



## 第45回

# “新しい障害者像”を体現しつづける 痛快・スポーツ人生 葭原滋男

yoshihara shigeo

スポーツ大好き少年が、成長するにつれ視力を失っていくも、さまざまな種目でヒーローとして活躍。長じて障害者となつてからは、仲間とお酒とサーフィンとスキーの日々。なのに障害者スポーツに出会えば、一気に世界トップレベルへと駆けあがる。

ときに現実を振り返って「仕事に生きよう」と決意するも、新たなスポーツの魅力に出会えば迷わず新しい世界へ。

そんな人生の過程で得られたのは、パラリンピックにおける走り高跳びの銅メダル1つ、自転車競技の金メダル1つと銀メダル2つ、ブラインドサッカーが与えてくれた2度目の青春、そしてたくさんの若い仲間たち。

「常に何か新しいことがしたい、火がついちゃったものはどうしようもない」。枠にとらわれず、常に前向きで、足を踏み外したり無理をしてしまったりしながらも“楽しむこと”を決してあきらめない。そんな葭原滋男よしはらしげおさんの痛快人生は、「スポーツ、楽しいよ!」というメッセージに集約される。

聞き手/山本浩 文/高橋玲美 構成/フォート・キシモト  
写真/葭原滋男、日本ブラインドサッカー協会、エックスワン、フォート・キシモト

## スポーツ家族を 満喫した少年時代

——リオデジャネイロパラリンピックに向けて期待が非常に大きかったブラインドサッカーですが、惜しくも出場を逃してしまいました。

選手はもちろん、関わっているたくさんの方々が頑張ったのですが、残念です。自分も、年齢的にも今回のリオが本当に最後だと思っていましたから。

——葎原さんは健常者のサッカーも、ブラインドサッカーも両方経験しておられます。

中学生、高校生まではある程度普通に見えていたので、健常者のサッカーをやっていました。20歳くらいで目が見えなくなってサッカーをあきらめたんですけど、2002年にブラインドサッカーと出会い、今も青春時代に戻ったような気持ちで非常に楽しくプレーしています。

——ブラインドサッカーは今人気のあるスポーツですよね、観ているのも興奮するし。

「見えないのになんであんなプレーができるの？」という驚きと、老若男女、敷居がまったくなく、みんなが一緒になってひとつのボールを追いかけられるのがいいなと思います。

——お生まれは杉並で、1962年。東京オリンピックの2年前ですね。子どもは2歳ごろに、ある程度運動能力がわかってくるものだと思いますが、どんな幼少期でしたか？

両親がスポーツ好きで、しょっちゅう家族で公園などに行って遊んでいました。母校の小学校の広報誌で「スポーツ家族」として紹介されたくらいです。

——子ども時代を過ごされた鶴ヶ島市は自然の豊かな地域ですね。

家の前の道は砂利道で、近所には川が流れていてザリガニ釣りをしたり、朝から晩まで泥だらけになって遊べる環境でしたね。

——スポーツとの出会いはどのようなきっかけでしたか？

鶴ヶ島市には東洋大学のグラウンドがあり、東洋大学の学生が毎朝ジョギングをしていたのです

が、小学3年生のときに親に言われて、その学生と一緒にジョギングをさせてもらうようになりました。朝6時に親に起こされ、その学生と毎朝2km走っていました。

——それはすごいですね。楽しんでいましたか？

イヤイヤでした。月曜から金曜まで走らされていました。

——毎朝走るようになってというのは親御さんとしてはどんな狙いだったのでしょうか？体が弱かったとか？

いえ、体も丈夫だったし、冬場でも半そで半ズボンでいるような子どもでした。両親はスポーツ好きだったので、何かしらやらせたかったんだと思います。最初はいやでしたが、毎日走っているうちに学校の運動会でもめきめきと結果が出るようになってきて、そこからは楽しくなりました。

