

インクルーシブ社会に向けて (要約)

一般社団法人日本パラリンピアンズ協会 理事
バンクーバーパラリンピック銀メダリスト
北海道新聞パラスポーツアドバイザー
永瀬 充



皆さんこんにちは。北海道からまいりました永瀬と申します。私は元選手でもありますので、今日はパラリンピックから考えるインクルーシブ社会について、私の実践も含めてお話しさせていただきます。

最初に、私自身の紹介をします。1976年北海道旭川市出身です。昔から運動が好きで、中高とバスケット部に入っていて、中学校のときは市内でベスト4に入るぐらいの強さでした。高校でも好きなバスケットで青春を謳歌したいという思いで、部活に入って一生懸命トレーニングしていました。

高校1年生の9月頃から、ジャンプ力が落ちたり、ダッシュの練習でビリになったりするようになりました。変だなと思ってるうちに部活を続けるのが大変な状態になり、いろいろな病院に行きました。旭川市は人口に対する医者割合が全国トップクラスで、市内に大学病院もあるのですが、どの病院に行っても、どこも悪くないと言われるのです。そう言われても、つまずいて転ぶようになり、足に力が入らなくなったりしているのに…。年が明けても状況は変わりませんでした。最終的に、あるスポーツ整形の先生に、これは神経の病気ではないかと言われ、神経内科に行きました。その結果、慢性炎症性脱髄性多発根神経炎という、神経内科の医者でなければ知らない病気だと判明しました。末梢神経が何らかの原因で炎症を起こして、その結果、手足の筋力が落ちてくるという病気です。こういう病気になってしまいました。

ショックでしたが、元気になってまたバスケットがしたいと思って毎日歯を食いしばって治

療を続けました。しかし最終的に主治医から、「永瀬君の病気は、今の医療ではこれ以上よくなることはない。退院して学校に戻りなさい」と言われました。それを聞いたときには、やはりとてもつらかったです。友達は普通に学校に行っている、部活の仲間は今日も次の大会に向けて練習しているのに、なんで自分だけ体が動かないんだ。寂しくてつらくて、夜独りになると泣いていました。

最終的に学校には戻りましたが、内心は完全にふさぎ込んでいました。今思い出すと、高校時代の感情の記憶がないのです。やはり心を閉ざして、つらい気持ちを押しさえよとして我慢していたのだと思います。高校生の時からの年月を、私の中では空白の4年間と呼んでいます。

19歳の冬、1995年の3月ですが、2回目の入院をしていたときに、「アクティブジャパン」という、日本で初めての障害者スポーツ雑誌が発刊されたことを知りました。早速買ってみると、様々なスポーツが載っていて、ここでパラアイスホッケーという競技を初めて知りました。1995年は、3年後に長野オリンピック・パラリンピックを控え、日本の障害者スポーツ界が動き出していた時期でした。

さらにその後、退院して家で新聞を読んでいた5月のある日、北海道にもパラアイスホッケーのチームができて苫小牧で練習している、興味のある人は連絡してくださいという記事を見つけました。私は早速電話をしました。それで人生が変わったのです。この記事を見逃していたら、私は今ここにいなかったでしょうし、もしかしたら後の銀メダルもなかった

かもしれません。そこから初めて、パラリンピックに出たいという夢を持ち始めました。

パラアイスホッケーはスレッジという特殊な乗り物（ソリ）に乗って、両手にスティックを持って競技します。北海道のチームに参加後、順調に練習を重ね、1998年の長野パラリンピックに出場することができました。これは日本チームにとっても初出場でした。私の初試合はカナダとの対戦で、0対3で負けました。最終的には5位に終わりましたが、メダルに絡めなかったという悔しさが残る大会でした。

その後、メダルをとりたいたいという思いが強くなって、仕事を辞めてカナダに留学しました。2002年ソルトレイク、2006年トリノはともに5位。特にトリノ大会では精神的にとっても追い詰められて、もうホッケーはやめようと思って帰ってきたほどでした。

ただ帰ってきて、いろいろな人に会ったり、スタッフと話をしたりする中で、また夢に向かってやっていきたい、それだけのチャンスが自分にはあるから、夢をあきらめないでもう1回やろうと思い、2010年バンクーバー大会に向けて必死にトレーニングをしました。

