

## うえすとさいど

## シドニーパラ柔道銅メダリスト 戦い続けた人生

金メダルラッシュに沸いた 2024 パリ五輪・パラリンピック。日本人選手の活躍はいまなお記憶に新しい。パラリンピックでは、柔道の 4 個をはじめ 41 個のメダルに輝きましたが、そのパラリンピック柔道で、シドニー (2000 年)、アテネ (2004 年)、東京 (2021 年) と 3 大会にわたって代表選手を務めたレジェンドがいます。松本義和さん、62 歳。シドニーの銅メダリスト。全く目が見えない重度の視覚障害と格闘し続けて獲得した栄光でした。その歩みを支えたのはパラリンピックで出合った「失われたものを数えるな。残されたものを最大限に生かせ」という言葉でした。(西田奈津子)

## ■3階建ての自宅は頭の中に描いた設計図をもとに

大阪市住吉区にある鍼灸院『アイワ松本治療院』が松本さんの自宅です。「この家、3階建てで屋上もあるんですけど、これ全部、僕が設計しました」。

目を丸くする当方を見透かすように松本さんはいます。「家の設計図はね、頭の中で図面をつくってそれを設計士さんに口で、何センチ、何ミリまで細かく伝える。ここに階段、そっちにカウンターキッチン。カウンターの横幅は 2.25 メートルとか。そうそう、ほらこの机やイスも、ニトリでセットを買ってきて自分で組み立てたし、テレビの台もホームセンターで角材や板を指示通りに切ってもらって…」

目の見える人でも、なかなかそこまではできません。「モノづくりが好きなんです。目が悪くならなかったら、建築士とか大工とか、そんな道に進んだかも」と笑う。そして「何かをするときにはちょっと考える。目が見えないからできない」と自分も周りも思っていたことでも、工夫次第でできることがいっぱいある。視覚障害者として生きていくということは、日々頭の体操!! 道を歩くのも、ごはん一つ食べるのも。目が悪い人でも包丁も使うし、煮たり焼いたり揚げたりもする。いろんな工夫をするからできる」



2022 年の東京オープンで優勝しパリを目指した松本さん (中央)。その後体調を崩して出場はかなわなかった

だけど、ここまでの道はたやすいものではありませんでした。

## ■誰にも話せず、孤独な高校時代

高校時代は軟式テニス部に所属していましたが、ボールが見えにくくなり、病院に行くと「緑内障」と診断されました。症状はさらに進み 3 年生のころには、グラウンドに引かれた白線も見えなくなり、クラブ活動も体育祭も参加できなくなりました。「だけど周りに同情をされるのが嫌で、見えないことは誰にもいわなかった。それをごまかすために『体育祭? そんなもんおもしろないわ』といってさぼる。同じようにさぼっているやつらと喫茶店に行くわけです。黒板も見えませんか、授業中もボーっとしているしかない。クラスメイトからは『タイムマン (怠慢)』と呼ばれてしました」



つらい思い出も笑顔で語る松本さん

実は松本さんは、当法人代表の前川敦と高校の同級生でしたが、「そんなに目がみえていないとは当時、知らなかった」そうです。

一番つらかったのは高校を卒業したときでした。「みんな大学や専門学校、就職とそれぞれの道へ進みますが、自分だけは何もなかった。そのころには字も見えず、やっと外を歩ける程度でした。盲学校 (現在の視覚支援学校) があることは知っていたけど、自分は視覚障害とは違うと思っていました。世界でたった一人、自分だけが取り残されたような気持ちになってどん底でしたね。そんなとき、たまたま同じ眼科に来ていた患者さんから障害者手帳のことを聞いて、区役所へ手続きにいきました。親にも内緒で。そのときの担当の人が親身になって話を聞いてくれてね。大阪市鶴見区にある日本ライトハウスを教えてもらい、見学して入所することを決めました」

高校を卒業してちょうど一年がたっていました。でも、さあ今日から入所、というその日の朝、自分で決めたことなのに、嫌で嫌で仕方なかった。「なんでそんなところへ行かなあかんねんって。しかし、自立した生活を切り開くには、それ以外に道はなかった」 (2面へつづく)