——小学校で中心に行っていたスポーツがジョギングですか？

いえ、朝はジョギング、放課後は野球をやっていました。やっぱり運動神経がよかったので、ピッチャーとかショートとか。将来の夢はプロ野球選手でした。ジョギングのほうは2年間くらいでやらなくなりました。

——野球は小学5～6年生と続けていらしたんですね。どのくらいの頻度でしたか？

まあ、遊びでしたけど、自分たちが“バイキング”というチームをつくって、週末に他の学校のチームと対戦していました。またテレビで「赤き血のイレブン」(※永井良和選手をモデルとしたサッカーアニメ)を観て、だんだん野球とサッカーを両方やるようになりました。そして、中学生のときにブラジルのスター選手ペレが来日して、その試合を国立競技場で観戦し、「いつか自分もこの芝生に立ちたい」とサッカーの虜とりこになりました。

——サッカーのセンスはどうでしたか？ポジションは？

足が速かったのでウイングやサイドバックでした。ボールとボールを飛ばされて、走って追いついてセンターリングをするというサッカーをやっていました。



3歳のころ



3歳のころ



小学5年生

## 視力が低下するなか、 さまざまなスポーツに挑戦

—— 中学に行ってからどんなスポーツをされて  
いましたか？

野球のボールが見えなくなりましたので、  
野球はあきらめました。サッカー部がなかつたので  
最初バスケットボール部に入ったんですが、  
暗いところでは目が見えなくなる状態だったので、  
体育館では暗くて見えにくい。それで2週間くらいで辞めちゃいました。

—— そのころ、目の状態はどうだったのでしょうか？  
明るいとこでは0.6～0.7くらい。中学ではサッカーをやるのにそれほど困ってはいませんでした。  
でも高校に入ったころには、夕方からの練習ができなくなりました。で、だんだん「俺、目が悪いんだな」って感じるようになりました。

—— 当時は、目の悪い人に対する光のケアが十分ではなく、一般的にも「見えないなかでボールを追うんだ」みたいな根性論がありましたよね。そう  
なってくると、だんだん気持ち的に難しくなってきたのでは？

放課後の部活動をさぼって、バイクに乗ったり……という方向に走りました。ただ高校を卒業後、専門学校に入り、友達の影響でサーフィンをするようになって、再びスポーツの楽しさを思い出しました。

—— 夏の太陽の下では目も問題なかったのですね。

はい。あと3歳から家族でスキーに行っていて、それは毎年続いていましたね。20歳ごろはサーフィンとスキーを楽しむ日々でした。

—— サーフィンもスキーも、体のバランスをとるの  
によいスポーツですね。多感な時代、非常によいスポーツ環境で。

世間で盛り上がったスポーツにどんどん飛びついていったみたいなのがありましたね。

—— サーフィンもスキーもお金がかかったでしょう。  
アルバイトで稼ぎました。

—— 相当好きだったのですね。大会などには出  
ていたのですか？

いえ、もっぱら友達とわいわいがやがやスポーツをしているのが楽しかったので、競技としては考えていませんでした。

—— そのころ、どのような将来像を描いて  
いましたか？

日本の中でなく、海外で何かやってみたいと思って、英語の専門学校に通っていました。海外でバリバリ仕事するというより、とにかく何か新しいことをしたい、探したい、世界の人と出会いたい、と。

—— では、友達とそういう夢を熱く語ったりなんか  
も？

いや、それはないですね。とにかく毎日楽しく遊んでいたという……(笑)

## 新しい視覚障害者像を つくる！

—— そのあと、視力がずいぶん落ちてしまった  
のですね。

22歳のときに就職をしたのですが、朝から遅い時間までけっこうハードに仕事をしていたら、過労から視力がガクッと落ちて、仕事を1年で辞めて障害者として認定されました。それまでは、ほとんど生活に支障がないくらいに見えていたので、障害者になることを拒否する気持ちがありました。でも障害者となったいま、自分のイメージにある視覚障害者ではなく、新しい視覚障害者像をつくらうと思いました。

