

4年に1度の祭典

北京パラリンピック競技大会

本年はオリンピックイヤー。障害者スポーツでも4年に1度の祭典であるパラリンピックが9月6日から9月17日にかけて北京で開催されます。世界各地の国と地域145ヶ所から約4000人も

の選手が参加し、過去最大規模の大会となる予定です。そこで今回の「福祉活動最前線」では、パラリンピックを特集し、その歴史的背景や活躍が期待される日本選手の横顔を紹介します。

パラリンピックとは

「パラリンピック」の名称は、半身の不随 (Paraplegic) + オリンピック (Olympic) の造語ですが、半身不随者以外も参加するようになったため、昭和60年から、平行 (Parallel) + オリンピック (Olympic) で、「もう一つのオリンピック」と解釈するようになりました。しかし、オリンピックを実行するIOC (国際オリンピック委員会) とは関係なく、国際パラリンピック委員会 (International Paralympic Committee、略称IPC) が主催する独自のスポーツ大会となっています。

元々は傷痍軍人のリハビリテーションを目的としたスポーツ大会で、昭和27年に国際大会に昇格し、昭和35年にローマで行われた大会が実質的な第1回パラリンピック大会となっています。大会はオリンピックイヤーと同じ年に、4年に一度実施されますが、当初はオリンピックの開催地とは

別のところで実施されていました。

また、IOCがオリンピックと類似の名称を使うことに難色を示したり、オリンピックとパラリンピックは必ずしもしっくりとした関係にありませんでした。

しかし、昭和63年のオリンピックソウル大会からIOCが直接パラリンピックの運営に関わるようになり、平成12年のシドニー大会からはオリンピック開催都市でオリンピックに続いてパラリンピックを行うことが正式に決まりました。

競技種目

障害者のスポーツ大会はいろいろありますが、パラリンピックとしての正式競技は表1の通りとなっており、基本的には肢体不自由者と視覚障害者のみのスポーツ大会となっています。オリンピックと同様冬季大会もありますが、冬季大会の競技は多くありません。

表1 パラリンピック正式競技種目

No.	競技名	人数
1	アーチェリー	9
2	陸上競技	32
3	ボッチャ	4
4	自転車	5
5	馬術	1
6	サッカー（5人制）	0
7	サッカー（7人制）	0
8	ゴールボール	6
9	柔道	9
10	パワーリフティング	1

No.	競技名	人数
11	ローイング	2
12	セーリング	0
13	射撃	5
14	水泳	18
15	卓球	2
16	シットイングバレーボール	24
17	車いすバスケットボール	24
18	車いすフェンシング	1
19	ウィルチェアーラグビー	11
20	車いすテニス	7

※人数欄の数字は、今回出場する日本選手の数です。

表2 障害者のスポーツ大会の特徴とクラス分け

	競技グループ	障害クラス	
視覚障害	T11	B1	視力は、光覚までで、どの距離や方向でも認知はできないもの
	T12	B2	手の形を認知できるものから、視力0.03までまたは視野が5度以下のもの
	T13	B3	視力は、0.03以上0.1までのものと、視野が5度以上で20度以下のもの
聴覚障害	T20	D	聴覚・平衡機能障害、音声・言語機能障害、そしやく機能障害
(車椅子) 脳性麻痺	T29	C0	脳血管障害による片麻痺者の車いす使用者で健側の上下肢で車いすを駆使するもの(国際大会のクラスに該当しないもの)
	T30	C1	電動車椅子常用。車椅子操作は不可。重度の痙性またはアテトーゼ。四肢および体幹に麻痺
	T31	C2L	片足または両足で地面を蹴って移動可能。装具や介助付きで、短い距離の歩行可能
	T32	C2U	片手または両手で車椅子を駆動させる。コントロールが侵害され、3程度の痙性のため駆動は制限される
	T33	C3	車椅子での移動可能
(立位) 脳性麻痺	T34	C4	杖なしでは長距離の歩行不能。スポーツ時は車椅子使用。身体のバランスや上肢機能良好
	T35	C5	長距離歩行には、補助具が必要なこともある。走れる。動くときバランスが悪い。両側の麻痺
	T36	C6	歩行可能なアテトーゼか失調型。走ることもできる。不随意的な動きがあることもある
	T37	C7	歩行可能な片麻痺
	T38	C8	極めて軽度な麻痺

※表中には聴覚障害の項目がありますが、パラリンピックとしての競技はありません。

障害者のスポーツ大会の特徴としてクラス分けというのがあります。そしてそのクラスごとに競技が成立し、クラスの数だけメダルが存在することになります。表2にその一部を掲載しますが、障害の種類、程度、身体上のどの部分かなどで非常に多岐にわたっており、一般の人にはわかりにくくなっています。

