馆。



11 台场海滨公园

■ 游泳(马拉松游泳)/铁人三项

▲ 铁人三项

这是位于融合了大海及绿色大自然、彩虹大桥等未来景观的观光景点台场地区的公园。大会时，将临时建造比赛场馆。



14 大井曲棍球竞技场

■ 曲棍球

这是将在大井码头中央海滨公园建造的设施。大会后，将作为曲棍球等各种各样体育项目的多功能球馆使用。



17 皮划艇激流会场

■ 皮划艇(皮划艇激流)

这是将在葛西临海公园邻接地区新建造的日本首个人工赛道的设施。大会后，将作为享受各种各样水上运动及休闲娱乐的设施使用。



9 有明BMX赛道

■ 自行车(自由式小轮车, 小轮车泥地竞速)/滑板

计划在距离选手村及IBC/MPC(东京Big Sight)也较近的海滨地区的有明北地区建造。这个会场也举行自行车的小轮车泥地竞速、自由式小轮车及滑板比赛，是以城市体育为中心的会场之一。



12 潮风公园

■ 排球(沙滩排球)

这是以海滨象征的彩虹大桥为背景可眺望东京湾美丽景色的公园。大会时，将临时建造比赛场馆。



15 海之森马术越野赛场

■ 马术(三日赛[越野赛])

这是可一边眺望东京湾美景一边欣赏富于戏剧性城市景观的填海地。大会时，将临时建造马术越野赛场。



18 射箭会场(梦之岛公园)

■ 射箭

▲ 射箭

在梦之岛公园内将建造射箭场馆。大会后，将作为可提供以射箭为主的多种用途设施使用。



10 有明网球森林公园

■ 网球

▲ 轮椅网球

这个地区被称为日本网球的圣地。在绿色环绕的公园内，拥有室外48个网球场与“有明体育馆”。



13 青海城市体育会场

■ 篮球(3x3篮球)/攀岩

▲ 五人制足球

这是将在距离选手村也较近的青海地区临时建造的会场。位于可看到东京湾的地方，3x3篮球及攀岩比赛在这里举行，是吸引全世界年轻人、象征东京2020大会的会场之一。



16 海之森水上竞技场

■ 皮划艇(皮划艇静水)/赛艇

▲ 皮划艇/赛艇

这是将在距离东京都心很近的东京临海地区新建造的设施。大会后，将成为亚洲水上竞技中心，作为国际级别的比赛场馆使用。



19 奥林匹克水上运动中心

■ 游泳(游泳、跳水、花样游泳)

▲ 游泳

这是将在辰巳之森海滨公园新建造的设施。大会后，将作为日本游泳的中心，作为世界最高水平的游泳场馆使用。



20 东京辰巳国际游泳馆
■ 游泳(水球)

这是作为东京都内游泳的中心性、象征性设施发挥作用的广域专业设施而建造的。



21 马事公园
■ 马术(盛装舞步、三日赛[越野赛除外]、场地障碍赛)
▲ 马术

这是东京1964大会时举行马术比赛的场馆。这是1964年大会的遗产设施之一。目前是马术普及基地。



22 武藏野森林综合体育广场
■ 羽毛球/现代五项[击剑排名赛(重剑)]
▲ 轮椅篮球

这是将在与东京体育场相邻的场地新建的设施。是一个拥有可容纳10,000多人的主场馆等综合体育设施。



23 东京体育场
■ 足球/现代五项[游泳、击剑奖励赛(重剑)、马术、跑射联项]/橄榄球

这是一个可用于足球等丰富多彩活动的多功能体育场。



24 埼玉超级竞技场
■ 篮球(篮球)