—— 新しい視覚障害者像というのはどんなイ  
メージでしょうか？

会社を辞めてから通った国立身体障害者リハビリテーションセンター(現：国立障害者リハビリ



22歳のころ

テーションセンター)でもそうだったんですが、もともと視覚障害者は静かにじっとしているというイメージでした。でも自分はセンターに通いながら陰でバイトもしていましたし、何か新しいことがしたくて、とにかくアクティブに動き回っていました。仲間とRBB(レポリューショナルリー・オブ・ブラインド・ブラザーズ～視覚障害者の革命家達～)というグループをつくって、スキーをしたり、毎晩飲み歩いたり。ふつうの視覚障害者がやらない、憧れそうだなと思うことをやっていました。そのうち、最初はじっとしていた人も近づいてきて、最終的には10人くらいになりました。

—— 主な活動は？

飲むことです(笑)

—— それだけじゃないでしょう(笑)

飲みながら「スキーに行こうよ、キャンプしようよ、今度何する?」という流れでした。RBBが活発に活動していたのは22歳～24歳の3年間。3人のメインメンバーのうち、自分はそのあと公務員になり、1人は視覚障害者を雇って会社を営営し、1人は学校の先生になりました。そのあとまた



RBB(レポリューショナルリー・オブ・ブラインド・ブラザーズ)の仲間と



RBBの仲間とスキーを楽しむ

まに連絡をとりあって、最近はまだ一緒に活動をしたりしています。

—— リハビリテーションセンターで得たものはそういった仲間や活動だったのですか。

そこで、障害者スポーツにも出会いました。そこから人生が変わっていききましたね。

## 走り高跳びとの出会い

—— 最初に出会った障害者スポーツは何だったのですか？

リハビリテーションセンターの理療課3年生のときに、全国身体障害者スポーツ大会(現:全国障害者スポーツ大会)が沖縄で開催されるという学校のアナウンスを聞いて、「あ、俺、沖縄行きたい」と(笑) 体育の先生に相談したら「お前は何かできるんだ?」と聞かれ、「何でもいいです」と言ったらその先生がいろんな種目を見てくれて、走り高跳びをすることになりました。

—— 高跳びになったのはなぜですか？ もともと素養があつて？

高校の体育のときには実技の見本にされていましたが、専門的に跳んだことはありませんでした。でもそのときやってみたら、当時高跳びでパラリンピックを目指していた障害者の方と同じくらい跳べてしまったんですね。また、視覚障害者は怖くてやらないだろう、選手層も薄いだろう、これは狙い目だなというのもあつて。

—— そういう戦略的な判断もあつたのですか。

それからは学校の授業が終わったらまずグラウンドに行って毎日1時間程度、パラリンピックを目指している選手と一緒に練習していました。

—— そのころはどのくらい見えていましたか？

なんとなく見えていました。あいまいなところはビデオに撮って、コマ送りにしてフォームを調整していました。

—— 当初はどのくらいの高さを跳んでいたのですか？

高跳びを始めたばかりの春先は1m60cmくらい。秋の沖縄大会のころには、1m70cmは跳べるようになっていました。

—— 春に始めて秋に全国身体障害者スポーツ大会！えらく早いですね。

一気に入っちゃいましたね。高跳びを始めて3週間後に埼玉県予選で選ばれて、秋の大会本番では1m65cmの同記録でトップに並び、試技数で負けて2位になりました。このとき普段跳んでいた1m70cmに成功していれば、ソウルパラリンピックにも行けたんじゃないかというところだったんで、悔しくてそれからトレーニングに励み始めました。

—— どんなトレーニングをしましたか？

ソウルに行けなかった88年から、4年後のバルセロナパラリンピックを見据えた練習計画を立てました。年間計画、四半期計画、月間計画、週間計画と、目標を自分で全部決めて、それを達成するためのトレーニングメニューを、障害者スポーツセンターの職員にアドバイスをもらいながら自分でつくってこなしました。