# 「失ったものを数えるな」がつかんだ栄光とチャンス

## ■ライトハウス入所第一夜に「人生が変わった!!」

大阪・鶴見区の「日本ライトハウス」は、視覚障害者に対する訓練、就労支援、通所・入所の生活介護などのほか、点字や録音図書をそろえた情報センターなど充実した支援を行っています。松本さんは 20 歳のとき「嫌々」入所施設に入りました。

「6 人部屋でね、僕が一番年下でした。でもね、その日の夜に僕の人生は変わったんですよ」。

たった一日で？ またまたびっくりするお話です。

「同じ部屋の人たちといろんな話をしました。みんなの話を聞き、自分の話もして。そうしたら『仲間』がいることがわかったんです。目が悪くても仕事をしている人、結婚して子育てをしている人、いろんな人の話を聞いて生きる希望が湧いてきました」

次の日から点字や歩行の訓練が始まりました。そして 7 カ月後の 11 月、ついに松本さんは「全盲」となりました。「まったく見えなくなったとき、不思議とそれほど落ち込みませんでした。それまでは、明日はもっと悪くなっているかも…という不安が先に立っていた。でも全盲…落ちるとこまで落ちた、明日の心配をしなくていい。後はもう上るだけ！ そんな気持ちでした。仲間がいたということも大きな力を与えてくれました」

1 年間、ライトハウスで過ごし、翌年の 4 月から大阪府立盲学校（現大阪府立大阪南視覚支援学校）へ通い始めました。

## ■柔道人生のスタート 2000 年パラリンピックで銅

盲学校には 3 年間通い、そこで先輩に誘われて柔道を始めました。「卒業するまで」というつもりが、卒業した次の年に「全日本大会」がスタートして選手として活躍。第 2 回大会は 1988 年のソウルパラリンピックの予選大会になった。そのとき 4 歳上の先輩がソウルで銀メダルを取った。

「一緒に練習をしていた人でね、うらやましかった。僕も欲し



自宅に飾られた銅メダル記念の一升ビン



自ら設計した鍼灸院を営む松本さん

い、僕も出たいと思い、バルセロナ大会、アトランタ大会と挑戦しましたが届かず、シドニーでついに夢がかなったんです。銅メダル！ ととてもうれしかった。視覚障害者として生きてきて、リハビリや仕事を頑張ってきた自分への最高の勲章—と思いました」

視覚障害者だからといって世間の人に負けたくない、仕事もして収入でも負けたくない。そんな気持ちで点字も当たり前のように読む努力をし、一人で外を歩けるようになりました。「でもね、自分の中に世間や、健常者に対して臆する気持ちがありました。道を歩いていて『じゃまや』といわれたこともある。悔しい思

いをしながら生きてきた。それがパラリンピックの銅で、自信が湧き、自分を取り戻した」

また、こうした挑戦の中で知ったのが、「パラリンピックの父」と呼ばれる医師、ルードヴィッヒ・グットマン（1899～1980）の言葉『失われたものを数えるな。残されたものを最大限に生かせ』でした。

「ボクも、目が見えなくなっから、この言葉のように思って生きてきた。見えないから、あれがでけへん、これがでけへんっていうな。見

えないけど体は動く、頭も使える。頭を使って工夫しろ、頑張れ—と」

自信を取り戻した松本さんは山登りで出会った女性と結婚をしました。奥さんは周りの人から「なんで障害者と結婚するの」っていわれたそう。そこで松本さんは「次を目指そう」とアテネパラリンピックへの挑戦を始めました。奥さんにとって「パラリンピックを目指して頑張っている旦那さん」になろうと思ったのです。そしてアテネでは旗手を務め、そのあとすぐに長女が生まれ、2 年後には長男も。そして次は子どもたちのために頑張りたい。北京、ロンドン、リオと 3 大会連続で出場を逃したものの、2020 年の東京五輪で 3 大会目の出場を果たしたのです。

## ■自然体で生きる

体を痛めて選手生活は引退しましたが、自宅近くの長居公園にある障害者センターで柔道の指導を続けるほか、「視覚障害者マラソン練習会」や自分が名付け親という競技「ブラインドサッカー」の普及にも努めています。今は「肩ひじ張った」生活から少し解放されて、「近くの居酒屋さんで飲んで、バカ話をする」といいます。

「それで興味を持ってくれた人が柔道を習いに来てくれる。日本で最初に障害者スポーツの普及に取り組んだ方と親しくして、そこを訪ねて大分に行くという話をしたら、居合わせた夫婦が旅に付き合ってくれた。自然体で生きるってすばらしい」と明るく話す松本さんに、『バリアフリーな街ふせ』（2 月 11 日）で「エンジョイライフ 楽しく生きやな損！」というタイトルで講演をお願いしたら、二つ返事で引き受けてくれました。ぜひご来場ください!!

