

田淵 あづきさん(20)

全盲・スポーツ分野

長岡京市出身 ゴールボール選手
全日本チーム所属、日本ゴールボール選手権大会優勝
筑波大学附属視覚特別支援学校在籍



日本代表強化指定選手として、東京パラリンピックへ向けて毎日汗を流す田淵あづきさんに、「ゴールボール」の魅力について、お話しいただきました。

一 障害の状況

生まれたときは、視力が0.01~0.02で、視野も今よりは少しありました。その後、視力はあまりかわりなく、拡大鏡を使うと普通の文字を読むことができましたが、今はそれも難しいです。小、中学校では特別支援学級に通っていました。困ったことといえば、拡大鏡はあっても文字を読むのに時間がかかる、周りに誰がいるのか、何をしているのかという状況がわからなかったことです。

元々走ることは好きでしたが、体育は皆と同じ球技をすることが難しかったので、嫌いでした。

一 ゴールボールをはじめたきっかけ

筑波大学附属視覚特別支援学校の体育授業で、視覚障害競技の一つとして、ゴールボールと出会いました。

ゴールボールで使用しているボールは、見た目はバスケットボールほどの大きさですが、堅くて重いです。ですから、はじめての体験で顔にボールが当たった人は、青あざができるほど痛いので、ボールが怖くて競技することになかなか結びつかないのです。私は、はじめて体験したとき、たまたまボールが顔に当たらなかったことが、良かったのかも知れません。

競技をやってみると、全員が目隠しをすることで同じ条件でプレイできることと、鈴の音でボールの場所がわかることが面白いと思いました。そのように思っていた時、体育の先生から「ゴールボールをやってみないか」と声をかけていただいたのを機に、ゴールボールをはじめました。

現在は、在籍している筑波大学附属視覚特別支援学校のチームで日々練習し、日本代表強化指定選手に選出されています。

一 ゴールボールの魅力

私は、『全員が目隠しをする』ということによって、視力に関係なく、皆が同じ条件になるということに、ゴールボールの魅力を感じています。

同じ条件のもと、床をバンバン叩いて音を出し、ボールの場所をわからなくするような作戦を考えたり、対戦相手に音を聞くことが苦手な選手がいたら、音をさせないようにパスしたりとその場で考え判断します。そういった作戦が成功したときの喜びがたまらなく好きです。

競技中、チーム内でのコミュニケーションの取り方も難しいです。試合中に、(左によけて)と伝えたくて「左」と言うと、(左を通るんだ)と思われ、右によけられたことによって、人とぶつかってしまったりと、言葉の伝え方で失敗もしました。

最初は、どこから音がしているのかもわかりませんでした。今は人が走ってくる音で、どこからどのように走ってくるのかもわかります。もちろんボールの場所もわかります＝『ボールが見える!』のです。

皆さん、まず目隠してボールの音を聞いてみてください。ボールが取れたときの喜び、ボールが見える感覚を味わってください。

一 東京パラリンピックへ向けて

今まで3回国際大会に出場しましたが、なかなか勝てません。海外のチームには元々軍隊に入っていた人もいて、体格が良く日本の男子より速いボールを投げる選手がいます。ボールが速すぎて、手に当たってもはじかれてしまい、完全に力負けしてしまいます。

だから、私は『世界で通用する選手になりたいです!』

勝つために、これから更に個人練習で基礎体力を上げ、チーム練習でチーム力を向上させていきます。また、JAPANチームには器用な人が多く、いろいろなことをすぐにできる人ばかりですが、私は器用ではないので、合宿以外のところでできるまで練習し、習得していきたいです。

保護者へのインタビュー

一 お母さんからあづきさんへの思い

好き嫌いが多くて、食の細い子でした。子どもの頃からこうなって欲しいと、特に子どもに課したことはありません。元々身体を動かしたい思いのあった子が、ようやくゴールボールに出会えて、生き生きしていることを見守っています。