バンクーバーパラリンピックは、私にとっても日本チームにとっても4回目。出場国は8カ国。日本の準決勝の相手は地元カナダです。カナダはホッケー王国、オリンピックでは男女ともに金メダルを獲得し、パラアイスホッケーでも金メダルの常連という強豪です。先ほど、私のパラ人生初の試合はカナダで、0対3で負けたとお話しましたが、16年戦って、たった1回しか勝ったことがない。そんな相手と、観客の9割がカナダの応援という完全アウェイの中で戦い、見事勝利することができました。その後決勝戦はアメリカに負けて、最終的に銀メダルに終わりました。銀メダルは負けてもらうメダルです。若干の悔しさはありました。でもメダルをかけてもらったときには、応援していただいた人たちの顔を思い浮かべ、いろいろな思いがこみあげて

きました。

その後、なかなかチームの世代交代ができず、平昌パラリンピックも目指してはいましたが、体がもう世界で戦える状態ではなくなっていたので、2015年に引退しました。

引退後、福祉の仕事をしていましたが、東京オリパラや札幌の招致活動もあるなかで、縁あって引退後のアスリート雇用という形で北海道新聞社に就職しました。今は新聞社でパラスポーツアドバイザーという、多分日本で唯一の肩書きをもらって、こうした講演活動や普及活動をしています。元選手、当事者目線で障害者スポーツ、パラスポーツを伝えていこうという活動をしています。

パラリンピックのこと

次にパラリンピックのことをお話しします。

今、日本で調査をすると、98%以上の方がパラリンピックを知っていると答えます。私が初めて出場した長野のときは、パラリンピックそのものを知らないという人が多かったのが、時代はずいぶん変わりました。ただ、パラリンピックにどんな種目があるのか、どんな人が出場しているかという、まだまだ関係者しか知らないという世界ですので、今日は皆さんに知っていただければと思います。

近代オリンピックはギリシャのアテネで1896年に始まったことは多くの方が知っているとありますが、パラリンピックは1960年のローマ大会から始まりました。ただ、これは30年ほど経ってから遡ってパラリンピックに認定したという仕組みです。日本チームは1964年の東京パラリンピックに初めて出場しました。東京は世界で初めてパラリンピックを複数回開催する都市です。ですので、2回目の東京パラリンピックに対して、世界からは相当の期待が集まっています。

ちなみに、オリンピックとパラリンピックのメダルはもともと違うデザインでしたが、夏は北京、冬はバンクーバーから見直され、オリンピックは丸、パラのメダルは四角で、

裏には視覚障害の選手のために点字がついているなど、若干の違いはあるものの、同じデザインになりました。さらに2016年リオデジャネイロ大会では、音が鳴るようにしたらどうだろうということになりました。メダルの中に金属の鈴みたいなものを入れて、振るとそれぞれの色によって違う音がする。こうして視覚障害の人たちが初めてメダルの色を認識できるようになりました。東京大会ではそれ以上のことを求められています。味でくるのか匂いでくるのか、皆さんも楽しみにしてください。

さて、パラリンピックの競技数は、現時点で夏は22競技、冬は6競技です。なかでも車いすフェンシングは歴史が古く、ヨーロッパではとても人気があります。バドミントンは2020年東京大会から正式種目になりました。

パラリンピックが始まった当初は車いすの選手限定でしたが、今は様々な人が出場しています。腕を切断している人や義足の人だけではなく、知的障害の人、肘が曲がらないとか膝が曲がらないという人も出場できます。何らかの病気やけがによって腕や足の筋力が落ちている人や、左右の足の長さが7センチ以上違うという人も出場資格に該当します。

さらに、障害のない人にも、実はパラリンピックでメダルをとるチャンスがあります。視覚障害の選手のガイドランナーやスキーマのガイドスキーヤー。それにブラインドサッカーのゴールキーパーは健常者です。海外では元プロサッカー選手がゴールキーパーという国もあります。このような形で、助っ人やお手伝いではなく、チームメイトとして、健常者がパラリンピックと一緒にメダルを目指して活躍しています。

パラリンピックの考えとして、「失われたものを数えるな、残されたものを最大限生かせ」という言葉が有名です。できないことは確かにたくさんあります。でも、工夫や努力をすることで人間の可能性はここまで広がるのだということ、パラリンピックが教えてくれ