这是适合体育活动、音乐会、演讲会等各种各样用途的日本最大级别多功能大厅。位于埼玉县埼玉市。



25 陆上自卫队朝霞训练场
■ 射击
▲ 射击

在东京1964大会时，也在该训练场进行了步枪射击比赛。在大会时，将建造适合奥林匹克标准的临时设施。



26 霞关乡村俱乐部
■ 高尔夫

这是位于郁郁葱葱武藏野丘陵的广阔高尔夫球场。是由担负高尔夫传承的设计人员设计、拥有80多年历史的设施。位于埼玉县川越市。



27 28 29 幕张国际会展中心
■ 跆拳道/摔跤/击剑
▲ 坐式排球/跆拳道/轮椅击剑/盲人门球

这是在210,000平方米的占地内，由“国际展示场”、“国际会议场”、“幕张活动大厅”3个设施构成的复合型会展设施。位于千叶县千叶市。



30 钓崎海岸冲浪会场
■ 冲浪

这是追求被称为“世界最高水平”的高质量波浪、众多冲浪者到访的海岸。东京2020大会新增比赛项目将有两个在此进行。位于千叶县长生郡一宫町。



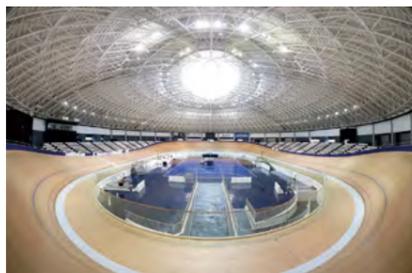
31 横滨棒球场
■ 棒球·垒球

这是位于横滨公园内的日本首个多功能体育场。也是日本职业棒球队的大本营。东京2020大会新增比赛项目将有两个在此进行。位于神奈川县横滨市。



32 江之岛游艇码头
■ 帆船

这是东京1964大会时建造的日本首个比赛用码头。这是1964年大会的遗产设施之一。位于神奈川县藤泽市。



33 伊豆自行车竞赛馆
■ 自行车(场地自行车)
▲ 自行车(场地自行车)

这是拥有国际自行车联合会(UCI)标准周长250米木制赛道的室内自行车赛道比赛设施。位于静冈县伊豆市。



34 伊豆山地自行车赛道
■ 自行车(山地自行车)

这是全长2,500米、高低差85米的越野赛道。位于静冈县伊豆市。



37 宫城体育场
■ 足球

覆盖体育场观众席的大屋顶，被设计成仙台藩主“伊达政宗公”头盔装饰的月牙。是田径赛场兼足球赛场。位于宫城县宫城郡利府町。



35 福岛吾妻球场
■ 棒球·垒球

这是位于拥有“享受体育”、“自然与休憩”、“家人一起享受”、“历史漫步”四个区域综合运动公园内的棒球场。东京2020大会新增比赛项目将有两个在此进行。位于福岛县福岛市。



36 札幌巨蛋体育场
■ 足球

这也是足球与棒球两个职业队的大本营设施。是位于日本最北部的全天候型巨蛋体育场。位于北海道札幌市。



38 茨城鹿岛足球场
■ 足球

这是正式足球专用的体育场，拥有常绿的天然草坪与从看台任何地方均可观战的观众席。也是日本职业足球队的大本营。位于茨城县鹿岛市。



39 埼玉体育场2002
■ 足球

这是亚洲最大级别、日本最大的足球专用体育场。位于埼玉县埼玉市。

东京2020大会后的选手村



2016年8月时点的效果图

©Designated Builders of Type 1 Urban Redevelopment Project in the West Harumi 5-Chome District

OV/PV 选手村

关于将建在东京都中央区晴海的选手村的住宿楼，计划在奥运会期间临时使用东京都施行的市区再开发项目中由民间企业建造的住宅楼。大会后，住宅楼将进行改造，与新建的高层楼一起进行出售等。



40 横滨国际综合竞技场
■ 足球

这是拥有日本最大规模72,327个座位观众容纳能力的户外多功能赛场。位于神奈川县横滨市。



IBC/MPC(东京Big Sight)

在265,700平方米的占地内，拥有展览大厅、国际会议、接待大厅等，是日本最大的会展设施。大会时，将成为媒体中心。

6 第二次的残奥会

东京是世界上首个举办两届夏季残奥会的城市，东京2020大会将成为实现多样性巨大契机的一次盛会。无论是否有残疾，来自全世界的所有人们将汇聚一起、而且可亲眼看到有残疾的运动员们精彩的表现，这样的残奥会对重视所有人的相互人权及尊严，为实现互相支持的共生社会，拥有巨大的改变社会形态的力量。

1964

“残奥会”这个名称是从“在奥运会举办年于奥运会举办国举行的国际斯托克·曼德维尔运动会”=“Paraplegia(截瘫)”的“Olympic”=“Paralympic”这一创想出发，在东京1964大会时在日本命名的爱称。东京1964大会成为了促进日本残疾人士们参与社会及自立的一个契机。