成人した今は、自分で考えて行動できるのですから、自分のやりたいことをやってくれば良いと思います。

一 あづきさんのお母さんから視覚に障害のある子どもさんをお持ちの保護者の方へ

心配なことは多いですが、心配なことは親の中だけにおさめておくことです。子どもが小さかった頃、保育士さんから「子どもって丈夫なんですよ」と言われ、気持ちが楽になったことがあります。親がしんどいと子どももしんどくなります。

情報収集や相談は大事ですが、心配なことや情報に振り回されず、子どもの成長や日々のことに目を向けて、楽しく過ごしてください。

久場 夏子さん(30)

全盲・芸術分野

京都市出身 メソソプラノ・作曲・声楽家
ソロ活動の他、アンサンブルや合唱にも積極的に参加
京都市立芸術大学卒業



「社会に『盲社会(視覚障害者だけの社会)』はありません」と話される久場夏子さん。現在声楽家として活躍されており、子どもの頃の話を楽しくお話していただきました。

一 障害の状況

生まれたときから全盲、祖母がガラガラを目で追わないことに気づき、病院を受診すると「網膜変性症」と診断されました。病状に変化はなく1～2歳頃から眼科受診していません。

一 地域校での生活

私は、小学校から小規模な地域校で過ごしてきました。

地域校では容赦なく授業が進みますが、わかりやすく工夫された教材を使用していたため授業についていけないということはありませんでした。自然と点字を読むスピードは速くなったのではないかと思います。

私の時は加配の先生もなく、運動場から一人で教室へ戻れず困っている私を上級生が誘導してくれたり、板書を読み上げず消そうとする先生に「先生、黒板読むの忘れてるで」と言ってくれたり、みんなが学校生活のいろいろな場面で、私を助けてくれました。

社会に『盲社会(視覚障害者だけの社会)』はありません。私にとって、地域校で過ごして得た多くの経験が、社会人となった今、活かされていると思います。

一 音楽をはじめたきっかけから現在まで

私の実家は、ライブハウス(ジャズやロック系)を経営しており、音楽を聴く環境で育ちました。幼少時に特別な音楽教育はありませんでしたが、自然に音を認識していたようです。親もハンドベルを「ミ」「ファ」と言いながら鳴らしている私を見て、音をわかっているんだなと思っていたそうです。

自宅にあったキーボードを幼稚園年少頃から遊びで弾いていました。年長になって、近所の友達のお母さんにエレクトーンを習いはじめました。その後自宅に母親のピアノがあったこともあり、小学校に上がった頃から自然にピアノを習いに行っていました。

小学5年生から京都市少年合唱団に入り、クラシックに触れ、音楽を面白いと思いました。

その後、声楽に興味を持ち、高校は京都市立音楽高等学校（現京都市立堀川音楽高等学校）声楽専攻へ進学しました。更に作曲にも興味を持ち、学外で作曲の個人レッスンも受けていました。その後、京都市立芸術大学音楽学部で声楽を専攻し、現在は自身で歌曲を演奏するステージと自作の曲を友人達に初演してもらうステージを組み合わせたリサイタルや、大学時代の友人達との声楽アンサンブル活動などを行っています。

一 苦労したこと

音楽高校受験前、中学3年の時に発売されたブレイルノート（直接入力ができ、ピンディスプレイに打った点字が表示されるもの）。それまでは、タイプライター式のパーキンスだったので、間違えると一からやり直しになりました。そこで、音楽高校にブレイルノートを受験時使用したいと交渉したところ、最初は内部にメモリー機能があるから使用できないと言われていましたが、メーカーからメモリーが空の機械を入試用として貸していただき、ブレイルノートを使用して「聴音（その場で聴いた旋律をその場で楽譜に書き示す）」を受験することができました。もしブレイルノートを使用する許可が下りなければ、タイプライター式のパーキンスで楽譜を書くことになり、間違えると一から書き直さねばならなかったのですが、ブレイルノートを使用できたことにより、ようやく鉛筆と消しゴムを使うのとほぼ変わらない条件になったと思います。