ます。皆さんの地域にも、障害があるけれどもスポーツをやりたいと思っている方がいるかもしれません。是非、実はいろいろなスポーツに挑戦できるということを伝えてください。すると道が開けて、そこで夢を持てる人たちも増えると思います。

最近では、「impossible (不可能)」を「I'm possible (可能)」に、と言われます。少し見方を変えて、できないこともどうやったらできるのかを考えれば、できることが増えてくる。今あるパラリンピックが完成形ではなく、常に変化していきます。そんなことをパラリンピックは教えてくれます。

社会の障害者像

障害のある人が公平に競い合うために、パラリンピックにはクラス分けという仕組みがあります。障害に応じて、スタート時間をずらしたり、持ち点の配分を変えたりして、多種多様な人たちが公平に競い合えるようにしています。

この社会を考えたときもパラリンピックと同じように、多種多様な人がいます。その人たちがどうやって一緒にやっつけられるのかを、パラリンピックから考えることもできるのかなと思います。

そういう中でバリアフリーとは何かということを考えます。バリアフリーとは、もともと段差の解消などのハード面の整備からきています。日本では1994年にハートビル法ができて、新築の建物ではバリアフリーの考え方を取り入れることが必須になりました。それから20年、残念ながら私が当事者として感じるのは、バリアフリー専用のバリアフリーが広まって、車いす用です、障害者用ですということが美学のように言われてしまっているのではないかということです。

バリアフリーは車いすの障害者や高齢者のためにバリアを取り除くという考え方で進められてきましたが、障害者のため、高齢者のためと考えることがもう区別してしまってい

ると言えます。健常者でも、重い荷物を持っているときにエレベーターを利用したいという人はいるはずです。だから、皆のためのバリアフリーというのが、できていくといいのかなと思います。

当事者として

私が駅で電車を待っていたりすると、たまに突然背後から車いすを押してくる人がいます。何も言わずに押されたらびっくりするし、指をタイヤにひっかけたりして危険です。どうも車いすを荷台のように考えているようです。親切で押してくれるのかもしれないけれど、やはり一声かけてから押してほしいです。

しかも車いすとなると、年齢、性別が消えるのです。私は42歳で元アスリートなので、正直皆さん方より力はある程度あるかなと思います。でも車いすというだけで、90歳で車いすのおじいちゃんと私とが同じようになってしまうのです。もう少し人を見てほしいかなと思います。

また、車いすは必ず介助者と二人で来るという勝手な先入観があるようで、私が妻と二人で出歩くと、介助の方ですかと言われる。これは失礼ですよ。なぜか車いすという人は介助者になってしまう。さらには車いすの人はそもそも結婚しないとか子どもがいない、と思われることもあります。

車で出かけると、車いすの方はここで降りて、車はあちらに止めてください、と言われることがあります。私が車を運転しているのに、私がここで降りたら車はどうしたらよいのですか、ということがあります。車いすの人は運転しないという先入観がまだまだあるのです。

日本には障害者手帳という制度があります。世界的には障害者手帳があるのは日本と韓国くらいです。障害者手帳ができたのは税金の控除が目的です。ですので残念ながら、日本では足がなくても手帳を持っていなかったら健常者です。逆に言うと、障害が治っても手

帳を持っていたら障害者です。このように、日本では制度的、建前的事実などで、障害者が区別されているように思います。そこがどうしても歯がゆく感じます。

インクルーシブ社会に向けて

これまでの日本の仕組みは、まず大多数を考慮して、そこにあてはまらない障害者のバリアがあるから、そのバリアを取り除くためのバリアフリー、という発想でした。つまり、最初からバリアがあるという考え方です。スタート地点から全ての人に対応できるものでなければ、インクルージョンとは言いません。

最近ではバリアフリーよりアクセシビリティという言葉が使われます。バリアフリーという概念は、ハード面を変えるという意識が強いですが、アクセシビリティというのは、障害者が選択できる権利があるかどうかが大切という考え方です。例えば障害者がスポーツ観戦に行ったら、専用の指定された場所からしか見られないのではなくて、ゴール裏でもフェンス側でも自由に選べる権利がある、という考え方です。こうした発想が、今度の東京オリパラをきっかけに根付いていくのではないかと期待しています。