—— 何を重視して練習をしましたか？

一番大事にしたのは、週間計画を毎日確実にこなすこと。毎日仕事が終わってから2時間くらい、室内トレーニングをメインにやりました。最終的には世界記録を目指していました。当時1m80cmでしたね。

—— そのためにどのような工夫をしましたか？

見えないなかで跳ぶと、フォームや位置取りなどで繊細な部分があいまいになるので、どう微調整するかといったことを考えながらやりました。10歩の助走を2歩、3歩ごとに分けて地面にテープを貼り、必ずテープを踏むことを心がけ、繰り返し練習することで完璧な助走をつくっていきました。

—— ジャンプの練習で助走は非常に大事だと言いますよね。

実際、跳躍練習の8割、9割は、ジャンプ前の助走に費やしていました。

—— 跳んでいるときは、バーは見えていた？

見えているときと見えていないときがありました。ほとんど見えてなかったかな。高

跳びは7本目の跳躍がピークと言われていて、そこを計算しながらなるべく少ない本数でやっていました。「気持ち的に楽に跳べるけど、失敗もあるよ」という1m60cmくらいから練習を始めて。

—— バルセロナが近づいたころの気持ちの状態はどうでしたか？記録はどのあたりまで来ていたのでしょうか？

自分はどちらかというと本番に強いタイプで、これまでの自己ベストというのも本番で出ています。だから、絶対にいい記録が出るぞ、という気持ちで挑んでいましたね。記録はそのころ1m74cmあたりで、本番では世界記録の1m80cmは超えたいなという気持ちでやっていました。

## 初めてのパラリンピック 「俺、スターみたいだ」

—— そして29歳で臨んだ1992年のバルセロナパラリンピック。大会の雰囲気を感じたことは？

それまでアジア大会には行っていたのですが、パラリンピックという舞台に立って最初に感じたことは「みんな、でけえ！」と(笑) さらに、選手のメンバーリストには記録も書いてあったのですが、それぞれの持ち記録を見たら2mとかがあって。「1m80cmが最高じゃねえのかよ」と(笑) で、今回は自己ベストを出そうという目標に切り替えました。

—— 場内の雰囲気とか、サーフェス(表面)の状態とか、感触は残っていますか？

大舞台が初めてだったので、その心地よさがすごくありました。マットすらフカフカに感じました。

—— そんなにいい気分なら、結果もついてくるでしょう。

はい。それで自己ベストを出せました。

—— 自己ベストを出さなければといったプレッシャーは？

自分は本番に強いっていう意識があったので、よい緊張感でしたね。高跳びの前に幅跳びに出たのですが、跳んだあとガッツポーズをしたらスタンドにウェーブが起きたんですよ。で、「俺、なんかスターみたいだ」と思って、その高揚した気持ちが



1996年 アトランタパラリンピック 家族と

いい感じに働いて、高跳びに臨めました。

—— 結果的には自己ベストを出しての4位でした。終わってどうでしたか？

燃えてましたね。次はメダルが欲しいと。もう1ランク上がるためにはもっと頑張らねばと。また4年計画を立ててやりました。

—— どのように計画を立てましたか？

バーを跳ぶ記録だけでなく、たとえば筋トレで何kg上げるとか、基礎的なところでもノルマをつけました。ある大会で目標の高さを跳ぶための課題をいくつか挙げて、一つひとつ期間を決めてその課題を克服しようとする。すると全然日にちが足りなく感じて、毎日真剣に練習に取り組みました。