それから、点字楽譜の壁（不便、難しさ）がありました。点字楽譜は五線譜とまったく異なるもので、音符や強弱などを全て記号に置き換えて表します。ピアノの楽譜は特に読みにくく、中学頃までは、先生が弾いてくださった曲を録音し、持ち帰り練習していました。音楽高校への入学を決め、それまでなんとなくしか読めなかった点字楽譜をしっかり勉強しなくてはと考え、CDを聴きながらその曲の点字楽譜を見て、音と楽譜を照らし合わせながら勉強しました。

一 学校でのサポートについて

京都市では、先人の方が教育委員会と交渉してくださったことにより、中学から点訳の先生が配属されているため、良い環境で勉強をすることができました。音楽高校では、一般教科の点訳の先生と、点字楽譜を点訳する非常勤の先生が配属されました。私は偶然よい環境で学ぶことができましたが、今もなお、まだまだ地域格差がある面も多いと感じます。どんなことができてもサポートが必要なのかしっかり理解していただけることが重要であると思います。

今後の活動についてと読者へのメッセージ

私は親から「(ピアノ)練習しなさい」と言われたことはありません。また、小学校の時の教材を点訳してくれたのは母親でしたし、レッスンの送迎や交渉をしてくれました。親として心配なことはたくさんあったと思いますが、私に好きなことをさせてくれました。また、地域校で生活したことにより、縦や横の人とのつながりを経験することもできました。皆さんも、子どもさんのいろいろな

ことを最初から決めつけず、できるだけ選択肢を広げてあげてください。

私は声楽家として、歌詞(言葉)の世界・自分が感じた音楽の世界観を表現したいと考えています。これからももっと人生経験を積んで、曲の背景にある文化や歴史の知識を深め、想像する力を身につけ、もっと音楽表現の幅を広げていきたいです。

山本 宗平さん(39)

全盲・就労分野

京都市出身

大阪府立高校教諭 英語で教鞭をとり、日々生徒を指導

神戸大学卒業



府立高校で英語教師として教鞭を執っておられる山本宗平さん。生まれつき全盲という障害がありますが、「光くらいはわかるんですよ」と、気さくにインタビューに応じていただきました。

一 自身の居場所を切り開く

全盲の私は幼い頃からあいあい教室に通っていましたが、就学後は、近所にお住まいの全盲の方が、ボランティアで週1回程度自宅に来てくださいました。点字や読み書きを教えてもらったんですが、一人で何でもこなされるこの方の存在は自分にとって大きな刺激となりました。

小学校から高校までは普通校に通いました。当時は、受け入れる学校側もまだ不慣れな時代で、「登下校の安全確保は自分でしてください。教科書も点字は用意できません」というような、視覚障害者が普通学校に行くことが難しい時代でした。

小学校低学年までは授業の進捗もそう速くないので筆記は墨字で、レズライターを使いました。教科書などの読み物はライトハウスのボランティアさんに科目毎にチームを組んでいただき、点訳をお願いしました。ただ、さすがに小学校4、5年の頃になると、授業のスピードも速くなり、書く量も増えたので完全に点字に移行しました。

中学、高校では点字の先生に付いていただき、テストや配布プリントは点訳していただきました。ただ、視覚に障害のある自分の将来の姿はなかなか具現化できない状況でした。

一 初めての自立生活(大学時代)

大学進学へは、さしあたり受験が大きな壁となりますが、一般の塾に通えない私を、高校の先生方が熱心にサポートしてくださいました。

私が教師を目指したのは、あの時、親身になって時間も惜しまず助けていただいた先生方の姿があったからだと思います。

大学時代は実家を離れ、大学の近くで下宿生活をしました。当初、買い物やご飯の用意など、全て自分でしていたので、買い物で商品が見えないために、買った後で、昨日と同じコンビニ弁当だったなんてこともありました。(笑い)

何日かして友人から、近隣のコンビニやスーパーで店員さんが買い物をサポートしてくれる事を教わり、パッと世界が広がりました。お店の方に協力いただくことで、買い物のバリエーションが格段に広がり、生活面では快適に過ごせました。