海外に行った車いすの人は口をそろえて、バリアフリーかどうかなんて気がつかなかったと言います。日本では頑張って車いす用として整備した建物が多いです。これはインクルージョンの考えではありません。そうした中で私が感じるのは、残念ながら日本は障害のある人を歴史的に区別してきた経緯があるため、どうしても無知の先入観というものがあるのではないかということです。特に今の大人世代は、障害者がいない社会で育ってきた人が多いです。というのも、実は2013年まで、障害者は養護学校に行かなければいけないという法律がありました。そのため、日本は2006年に国連で採択された障害者の権利に関する条約を、2014年まで批准できなかったのです。それぐらい日本では障害者は特別と

いう感覚があって、それを変えていくのは難しいだろうと思います。

でも、子ども達は違います。子ども達は、例えば私にも、おじさん何それ、何に乗ってるの、と純粹に聞いてきます。これは車いすっていうんだよ、おじさんは病気で足が動かなくなっちゃったんだ、と説明すると、子どもはへえーといって終わります。親御さんは、聞いてはいけません、近づいてはいけませんと教えるかもしれませんが、それは僕らも嫌なのです。子ども達にはどんどん聞いてほしいと思っています。子ども達は、車いすではなくて人を見ています。遊んでくれる人かどうかが大切なのです。一瞬何か知らないものだから気にはなるけど、遊んでくれる人なら、車いすかどうかなんて関係ないのです。

今、パラリンピック教育として、国際パラリンピック委員会公認の「I'm POSSIBLE」という教材が全国の小中高校の教育委員会に配布されています。皆さん方の自治体でも、どういうふうに使われているのか聞いてみてください。

旭川での取り組み

地元・旭川では、パラスポーツの合宿や国際大会が開催され、パラリンピアンを多数輩出しています。パラスポーツを通じてまちづくりをしようと、地元の企業や行政のほか、観光協会や商工会の方とも仲良くなって、皆で一緒にまちづくりに取り組んできました。

友人に車いすのピアニストがいます。もともとプロのピアニストでしたが、病気で足が動かなくなり、ペダルが踏めなくなりました。その話を地元の鉄工所の社長に話したところ、パイプに息を吹き込むことでペダルを動かすという装置を開発してくれて、その結果、彼女はプロのピアニストとして復活しました。今も全国で公演活動を行っています。彼女の夢を叶えてやろうという、地元の人々の思いから実現したことです。

また、車いすみこしというものがあります。

車いすの人は、どうやって夏祭りに参加しているのでしょうか。車いすでもみこしをかつぎたいものです。そこで、これも地元の企業の方達が協力して、車いすの人でもかつげるようなみこしを開発しました。知的障害の方や外国人の方も参加して、ユニバーサルなみこしになっています。

旭川では、様々な場面で障害のある人達が普通に参加して楽しむことができるようになり、魅力的なまちになったと思います。そのきっかけとしては、無理矢理お願いするのではなくて、私が人と人をつないで、どんどん仲間になっていったことでした。仲間になることで、仲間のためになんとかしようという雰囲気になってきました。いろいろな人がいます。でも思いは一つ。それぞれの立場でどうやったら楽しめるかを考えることが大切ではないかと思っています。

最後に、私の思いをお話しします。今、2020年東京オリパラに向けて盛り上がっています。ただ、そこがゴールになってほしくありません。それをきっかけとして、10年20年先に、東京オリパラをやったから、日本全国が変わったね、というふうになるといいなと思っています。今日の私の話が参考になったらうれしく思います。ありがとうございました。

講師略歴

永瀬 充 (ながせ・みつる)

1976年生まれ。北海道旭川市出身。1998年長野パラリンピックにアイススレッジホッケー（現パラアイスホッケー）ゴールキーパーとして出場。2000年世界選手権で世界オールスターメンバー（ベスト6）に選出される。2002年ソルトレークシティ、2006年トリノパラリンピックに出場。2010年バンクーバーパラリンピックで銀メダルを獲得。2015年引退。

2017年より現職。障害があってもなくても一緒にスポーツを楽しめる地域づくりのために奮闘中。