昭和印刷





## 学びの秋

## ふせ支援ネットワーク法人内研修

今秋、ふせ支援ネットワークでは「感染症研修」と「防災研修」を行いました。これまでの研修とは少し趣向を変えて実践的な研修を行い、職員の理解を深める機会となりました。その様子についてご報告します。

### ■9月25日 感染症研修

アルバイトの学生も含めて13名が参加した感染症研修。事前にYou Tubeで感染症対策の基本情報動画を視聴して当日はその振り返りとなる感染症の基本クイズからスタート。事前に学習してもらった動画の中からの出題ですが、参加者はなかなか苦戦ぎみ…(笑)。クイズでウォーミングアップした後、汚物処理の実際の手順を動画で見てから実践を行いました。

今回は防護服の着脱方法、汚物の処理方法を学びました。実際に防護服を着て、着脱の練習をしましたが、手袋を脱いだ後表面を触らないようにすることや、防護服のヒモも内側に巻き込んでたたむことなどやってみないとわからない難しさに苦戦気味でした。汚物の処理では直接汚染されたものを触らないように段ボールをちりとりのように使用して処理をする(写真①)ことを学びました。



コロナは第5類になったとは言え、これから冬本番、色々な感染症がいつ流行るかわからないということもあります。「次亜塩素酸ナトリウムの希釈方法を容器に書いておいてはどうか」「汚物処理セットとして蓋つきバケツに手袋、防護服、段ボール等をワンセットにしておいておく」とすぐに対処できる」「処理したあとの中身の捨て方は？」などとたくさんの意見が飛び交う研修となりました。

### ■10月28日 3法人合同の防災研修

今回はYMCA サンホーム、YMCA こさかケアプランセンター、アミューの方も一緒に防災研修をしました。

講師に日本赤十字社大阪府支部からボランティアで5名の講師の方に来ていただきました。講義の中で大きな震災を実際に体験しているのとテレビや人の話として聞くことには大きな隔たりがあること、見ず知らずだった近隣の住民が阪神大震災によって被災したことで、互いに励まし助け合った体験談などを知ることができました。震災の記憶を風化させないために、先人の話に耳を傾け、次の世代に伝えていくことが大切だと感じました。

次に班に分かれてグループワークを実施。DIG(D:災害、I:想像力、G:ゲーム)＝災害図上訓練をしました。防災への備えで大切なことの一つとして地域の強み、弱みを知っ

ておくことがあります。地図に色付けしていくことによって視覚的に地域を把握することができます。どこに避難所があるか、避難経路はどれかといったことから、広い道、細い道、大小の河川、鉄道などを確認してマーカーで色付けします。細い道は緊急車両が通れなかったり、避難時の物の落下などがあつたりします。河川は大小に関わらず、豪雨などで氾濫する危険性があります。近くにある福祉施設や病院などの場所も確認し、災害時に想定されることを話し合いました(写真②)。



「駅の近くに小さな病院やクリニックが多いね」、「近くに工場が多いので、災害時は倒壊や火災などに気を付けよう」、「近くの高齢者施設では逃げ遅れた人がいるかもしれない」などたくさんの意見が出ました。歩いて行ける範囲で少し離れただけでも知らないことが実

はたくさんあることに驚きました。こうして地図を使って災害時の具体的なことを確認することができました。

記入された地図をみて①地域の特徴、②地域に起こる被害(想定)、③家庭・個人の取り組みを付箋に書きながら意見を出し合います(写真③)。最後には各グループの発表でそれぞれの地域のことを伝えあいました。



## イベント情報

### ◆「風は生きよという」ひびき後援会映画上映会

日 時: 2025 年 1 月 31 日 (金)

① 11:00~ ② 13:30~ ③ 18:30~ (各 81 分)