—— 練習時間は増えましたか？

変わらないです。

—— 経験値が上がって無駄なことをしなくなった？

そうですね。仕事をしながらのトレーニングなので、限られた時間で何をすべきか、練習ごとのポイントを考えてやりました。

—— 1994年にはドイツでの世界選手権で優勝されました。

記録的には1m72cmと、そう大したことはなかったんですけど、この年、今の日本記録である1m81cmを出して。それが走り高跳びでのピークでしたね。

—— 自身2度目のパラリンピックとなったアトランタ大会には33歳で臨みました。

33歳という年齢と、公務員の仕事をもうちょっとや



1992年 バルセロナパラリンピック

らなければという意識で、自分の競技生活も最後かなって思っていたので、楽しもうという気持ちでやっていました。

—— 結果はいかがでしたか？

いい感じでした。最終的には3人残って、パスのしどころなどで頭を使って、1m72cmを成功し、75cmか76cmで2本失敗したところからパスして、次に勝負をかけてダメで、と。そんな駆け引きも楽しかったです。

—— 結果的に4年前に立てた目標どおり、アトランタで銅メダルを獲った。そこで「スポーツとはお別れだな」と？

そうですね。パラリンピックでメダルを獲れるところまでよくがんばったなって。



2000年 シドニーパラリンピック(後ろ)

## 金メダルの夢のため、自転車競技に転向

—— でも現実には、種目を変えて続けたわけですよ。

はい。98年に神奈川県で全国身体障害者スポーツ大会があって、これを引退試合と決めて高跳びの練習をしていたんですけど、その間に練馬区の「ラバネロ」という自転車のチームの監督さんとお会いする機会があって、「パラリンピックで金を獲りたいなら俺が面倒みるから」と言われて即、「お願いします」と(笑)

—— でも仕事もしなきゃいけないわけですよ。そのバランスはどうだったのですか？

……火がついちゃったものはどうしようもない(笑)

—— パラリンピックにおける視覚障害者の自転車競技は、パイロットと呼ばれる健常者が前、視覚障害者が後ろに乗るタンデム自転車を使用して行われます。始めたときの印象はどうでした？

まず、楽しかったですね。あとはやっぱり、自分のなかでメニューを考えて練習するという陸上競技から、実業団チームで監督からの指示に従って練習するようになったという違いは大きかったです。また、健常者のレベルのなかで自分が鍛えられるというところでも挑戦意欲がかきたられました。

—— 競技の種類としてはスプリント系より持久系を要求される？

持久系はなるべく避け、競技もスプリント系を優先してやっていましたが、トレーニングの一環で持久系もやらされました。一生懸命やってるようなふりをしてさぼってました(笑)

—— 高跳びなら自分で、今日は疲労のピークだから練習を早めに切り上げようといったことができますけど、自転車はそうはいかないでしょう。はい。ちょっとでも手を抜くと、すぐに前で漕いでいるパイロットにバレて、しょっちゅうどなられていました(笑)

—— 失敗談はありますか？

一度、100マイル(160km)レースに出たときに、最初の100kmくらいは断然トップだったのですが、100kmで自分のスタミナがぶちっと切れて、そこから先はずっと怒られながら……長かったです(笑)

—— 逆に苦しんだあとで喜んだといったことは？  
スプリント系でタイムが出たときとか、日々の練習のなかで「今日やるぞ」と決めたことをやりとげたときは嬉しかったですね。毎日そういう喜びがありました。



2000年 シドニーパラリンピック(右)



2000年 シドニーパラリンピック(後ろ)

—— バンクとロードはどちらがお好きでしたか？

大きく重力のかかるバンクですね。ロードもお客さんが沿道にいたりして気持ちがいいし、楽しいだろうなと思っていたんですけど、練習時間の制限もありますし、ロードで世界と戦うのは時間的に無理だと自分のなかで決めて。

—— 同じパラリンピック出場でも、自転車と陸上競技とではどんな違いを感じました？

パイロットというパートナーがいるのはやはり違いました。また海外に行くとき、対戦相手のパイロットが健常者の世界でのトップ選手だったりして、興奮しました。

—— 走っていて、タイムが出ているかどうかはわかるものですか？

なんとなくはわかりますね。今回はタイムが出たな、というのは。

—— 目の前にいるパイロットの体調などもよく伝わってくるでしょう。パイロットの不調のせいで……と思うこともあったのではないですか？

パイロットが不調なときは、自分もギリギリで辛い状況なことが多かったので、パイロットに合わせて休んでました。

—— 自転車でも結果を残されましたね。記憶に残るレースは？

まずは、1998年に初めて出場したタンデムの世界選手権で、スプリント4位になったことですね。「意外と戦えるな、接戦だな」と感じました。高跳びが終わった直後の、ほとんど練習していない段階でそういう感触をつかめたので、「これは行けるぞ」と。