提供：JPC



提供：JBA

东京2020大会在使残奥会成功的同时，将推进城市无障碍化及心灵无障碍化的渗透等软硬件两方面的工作，不断建设无论是否有残疾任何人都可生机勃勃地生活的城市。

2020

'NO LIMITS CHALLENGE' 无极限挑战

— 让我们亲身感受残奥会的魅力吧 —

这是以体验残奥会比赛为主的活动。

'NO LIMITS' 表达了“不要在意失去的东西、最大限度地发挥留下的功能”这一“追求残疾人运动员的无限可能性”。使人联想到参与型活动的'CHALLENGE'。是来自这两个词。

让我们体验残奥会比赛，接触比赛的魅力吧！



在街上展现充满震撼力的残奥会比赛



与是否有残疾无关任何人都可快乐享受

详情请登陆(仅日语)
<http://no-limits.tokyo/>



— 东京都的举措 —

'TEAM BEYOND' 团队超越

这是通过残奥会体育大家可发挥个性、着眼于未来的举措。

大家都可以成为团队的一员。您也通过残奥会体育改变未来吧！

TEAM
BEYOND

详情请登陆(仅日语)

<https://www.para-sports.tokyo/>



7 重建奥运会与残奥会

这是始于2011年的东京2020大会申办活动中，呼吁用体育的力量给东日本大地震的灾区带来梦想与希望。此外，在决定举办东京2020大会后，熊本县等遭受了大地震，并造成了巨大的灾害。重建奥运会与残奥会是东京2020大会的原点。通过体育的力量给灾区送去活力与感动。并且将克服了各种各样的困难、不断走向重建的灾区情况向全世界传播，并表达对给予支援的人们的感谢。

东京2020大会将计划在灾区举行足球、棒球·垒球比赛，并安排直播场点、文化活动等。请一定来灾区看看。



足球：宫城体育场

直播场点

文化活动

圣火传递

棒球·垒球：福岛吾妻球场

举办奥运会比赛



赛前训练营

奥运旗巡游

"See you in Tokyo and Tohoku in 2020"

可观看收录了通过体育重获活力的灾区景象视频。

<https://www.youtube.com/watch?v=DVzUf2lW3wk>



通过体育的力量给灾区送去活力

"通向未来之路 1000公里纵贯接力"

为了加强全国与灾区的纽带，举办从青森到东京，通过跑步和骑自行车将东日本大地震灾区连在一起的接力。



"青年选手参与项目"