また毎年のようにクラス分けの変更があり、現在どのようなクラスがあるか正式に知りたい場合は、財団法人日本障害者スポーツ協会に問い合わせるとよいでしょう。



日本選手は、昭和39年の東京大会から参加をはじめ、日本人初の金メダルはその東京大会の卓球ダブルス（Cクラス）で、猪狩靖男・渡部藤男組が獲得しています。

以来日本選手の活躍は目覚しく、夏季大会では前回のアテネ大会まで金メダル104個、銀メダル100個、銅メダル111個、合計315個のメダルを獲得しました。

今回で12回目となる北京パラリンピック競技大会では、アテネ大会並みの160人の選手が派遣される予定で、陸上競技や水泳での活躍が期待されています。また、今回は後ほど紹介する女子のシットイングバレーボールチームが初の出場を決め、関係者の期待を集めています。

努力すれば必ず報われる

山本 篤 選手

陸上（短距離100m及び走り幅跳び）

数字は公平

4月下旬。大阪体育大学の陸上トラックで、大勢の学生とともに山本さんは黙々と走っていました。カチャ、カチャと走り過ぎる瞬間、義足が着地する独特の音が聞こえます。

山本さんは高校3年の時にオートバイ事故に遭い、左腿から下の足がありません。しかし事故の瞬間は、「スノーボードはできるかな」と思ったぐらいで意外に冷静でした。

高校を卒業後、義肢装具製作のための専門学校

に進学しましたが、そこで何気なくはじめた陸上競技に目覚めます。練習すればするほど記録が伸び、練習の成果がはつきりとわかる面白さに取りつかれたのです。

その経緯を山本さんは、「中学、高校の頃は野球やバレーボールに打ち込んでいましたが、こういった団体スポーツというのは、レギュラーになれるかどうかは監督次第です。どんなにいいプレーをしてがんばっても、結局監督の判断でレギュラーメンバーからはずされたりして、納得できないことが多かったのです。しかし、個人スポーツは本人次第。とくに陸上競技は記録がすべてです。数字は万人に公平だというのが何よりの魅力でした」と振り返ります。

陸上競技にのめり込むに従って、本格的に陸上競技に取り組みたいという思いがつのり、両親の了解を得て大阪体育大学に進学しました。陸上競技ができればどこでもよかったです。この



義足は自分で調整します。

選択は好結果を生みました。大阪体育大学には、バイオメカニクスの権威で、短距離陸上にも造詣が深い伊藤章教授がおり、伊藤教授の指導の下、フォームのチェックなどでさらに記録が伸びました。

邪念が勝利を阻む

義足で走る感覚というのは、健常者にはよくわかりません。山本さんによると「着地が問題です」といいます。

さらに詳しく解説してもらうと、義足の場合、生身の足と違い膝関節の曲がり方などの微妙な調



着地に注意を要します。



後輩とともに練習します。

節が難しいので、着地のとき、膝がどのくらいの角度で曲がっているかを意識していないと転倒してしまうのだそうです。山本さんも最初はよく転んだと言います。走行フォームチェックというのもそのあたりにありそうです。

専門学校3年生のとき、100mを13秒台で走ることができ、パラリンピックへの希望が見えてきました。そして大学入学直後13・54という好記録をマークし、夢の舞台が現実のものとなったことを実感しました。

前回のアテネ大会のときは惜しいところで出場を逃しましたが、今度の北京大会では100mと走り幅跳びで出場権を獲得しました。

「2種目にエントリーしますが、なんとといっても100mでメダルを取りたいですね。走り幅跳びの銀メダルより、100mの銅メダルのほうが自分にとっては価値があります。さすがに金なら走り幅跳びでも嬉しいですが(笑)」と山本さん。それだけ今回は100mに手ごたえを感じているようです。

「しかし、勝つということは難しいです。国際大会などで自信が付き、『今回のレースは勝てるな…』などと、邪念が入ると勝てません。やはり、無心に走ることに尽きるようです」

プレッシャーに案外弱いという山本さんは、精神を集中させることによって大一番に臨もうとしています。

ロンドン大会までは続ける

現在は、就職先のスズキの了解を得て、母校近くの営業所勤務の傍ら、後輩たちと一緒に大学のトラックで練習の日々です。

退社後の2〜3時間ほどの短時間ですが、密度の濃い練習を重ねています。海外遠征費用や短距離用の義足代もスズキが負担してくれ、経費の問題も解決しました。

つらいことも多いですが、山本さんは陸上競技をやめようと思ったことはありません。

「陸上競技に出会えて本当によかったと思います。陸上競技をやっていないければ、今頃はただ無

目的に日々の生活を惰性的に送っていたと思います。夢中に打ち込めるものの有難さを痛感しています」

現在26歳の山本さんは、次のロンドン大会までは現役を続行するそうです。前回惜しいところで出場を逃した悔しさをばねに、アスリートとして脂ののった今大会。メダル獲得への闘志をみなぎらせ、今日もトラックを走ります。