—— 周囲の情報は前のパイロットから伝えられるのですか？

はい。レース中は余裕もないですし、しゃべると相手にわかってしまうのでほとんどしゃべらず、主に足とか、体の感じで伝わってきます。

—— その醍醐味は、走り高跳びにはないものですか？

時速70kmを超えるところでそういう勝負になるとすごく面白かったです。あと記憶に残っているのは、シドニーパラリンピックで世界記録を出したときです。



2004年 アテネパラリンピック(後ろ)



2004年 アテネパラリンピック(右)

## シドニーで世界新、 自転車競技人生は続く

—— 1kmタイムトライアル、これはあつという間で  
すよね。その間、呼吸の状態はどうですか？

ほとんど過呼吸状態です(笑) 250mのコース  
を4周するのですが、1周、2周と進むうちにお客  
さんの沸き具合がどんどん大きくなっていったん  
ですよ。で、3周目をまわったときに「うわああ」つて  
いう歓声になって。あとはひたすら「思いきり行く  
ぞ」と、そういう感じでした。

—— ゴールしたときにはすぐ世界記録つていう  
のがわかるんですか？

いや、わからなかったです。ゴール後、流しながらポ  
ロポロになって自転車に貼りついているときに、パイ  
ロットが「ワールドレコード」と言ってくれたんです。

—— 自転車を続けるにあたっての体力的なこと  
についてはどう考えていましたか？

シドニーまでは思い切り行こう。シドニーが終わっ  
たら引退だろうし、と思っていました。

—— でも、続けました。どうしてですか？

もう38歳でしたし、もういいかなあと思っていたん  
ですが、世界記録なんか出しちゃったもんですから周  
りがやかましくなって。やりたくないけどやらざるを得  
ないなと。公務員の仕事をしながらだったので相当  
きつかったです。毎日、「今日の練習が終わったら  
俺死んでるかな」と思いながらやっていました。

—— しかたがないからやったというこ  
とですが、アテネでもメダルを獲りまし  
たね？

2004年の合宿の練習中に鎖骨を骨折  
して1ヵ月間自転車に乗れず、そのあと  
巻き返そうと激しく練習したら、今度は心臓がオー  
バーヒートしちゃって。突発性心房細動でした。

—— 巨人の長嶋茂雄さんがかかったことで知ら  
れる病気ですね。

アテネパラリンピックにはドクターつきで出て、その  
あと治療を受けて完治しました。

—— アテネで銀メダルを獲ったから、ある程度  
「引きます」つて言えたということもありますか？  
それはありましたね。「もう誰が何と言ってもやらな  
いぞ」と。周囲にはまた4年後という声もありました  
が、体がポロポロな感じでもう限界かなって思いま  
した。

## ブラインドサッカーで 「青春時代」と再会

—— ところがまた違う競技に行かれるわけ  
ですね？(笑)

はい。2002年に日本ブラインドサッカー協会  
で体験会があると友人に教えられて、視覚障害でも  
サッカーができるのか、という感じで行って  
みたら、ものすごく楽しかった。またボールを蹴れるんだ、  
じゃあアテネが終わったらこれやろうつて。

—— ではアテネパラリンピックの前から  
ブラインドサッカーに気持ちが向いていた  
ということですか？  
かなり向いていました。もちろん自転車  
がメインでしたが。2003年に第1回  
ブラインドサッカー日本選手権があ  
って、かき集めのチームで参加したん  
ですけど、それがまた楽しくて。