以通过与当地儿童及家长的体育交流等支援灾区重建为目的，与年轻运动员一起在灾区举行各种各样的活动。



访问福岛县及熊本县，参加小学的运动会及举办活动等

8 大家一起举办的东京2020

面向2020年，举办可近距离感受东京2020大会的丰富多彩活动。让我们一起参与，一起使之成为具有一体感的快乐大会吧！

2013.9.7
决定举办东京2020大会！



© Getty Images
国际奥委会主席罗格(当时)宣布

2016.8-9
里约2016年大会会旗交接

在里约2016年大会闭幕式上，下届举办城市东京都接过了奥运会会旗与残奥会会旗。



奥运会会旗



残奥会会旗



倒计时活动

在2020年开幕前的每个里程上都将举行倒计时活动。



在东京都议会议事堂的巨大墙面上进行投影映射



大家一起摆动45个方块，制作出了巨大的东京2020残奥会会徽

从“都市矿山”制作奖牌活动 ▶ 详情请看第19页



发布本项目的记者招待会

与运动员的交流

面向东京2020大会，我们设置了与奥运会选手与残奥会选手等的运动员们各种交流机会。

通过交流，可实际感受运动员们的卓越能力，并有助于提高对奥运会与残奥会的期待。



日本代表选手将直接教您坐式排球的秘诀，并一起打球



在奥林匹克选手举办的接力讲座中近距离体验漂亮的传接棒

东京2020东京奥运会与残奥会 奥运旗巡游

奥运会会旗与残奥会会旗经过东京都、灾区后，从2017年正在全国巡游。



里约2016大会获得奖牌的选手把奥运旗送到东京都市民的身边



众多东京都民欢迎奥运旗到来

直播场点

大会期间，可通过设在直播场点内的大型屏幕，观看比赛现场白热化的比赛直播。

此外，还进行舞台活动及比赛体验等活动。



可享受大震撼力的大型屏幕与多彩活动的舞台



大会比赛项目的体验专区

圣火传递

奥运会圣火传递，是将在希腊奥林匹克太阳点火的火种，通过在希腊国内与日本国内进行接力传递，直至开幕式。

残奥会圣火传递将在英国的斯托克·曼德维尔与日本国内数个地方举行火炬节，火炬汇聚东京，进行圣火传递。



里约2016大会由走进了残奥会殿堂的河合纯一先生担任火炬手

测试活动

在各个比赛场馆，面向正式比赛，将举办比赛作为测试活动。

东京2020日本节

在大会开始前夕，作为东京2020参与项目的集大成，将与各种各样的团体合作，在全国各地开展以文化奥林匹克周期为主、充满节日氛围的活动，为了正式比赛创造出激动人心的最高潮。



9

东京2020参与项目

— 通过8个主题，连接你我、行动起来，迈向未来 —

东京2020大会对于日本及世界来说，这将是一次不仅在体育方面，还力求在文化、教育、经济等各个领域都留下有形、无形积极遗产的一次盛会。面向2020年，为了更多的人参与(行动)，为了将该成果传承未来(遗产)，制定了全日本一起行动的参与型活动“东京2020参与项目”。将由各种各样的主办方开展丰富多彩的活动及项目。

将在全国各地举行具有与奥运会愿景同样理念的活动。

通过东京2020大会相关团体及非盈利团体等，不仅体育活动，还将在两个标志下举行文化艺术以及当地跨年代的活动、对灾区支援等分成八个主题的活动。

八个主题



东京2020 公认标志

将授权给国家、东京都、拥有奥运会场设施的地方政府、大会合作伙伴等活动使用。

Official Programme



东京2020 声援标志

将授权给左述以外的非盈利团体等活动使用。

TOKYO 2020 Support Programme



如果在您所在的城市或地区看到了这个标志，那就是与东京2020大会相连的证据。请一定参与！

详情请参阅网站。

东京2020参与项目特设网站(仅日语)
<https://participation.tokyo2020.jp>



可持续项目

国际奥林匹克委员会(IOC)提出了在奥林匹克中重视可持续的方针。东京2020大会考虑到了可持续的行动已经开始。



从“都市矿山”制作奖牌活动

在该项目中，有效利用从大家手中回收的手机等小型家电中提取的再生资源金属，制作东京2020大会的获奖奖牌。



日本、英国的游泳运动员提供了不需要的手机

详情请登陆

<https://tokyo2020.jp/en/games/medals/project/>



东京2020教育项目 "YO·U·I·DON! (You·I·DON!)"

基于东京2020大会愿景及奥林匹克精神与残奥会价值等教育项目已经在学校第一线等全国各地展开。向担负下一代的孩子、年轻人提供不可替代的体验。



从2017年4月开始以全国的学校为对象认证了“Yoi Don!(预备,开始!)学校”



在都内实施的“东京2020奥运会与残奥会教育节”上体验残疾人体育项目

何谓“Yoi Don!”

这是东京2020教育项目的爱称。在学校的赛跑开始或开始某项东西时用日语说的一句话(即中文“预备,开始!”),包含着面向实现大会愿景,担负下一代的孩子或年轻人大家一起开跑、大家一起来做的愿望。



奥运会与残奥会的调查学习

在东京都内的全部公立学校，从2016年4月开始实施了奥运会与残奥会的教育项目。



详情请登陆(仅日语)

<https://www.o.p.edu.metro.tokyo.jp/about-education>

“东京2020文化奥林匹克周期”

奥运会与残奥会也是文化的庆典。在全国各地，开展所有人均可参与的多种多样的文化项目。此外，通过促进更多的年轻人参与文化艺术活动，不断培养创造性。



面向国内外宣布了东京2020文化奥林匹克周期启动“开幕日本桥-东京2020文化奥林匹克周期启动”

10 志愿者

— 让我们一起支撑大会吧 —

除了来自世界200多个国家地区的运动员、奥运会相关人员参与外，众多观众将到访日本的东京2020大会，其成功不能没有志愿者的存在。此外，通过参与志愿者活动，与很多人团结一致支持奥运会，可体验到在其他活动中绝对不能得到的感动。