チーム再建で表彰台を目指す

女子シッティングバレーボール

アテネ大会から正式採用

シッティングバレーボールは、昭和31年にオランダで始まり、女子は前回のアテネ大会からパラリンピックの正式種目になりました。試合中は常に尻を床につけて競技を行い、ルールは6人制バレーとほぼ同じですが、コートの大さが違います。通常のバレーボールコートは9m×9m、ネットの高さは男子が2・43m、女子が2・24mとなっていますが、シッティングバレーボールコートは6m×5m、ネットの高さは男子が1・15m、女子が1・05mとなっています。また、シッティングバレーボールのみに認められている

ルールとして、ネット際でのサーブブロックがあります。

女子の日本代表チームが結成されたのは14年前でしたが、アテネ大会予選で敗退して一時低迷しました。しかし、今回北京大会予選で激闘の末、イランを破り、初のパラリンピックへの出場となりました。選手のモチベーションも上がり関係者の期待も集まっています。

代表チームの真野嘉久監督は意気込みを次のように話します。

「前回のアテネ大会のときは代表選手の中に経験者が3人しかおらず、まさに一からの状態でしたが、今回は6人おり着実にレベルが上がっています。本人たちもどういった練習をすればよいかわかっていきますので、指導内容の密度は上がっています」

平成12年のシドニー大会後、女子のシッティングバレーボールが正式種目に採用され、そのときからチーム強化を図ってきました。最初は順調だったのですが、平成15年から中国がチームメンバーを一新して、その年のアジア大会に優勝してアジアの頂点となりました。以来打倒中国でチーム作りに励んでいます。

セッターを4人配置

日本代表チームは、他の出場チームより多い4人のセッター（通常2人）がいます。これは前衛

に常に2人のセッターがローテーションで回ってくるようにするため、前衛に2人セッターがいると、左右どちらからでも攻撃ができます。こうして左右どちらからの攻撃かディフェンスを絞らせないことにより、欧米の大型チームのブロックをかわすことができます。

キャプテンの金木絵美さんは、「笑ってしまうくらいの大形選手がいます。手を伸ばすだけで簡単にブロックできるんです。こうなると攻撃ができませんので、ブロックをはずすことが重要になってきます」と2人セッター制の重要性を教えてくださいました。

取材に訪れたのは5月の連休でした。

青森県八戸市のバレーボールチームがボランテニアで練習相手となり、選手がめまぐるしく動きます。真野監督がその一つひとつのプレーごとにアドバイ

スを与え、実践的な練習が続いていました。

「結局いかに早くボールの下に入れるかが勝負です。少し遅れただけで攻撃チャンスを逃がしますので、敏捷性が要求されますね。そして女子の



月に一度の集中練習で技を磨きます。

場合はよくフルセットにもつれ込みますので、5セット戦えるだけの体力づくりも欠かせません」

と真野監督は指導のポイントを解説します。

連休にもかかわらず、地元八戸市を始め全国か

ら11人のメンバーが集まり、メダル獲得に向け、練習場所の青森県八戸市の福祉体育館には、連日夜遅くまで選手の掛け声が響いていました。

キャプテンとアタッカーに聞く

大会への意気込みをキャプテンの金木絵美さんとアタッカーの大村心緒吏さんに伺いました。

本誌「調子はどうですか」

金木「まだ監督の目指す、左右どちらからも打て



代表メンバーと真野監督〈前列右から4番目〉(八戸市福祉体育館の前で)

るチームになりきれれていませんので、何とか大会までにチームの課題を克服したいですね」

大村「私は人工関節の手術から復帰したばかりで、正直まだ本調子ではありません。その分チームに迷惑をかけていますので、リハビリに励み本大会には万全の体調で臨みたいですね」

本誌「バレーボールの魅力は」

金木「みんなで繋いで、得点を決めたときでしょうか。共同作業の達成感みたいなのが魅力です」

本誌「本大会の目標は」

金木「メダルを取ることです。そのためがんばってきましたし、チーム全員も同じ思いです」

大村「そのために打ちまくります。アタッカーの役割ですから」

金木「だから外国チームはみな大村をマークしてきます。ですから、なおさらセッターが重要になるんですね」

本誌「中国を筆頭にみな強敵ですが」

金木「中国とのレベル差があるのは否めませんが向こうは給料を貰いながら毎日練習しているプロのようなものですから。でもそれだから余計にいい試合をしたいんですね。負けるにしても、接戦に持ち込みたいです」



いかに相手のブロックをはずすか、トスがポイントです。

大村「欧米チームは、確かに大型ですが雑だしうまくはありません。体力任せであきらめが早いので、粘りのバレーになると日本が有利です」

本誌「メダルは取れそうでしょうか」

金木「出場チーム(8チーム)のうち中国が突出していますので、残る強豪チームのアメリカかオランダのどちらかに勝たなければなりません。必ず勝って見せます」

大村「右に同じ。金木さんいいトス上げてね(笑)」

4年前のチーム解散という危機を乗り越え、新メンバーを加えた新生日本代表チームはメダル獲得に燃えています。