場 所: 希来里若江岩田 6F「イコーラムホール」

上映協力券 (1000 円) の購入が必要です。

お問い合わせは (社福) ひびき福祉会 06-6732-1130 まで

### ◆「共生社会時代の“多様な働き方”とは」

日 時: 2025 年 3 月 8 日 (土) 12:50~16:00

場 所: 生野区役所 6 階大会議室

第一部 基調講演「外国人住民とともに築く共生社会～ラポール形成に向けて～」 梅本理恵氏

第二部 シンポジウム

参加申し込みは <http://w.gd/iOES2> (先着 100 名) zoom も可  
共催: 生野区 NPO 連絡会/コミュニティサポート研究所

### ◆小阪病院「ウキウキバザー」

日 時: 2025 年 1 月 28 日 (火) 13:30~15:00

場 所: 小阪病院 1 階ブルーパール (河内永和駅徒歩 5 分)

出 店: 社会福祉法人天心会 地域生活支援センターふう

社会福祉法人ゆう なないろほ〜む 他

スマートボール、ミニゲーム、ガチャガチャあり

お菓子、文房具、ハンドメイド雑貨、野菜、古着の販売も

## ふせ支援ネットワーク賛助会員

東大阪店舗管理センター

カットハウスAmi

昭和印刷出版株式会社

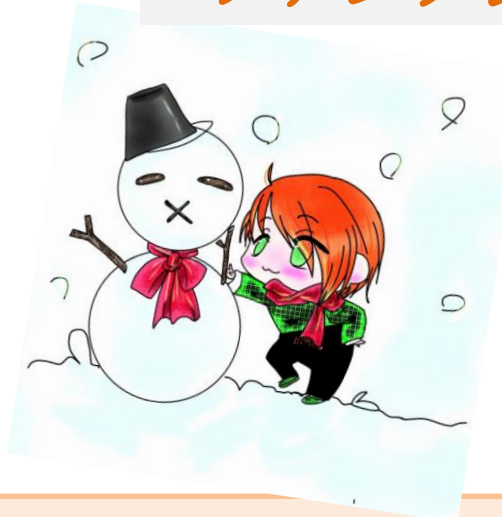
Craftbeer Tavern

一般社団法人アミュー

アトリエからふる



# タブレット 開けたら ファンタジーわ〜るとど



「ふせまちかど相談所」を利用しているHさん（49 歳、女性）。就労継続支援 B 型事業所「Asfine アジャスト森ノ宮オフィス」を利用しながら、在宅で得意のパソコンを使ってライティングの作業をしています。

ある時、Hさんのタブレットを開けてもらったら、中からかわいい女の子やイケメン男子…などが、カラフルな色彩をまとうって飛び出てきたのです。すてきなストールをネック（ン？おなか？）に巻いたあざらしちゃんもステキです。

「すごいわねえ、これまちかどマイウェイに載せちゃいましょうよ」と今回、みなさまにご披露しました。

Hさんはスーパーのレジや野球場の売り子などの仕事をしてきて、休みの日はハイキングで何キロも歩くようなアクティブな生活をしてきました。ところが、約 2 年前に関節リウマチにかかり、歩行は杖を使い外出には車椅子が必要となったのです。一時は食欲もなく体調がすぐれない日も多かったのですが、元来前向きなHさんは「今の自分にできる仕事をしたい」と、アジャスト森ノ宮の利用を始めました。これからイラスト作成も事業所の仕事になる予定なので、さらなる「ファンタジーわ〜るとど」が期待できそうです。



㊤将棋の駒…実はHさんの自画像なんだって／㊤㊤楽しいコメントを添えたイラスト。ポストカードにしたら素敵ですネ!!



## ★第 19 回バリアフリーな街ふせ～法人設立 15 周年～

今年度もバリアフリーな街ふせを開催します!今回は法人設立 15 周年の記念の年。そんな年にふさわしい企画がいっぱいです。ぜひお越しください!

日時:2025年2月11日(火 祝) 10:00～15:00

午前の部 講演会 松本義和氏(パラ柔道銅メダリスト)

午後の部 フェス 出店販売・ゲーム・ワークショップ・ヒーローショー

場所:クレアホール布施(東大阪市足代北2丁目1-13(ブランドーリ商店街内))

数量限定でお弁当の販売があります。また場内は飲食可となっています。