东京2020大会设想大会志愿者与城市志愿者合计会有9万多人做出贡献。

大会志愿者

主要是在大会举办前后以及举办期间，在比赛场馆或选手村等大会相关设施，对运动员即大会相关人员、观众等提供场馆内的向导、引导等支持大会运营的服务。

此外，还担负酿就大会氛围的角色。

运营与征集 东京2020组织委员会

开始征集 计划于2018年夏季左右

详情请参阅网站。
<https://tokyo2020.jp/en/get-involved/volunteer/>



协助跑道整理



在帮助台帮助到场者



向跑步选手供水



在场馆周边为观众做向导

城市志愿者

在大会期间，在机场及主要车站、观光地等，对来自国内外的游客进行观光、交通向导以及在比赛场馆最近的车站周边引导观众等。

作为举办城市的面孔，以“款待之心”迎接运动员、大会相关人员、来自国内外的游客、观众等。

此外，还担负酿就大会氛围的角色。

运营与征集 东京都
设有比赛场馆的地方政府

开始征集 计划于2018年夏季左右
(东京都有部分先行征集。)

详情请参阅网站。
<http://www.city-volunteer.metro.tokyo.jp/en/index.html>



在车站出口帮助观众
©PHOTO KISHIMOTO



为去场馆做向导

11 传承到未来

东京2020大会为了将儿童、年轻人与体育及奥运会、残奥会相连接，进一步提高奥运会与残奥会的价值，并不断传承给下一代，采取了各种各样的举措。

参与奥大会吉祥物的评选过程

大会吉祥物担负欢迎运动员及来访游客、唤起儿童及粉丝的兴奋、传递奥运会与残奥会的精神以及东京2020大会特有的讯息的大使作用。

东京2020大会为了使大会吉祥物被大家尤其是孩子们喜爱，计划在大家应征的设计评选过程中以全国小学班级为单位进行投票。

详情请参阅网站。
<https://tokyo2020.jp/en/games/mascot/>



迄今为止诞生的大会吉祥物一例

从小学与初中生中征集海报

为了提高小学与初中生对东京2020大会的关心及兴趣，我们正在征集以奥运会与残奥会等为主题的海报。从2015年度开始的本项目已成为思考2020年东京及日本、自己将会成为怎样的契机。

2016年度有来自国内外约2万6千件的应征作品，并进行了优秀作品的表彰。

※征集期间计划为每年暑假前后。

详情请参阅网站。(仅日语)

<https://tokyo2020.jp/jp/get-involved/event/poster2016/>



实施小学与初中生海报征集项目的公开授课
会场：福岛县郡山市立行健初中

大学合作 — 以学生的力量酿就热烈氛围 —

以通过东京2020大会普及奥运会与残奥会教育、让更多的学生获得一生仅有一次的经历以及在大学及短期大学留下知识及经历的遗产等为目的，并为创造与宣传下一代的新价值，我们与全国约70%的大学及短期大学签订了合作协议，与学生及大学一起积极推进各种各样的活动及广告营销工作。

详情请参阅网站。(仅日语)

<https://tokyo2020.jp/jp/get-involved/university/>



“大学合作 为了学生的Rio to Tokyo” 会场：上智大学

TOKYO 2020 ID

请注册“TOKYO 2020 ID”，
订阅东京2020组委会官方
电子杂志《TOKYO 2020电
子杂志》吧！



TOKYO 2020 ID (仅日语)
<https://id.tokyo2020.jp/>

东京2020官方网店

经销众多东京2020官方授权商品等。



东京2020官方网店(仅日语)
<https://tokyo2020shop.jp/>

深入了解奥运会与残奥会

奥林匹克的意义 ~参与就有意义~



顾拜旦男爵
© PHOTO KISHIMOTO

因被称为近代奥林匹克之父顾拜旦的格言而闻名的“奥运会最重要的不是胜利，而是参与”这句话，其实并非他的格言。

在伦敦1908大会当时进行的拔河比赛等众多项目上，英美两队都处于对立状态。为此，在圣保罗大教堂，在参加礼拜的运动员面前，宾夕法尼亚的塔尔博特(Ethelbert Talbot)主教说过“奥林匹克的理想，是为了培养人，参与奥林匹克是与人交往，也就是说包含着世界和平的意义”这样的告诫话语。