一 就職への道のり

就職先を考えるにあたり、多くの人からは「視覚の障害を活かせる仕事は福祉分野ですか」と言われましたが、自分自身ではピンときませんでした。

視覚障害を活かせる仕事は福祉分野だけじゃない。視覚障害の事がまだまだ知られていない分野に行った方が良いだろうと。障害者に対して偏見を持っていない、なるべく若い世代と関われる職業はと考え、子どもを相手にする教員という職種を考えるようになりました。私自身、進学で色々励まし助けてもらった高校の教師の道へ進みました。

一 教師として「強み」を生かす

生徒や保護者は高校に入学して、「さあこれから授業を受けるぞ」という時に、白い杖をついた教師の私を見て、「あの人、授業や学級運営がちゃんとできるのかな？」と率直に思うと思うんです。私からすると、そこが狙いです。授業で私が教室に入ると「一体どうやって授業をするんだろう？」とすごく授業に興味を持つ。実はその事で学びの準備ができています。

私の授業は、黒板にチョークで字を書きません。パソコンに打ち込みスクリーンに投影して授業をしています。また、毎日の学級日誌は、日直が私に直接日誌を読み聞かせるまでが仕事になっています。生徒の気持ちを直接私が耳で受け止めながら、生徒一人一人と会話を必然的に自然とすることができ、より直接的に生徒の思いに触れることができるんです。

プリントの配付なども生徒がしてくれます。廊下で物を落としても「先生、ホームルームで配るプリント、落としたよ」と、いつ使う何を落としたか、説明付きで拾ってくれます。避難訓練の際も、障害のある私がどう避難すべきかを気遣ってくれます。

私に障害があるが故に、自然とインクルーシブな教育ができるのです。

子どもたちへ伝えたい事

私と関わってくれた子どもたちには「こうあるべき」という考え方の枠を払って、将来、色んな事で例え行き詰まる事があったとしても、私の事を思い出して欲しいんです。「そう言えばあの先生の授業や学級運営は他の先生と違うやり方だったけど、ちゃんとできていたなあ」って。

そういう考え方の切り替えを自然としていた私との経験を、今後の生きるヒントとして欲しい。そんな事を願っています。

石川 佳子さん(48)

弱視・育児分野

京都市出身

視覚障害ネットワークきららの会 京都地区代表

FSTモニターで就労支援を受け、中学生になる子どもを育てる。

京都ライトハウス生活訓練部鳥居寮勤務



視覚障害ネットワーク「きららの会」京都地区代表として活動されている石川佳子さんに、子育てについて笑顔を交えながら明るく話をさせていただきました。

一 ご自身の障害の状況は？

生まれつきの網膜色素変性症(=当時は、白点状網膜症)です。弱視・夜盲・視野障害、視力は両目で0.1、「いずれ見えなくなる」と言われていましたが、出産まで良くも悪くもなく視力は横ばいでした。現在はシルエットが認識できる程度にまで下がりました。

一 これまでの経緯

生まれてから見えにくい状態しか知らないで、病気という認識はなく、幼稚園の時は自分の靴を探せず、最後に残った靴を履いている子でした。

小学校入学時、母親から学校へ弱視であることを伝えましたが、先生も視力がどの程度なのかわからないので、特に支援はなく普通学級で過ごしました。

見えにくいので、何をするにも人より時間がかかります。授業の前日までに教科書を暗記し、板書は先生の手動きが頼りで、ノートはきれいに書けませんから後で清書をしていました。大人になってから聞いた話ですが、その時既に拡大教科書はあったそうです。情報(拡大教科書)に出会えず、負けず嫌いな私は、根性とルーペ(虫眼鏡)で乗り切りました。