——「アテネで銀メダルを獲って自転車を辞める。でも自分には引き続きブラインドサッカーが待っている」という感じでしたか？

そうですね。実は自転車をやっているときにブラインドサッカーの日本代表の監督さんに「メンバーに選びたい」という話をいただいて、自分は今自転車をメインにやっているからと辞退していたんです。でもサッカーをやっているから、代表が外国でやっていると聞いて「俺も一緒に海外行きたいなあ」と。自分も陸上や自転車で、海外でプレーするすばらしさをすごく感じていたので、それをチームメイトと一緒に味わいたいと思いました。

——では、本格的にブラインドサッカーに転向してからもトン拍子でしたか？

いや、そうはいかなかったですね。いざやろうってなっからはなかなか代表に選んでもらえなくて、やっと初めて入

れたのが2007年。年齢がネックだったと思います、40歳を超えてましたし。

——ブラインドサッカーとは、転がると音の出る特殊なボールを使って、その音を耳で聞きながらボールを追う、そしてゴールの裏には声で指示を出すガイドがいて、それを頼りに状況を把握する。キーパーには晴眼者や弱視者が入るという競技ですね。ドリブル中心でボールと選手の距離が非常に近く、サッカーよりもフットサルに近いようなところがありますが、その辺の違和感やとまどいは？

学生時代からブラインドサッカーを始めるまでにブランクがあったので、逆に馴染みやすかったです。ルールが違うとまどいよりも、

楽しいという気持ちが大きかったですね。「俺またサッカーをやれてるんだな」って。

——チームには若い人は多かったですか？

今の代表で考えても自分の次に若い人はひとまわり下です。

——それでも若いやつらよりもやれるって自信は？

はい、ありました。実際、2009年のアジア大会のマレーシア戦では3分間でハットトリック。神懸かり的な感じになりましたね。マレーシアが経験の浅いチームだったというのがありますが、本番での強さがここでも出たと思います。

——大事なことでですね。ブラインドサッカーの練習はきつかったですか？

自分としてはもっと厳しくやりたいくらい

でしたけど、自分ひとりの競技ではないので、ジレンマは感じていました。周りのみんなとバランスをとっていくのが大事なスポーツだなと思いつつやっていた。

——自分のチームのなかでの立ち位置というのはどう捉えていましたか？

まあ偉ぶらず、というふうを意識していました。

——でもキャプテンシーみたいなものも求められたでしょう。

それは苦手だったので、横からもり立てるといったような感じでしたね。

——苦境に陥ったときに年配の選手が果たす役割というのがありますが、ずいぶん頼られたんじゃないですか？

自分が出ることで何かやってくれるというのは周りの人も思ってくれていたと思います。だから、俺を使えよ！という気持ちでいつもいましたね。



2009年 アジア選手権

## 50歳を超えて、 まだまだやり足りない！

——話を伺っていると、理想的なアスリート人生などを過ごしている感じがありますね。最初は陸上競技でひとりで自分自身を築きあげ、自転車ではチームというものに触れながら大きなものをつかみ、最後はサッカーで楽しみながら頼られるという……申し分のない人生ですね。

まだまだもっと行きたいんですけどね(笑)「試合に出してもらえればどんな大舞台にでもチームを引っ張って行くよ」みたいな気持ちではいるんですけどね。

——やっぱりまだやり足りないですか？

やり足りないですね。陸上と自転車でメダルを獲った。ブラインドサッカーでも、と思って始めましたし。最近はまだサーフィンやスキーを始めています。非常に楽しい生活を送っているような気がします。