具有同样想法的顾拜旦感动于主教的话语，在英政府主办的晚餐会上引用了主教的话，并附加说了一句“对于人生来说重要的不是成功，而是努力的过程”。

这之后，这句话变成了表达奥林匹克理想的顾拜旦格言而为人所知。

圣火传递的起源



取火仪式

在近代奥运会中，在巴黎1924大会之前没有圣火。

阿姆斯特丹1928大会时，在体育场外设置了一个塔，采用了在该塔不断点火的方案，以此为契机，诞生了现在这样的圣火。

圣火于大会的几个个月前，在古代奥林匹克圣地奥林匹克遗迹赫拉神庙前采集火种，通过众多的人们传送举办地，在开幕式的当天，由最后一位跑者点燃主会场的圣火台，至大会比赛结束一直不断燃烧。



东京1964大会的最后一位火炬圣火跑者
© PHOTO KISHIMOTO

在东京1964大会上，经过各种各样的讨论，最后决定将最后一个跑者选定为年轻的运动员。

而被选出的跑者是1945年8月6日、在广岛被投下原子弹那天出生在广岛郊外的19岁坂井义则。当时，坂井隶属早稻田大学的赛跑部，尽管没有成为目标的奥林匹克选手，但在开幕式上扮演了重要角色。

奥林匹克标志



奥林匹克的五环标志是五个环套接在一起。这表示的是世界五大洲(美洲、欧洲、非洲、亚洲、大洋洲)。

有全世界的人们在和平的精神下，通过体育携手相连的含义。

此外蓝、黄、黑、绿、红的颜色，如果加上底色的白色，就可描绘世界上几乎所有国家的国旗，由于这样一个原因而被选择，这是设计者顾拜旦男爵写下的。

※部分摘自《奥运会与残奥会学习读本》初中篇与高中篇(东京都教育委员会发行)

残奥会的意义与价值



残奥会是存在各种残疾的运动员可公平发挥能力、大显身手的世界最顶级赛事。不是着眼于做不到的事情，而是以“怎样才能做到”这样的视角进行创意努力，发挥超乎想象的竞技表现的残疾运动员身姿，打动了人们的心灵，改变了人们对残疾人的认识，引领我们去实现共生社会。

国际残疾人奥林匹克委员会(IPC)认为，潜藏在残疾运动员身上的力量才正是残奥会的象征，强调“勇气”、“坚强的意志”、“灵感”、“公平”这四个价值。

残奥会与日本



路德维格·古特曼爵士
© PHOTO KISHIMOTO

斯托克·曼德维尔医院(英国)的医生路德维格·古特曼，在治疗因在第二次世界大战而脊髓损伤的士兵时，采用了体育运动疗法。

在伦敦1948大会开幕式的那天，古特曼在医院内举办了由16位坐轮椅者进行的射箭比赛。这个比赛发展成为后来的残奥会，在1960年举行奥运会的罗马，举行了国际斯托克·曼德维尔比赛(23个国家、400人参加)。这次比赛在1989年的IPC成立后被定位为第一届残奥会。

而1964年的国际身体障碍者体育大会，在东京奥运会后即以两部制得到举办。第1部是继罗马1960大会后的国际斯托克·曼德维尔比赛，后来被定位为第2届残奥会(21个国家、378人参加)。而第2部则是作为由所有残疾人与西德的邀请选手进行的国内比赛而举办(481人参加)。

“残奥会”这一名称是东京1964奥运会上作为爱称而被使用。当初是以坐轮椅者为对象举行的比赛，因此含有表示下半身瘫痪(Paraplegia)的“Para”这一含义。

此后，从伦敦1976大会起，由于坐轮椅以外的残疾人也参加了，因此现在被解释为“沿着”、“并行”这个意思的Parallel的“Para”了。

残奥会标志



残奥会的标志是1989年IPC成立后制作的，在利勒哈默尔1994大会上开始使用。

并且从雅典2004大会开始变更为了现在的标志。这个标志被称为“Three Agitos”。“agito”是拉丁语“我在动”这个意思，表达的是即使遇到困难也不气馁，不断挑战极限的残奥会精神。蓝、红、绿三个颜色由于是世界国旗使用最多的颜色而被选用。

东京2020大会根据IOC以及东京2020的赞助计划，获得了大会运营等不可或缺的专业技术、商品、服务以及资金。

奥林匹克全球合作伙伴



东京2020金牌合作伙伴



东京2020官方合作伙伴