結婚後、子どもが欲しいと思っていたので、調べておこうと病院受診したところ「あなたの病気は…」と医師に言われ、初めて病気=障害を認識しました。その後手帳を取得し、鳥居寮へ繋がりました。鳥居寮では、子どもを膝に乗せて絵本を読んでやりたいという思いで点字訓練を、子どもの安全のために白杖訓練を受け、出産へ向けて自分ができる準備は全て取り組みました。

一 母親になったの経験

子どもを産むことは喜びでしかなく、今でも分娩室の光景はクリアに覚えていますし、私を選んで生まれてきてくれたことに感謝しています。

子育てで困ったことといえば、私は色の違いがわかりませんから、触ってもわからないもの(例え

ば隆起していない湿疹)です。また、おむつ替えの時、手で触っても何もなくなっていくがなくなるまで、おしりふきを大量に使っていたので、安い時に段ボール買いしていました。

子育てで得たものは、たくさんあります。子どもと一緒に歩いていると「〇〇色の花だよ」と言って私の手に花を触らせてくれたりと、歩くだけで必死だった私に、カラフルな景色を見せてくれました。子どもは言葉を発せない時から親をよく見えています。床を手探りで物を探している私を見て、「はい」と落ちていた要らない物まで手のひらにのせてくれました。常に子どもには「私の目が見えないことをよいことに嘘をつくことは悲しい、いろいろな人(お友達や先生など)が見ているよ」と話してきました。

見ず知らずの人に「お母さんを守ってあげやー」と言われ、目の見えない母親のために走ってどこかへ行くことや、やんちゃもできず良い子でいなければならなかった我が子も、今は思春期となり、親を困らせるようなことをしたりして自分を出していることを、子どもの成長として私は喜んで見守っています。

一 私だからこそできる<強み活かした>子育てとは？

見えないからそうするしかないのですが、“スキンシップ”と“言葉で伝える”ことを大切にしています。今はさすがにハグさせてくれませんが、小学校の頃までは、子どもが家へ帰ってくると手を広げて抱きしめ「自分を全て受け入れてくれる場所がここにある」ことを伝えていました。子どもの一番の理解者でありたいと思っていますし、その思いを伝え続けています。

今は子どもも母親と話すことがうとうしい年頃ですが、子どもが興味を持っていることに興味を持ち、否定せず受け止めるために、子どもが自ら発する言葉(信号)を【待つ】ことを大切にしています。私がそうすることで、子どもにも伝えることの大切さがわかるように、子どもがどんな顔をしているのか想像しながら、私の思いを何かの形で伝え続けています。

読者へのメッセージ

まず、ご本人には発信する力が必要です。私は子どもが学校へ行くようになると、年度当初の保護者会で学校にお願いして、私の見え方や白杖のことを説明する時間を持ち、自ら発信してたくさんのお母さんに支えられ子育てしてきました。あなたは一人ぼっちではありません。あなたをわかってくれる人は必ずいます。私は情報になかなか繋がらなかったけれど、皆さんには多くのサポートやチャンスを見逃さないために「私はこういうサポートが必要だ」ということを自ら発信していただき、早い段階で繋がっていきましょう。

親は、何よりバランスが大事です。子どもにチャンスを与えてあげてください。反対に、あえていろいろな経験(失敗)をさせてあげてください。

見えないからといって悔しい思いをすることもありますが、自分の人生を諦めない、親も子どもの人生を諦めない。親は子どもにとって一番の応援団になってあげてください。

社会で活躍する人からのメッセージ 5

おお いわ りょう や 大岩 諒也さん(19)

全盲・学生分野

宇治市出身
京都文教大学学生
筑波大学附属特別支援学校卒業



現在、京都の大学で臨床心理学を学んでおられる大岩諒也さん。

1歳半の頃、病気で視力を失われたそうですが、同席いただいたお母さんからは、実はこの子は視力を失う前から内臓の病気と戦っていたので、親としては、育てたというより、「どうやってこの子の健康を取り戻すか」で頭が一杯だったとのこと。そんな様子を振り返っていただきながら、当時のお話をお伺いしました。

お母さんから — 幼い頃

1歳から3歳までの間で、半分くらいが入院生活でした。

あいあい教室との出会いは、病院の先生に教えていただいたのと、私の仕事先で盲学校の先生を姉にもつ同僚が偶然おられたという縁もあって、宇治児童相談所に教室の事を相談し、通うことになりました。

また、保育所には年少の頃から通っていましたが、大きな手術が必要となった頃には通えなくなり、術後3ヶ月間まで療養生活が続き、保育所に通えたのは、結局、年中の頃からでした。

幼い頃は闘病生活を送りがながらの日々でしたが、小学校に入る頃までには健康を取り戻しました。

お母さんから — 進学にあたって

見ることができない中で、小学校へと進学する我が子の進路を考えるにあたり、支援学校で専門的な知識や技術を学ぶ事も大切だし、いくつかの選択肢がある中でどういう進路を歩むべきかを考えていた時、あいあい教室の先生方から「多くの子ども達と触れ合うことも大切だ」という言葉を頂戴し、小学校では普通学級に入りました。

幸い、小学校では過去にも視覚障害者を受け入れた経験があり、教材などは準備していただけたし、学校生活に必要なツールも揃っていました。また、家から小学校も徒歩5分程のところもあり、登下校時に私が同行しましたが、問題はありませんでした。

大岩さんから — 学校生活

物心ついた頃の記憶では、例えば色の概念は、そういうものがあるという事は後になって教えてもらい知識として知っています。ただ、自身の体験としては、視力を失う1歳半までの記憶なので

残っていません。でも生活体験があるので、例えば靴を履く事を一から教えてもらえなくても情景としてイメージできるといった状況でしたので、小学校での生活は特に支障を感じませんでした。

特に、小学校2学年からは、1学年の経験を踏まえ、私に合った、より手厚い受け入れ体制とするため、小学校側の提案で視覚障害の特別学級を立ち上げていただき、必要な機材の調達や大学生のボランティアを付けていただくなどの対応が可能となりました。

中学校に進学後、より自分に合った環境で、専門的な知識や技術を学ぶため、中学2年の時に府立盲学校に転校しました。初めての寄宿舎生活も経験した訳ですが、人間関係の構築という面でも非常に良い環境で、人としても成長できた学校生活だったと思っています。

その後、筑波にある視覚特別支援学校高校部へ進学し、人とコミュニケーションを取ることが好きで、将来、人と向き合う仕事を目指してみたいという思いから、通学に便利な実家近くの大学に進学し、臨床心理学を学ぶこととしました。

大岩さんから — 大学生生活

今は視覚障害者用の通信機能も備えた電子機器もあり、高額ではありますが情報収集や読み書きもそれを使ってできるようになっています。大学側にも私の話を聞きながら大学生生活に支障がないよう配慮していただき、自由な校風で生活は面白いです。

学内では、FeeRing というサークルで、健常者の方と一緒にゲームやものづくり、体験学習などを通じ、人と繋がり、お互いを理解することで視覚障害の理解を学内に広げ深めていく活動をしています。

大岩さんから — 強みは

視覚障害があることの「強み」は特にこれというものはないけれど、健常者ではないということと繋がる時に相手に印象が残せるし、本当に信頼できると心から思える人が長く私の周囲にいてくれます。学生時代にこうした心から信頼できる仲間が作れることが今の私の強みだと思います。例えばボランティアで私にサポーターとして付いてもらう事は助かるけれど、一方で、普段の私自身と普通に繋がってくれる仲間としての出会いが減る傾向にあると感じるので、私自身はボランティアさんに大学生生活などで何かサポートしてもらうことはしていません。

お母さんから 視覚障害のお子さんを持たれるご両親へ

私自身、あいあい教室に通っていた事で先生方と出会い、歩いていくべき道しるべになりました。

一人で悩まず、ともかく相談相手を持って欲しい。自ら出て行く事で色々な事を知ることができるし、その事で漠然とした不安が具体的な進むべき道の選択肢として明確にすることに繋がり、将来を具体的に思い描くこともでき、必ず不安も解消することができます。