——葭原さんがそういう生活を送っておられるのは次世代にすごくいい影響を与えるんじゃないかという気がしますね。

若い視覚障害者たちをいろんなジャンルのスポーツと一緒に連れて行って、一緒に楽しむというのが自分にできることかなと、それは心がけています。

——2020年東京パラリンピックでは……ヘッドコーチとかをやってらっしゃるんでしょうか？  
ご用命があれば、やってみたいなど。

——やる気十分ですね。今の段階では2020年の自分の居所したいなものは想像できますか？

まだ実際のところは想像できないですが、まあ、選手でいるのはまず無理だと(笑) その先どうするかを模索している最中ですね。今マスコミなんかでもパラリンピックを重要視して盛り上げていこうっていうのが見えますけど、それがまだまだ社会には浸透していないとか、どういう風に扱っていいのかわからない状況があると思うんです。障害者がどんどん街に出て、障害者と健常者が普通に混じり合ったような社会ができることがパラリンピックの意義じゃないかと思うので、自分なりに手助けしていければいいなと思っています。

## 子どもたちへ……

### 「スポーツ、楽しいよ！」

——障害のある子どもたちにとっては、実際にスポーツに関わるチャンスというのはそう多くない。そんななかでブラインドサッカーは参加しやすいし、楽しみやすいですね。

「気軽にみんなでボールを蹴って楽しもうよ」と言いたいですね。ちょっとしたきっかけをうまく捕まえて、一緒にボールを蹴れば楽しいなと思います。

——障害者、健常者含めて、今若者のスポーツ離れが叫ばれていますが、どんなメッセージを送りたいですか？

一言で言えば、「スポーツ楽しいよ！」っていうことなんですけど、一つひとつのスポーツが本当に奥深いし、ひとつのスポーツのなかに大きな社会があると実感しています。何かひとつでも体を動かすことをやってほしいな、それを楽しんでいるうちに何かが見つかるんじゃないかなと思います。

——スポーツ庁などに寄せる期待はどのようなものですか？

競技スポーツだけではなく、障害者がスポーツを楽しむ環境をもっと広げて欲しいなと思います。見えないと危ないとか、無理だからと最初から決めつけず、たとえ障害があってもチャレンジできるスポーツの環境を整備していただきたいです。盲学校の体育で習うスポーツだけでなく、興味を持ったなら気軽に何でも体験できる場が増えるといいな。「やってみたい、チャレンジしたい」という気持ちを大切にしたいと思いますね。

——葭原さんのような勢いとパワーのある方が負けず嫌い魂を発揮して、でっかい声で世界を変えてもらえればと思います。

きっかけさえあれば、やってみたいです。

——ありがとうございました。



乃木坂ナイツ

1904 昭和37  
1908 明治41  
国際サッカー連盟(FIFA)設立  
ロンドンオリンピックでサッカーが正式種目となる

1945 第二次世界大戦が終戦  
1947 日本国憲法が施行  
1950 朝鮮戦争が勃発  
1951 安全保障条約を締結  
1955 日本の高度経済成長の開始

1962 葭原滋男氏、東京都に生まれる

1964 東海道新幹線が開業  
1969 アポロ11号が人類初の月面有人着陸

1972 葭原滋男氏、10歳のとき網膜色素性症にかかる

1973 オイルショックが始まる  
1976 ロッキード事件が表面化  
1978 日中平和友好条約を調印

1981 昭和56  
国際視覚障害者スポーツ協会(IBSA)結成

1982 東北、上越新幹線が開業

1984 葭原滋男氏、22歳で障害者認定を受ける

1992 平成4  
バルセロナパラリンピック開催

1992 葭原滋男氏、バルセロナパラリンピックに陸上競技・走り高跳びで出場し、4位入賞

1994 平成6  
ジャパンパラリンピック開催

1994 葭原滋男氏、ジャパンパラリンピックに走り高跳びで出場し、日本記録を樹立

1995 阪神・淡路大震災が発生

1996 平成8  
アトランタパラリンピック開催

1996 葭原滋男氏、アトランタパラリンピックに陸上競技・走り高跳びで出場し、銅メダルを獲得

1997 香港が中国に返還される

1998 葭原滋男氏、自転車実表団チーム「スミタラバネロパールイズミ」に在籍することとなり、自転車競技へ転向

2000 平成12  
シドニーパラリンピック開催

2000 葭原滋男氏、シドニーパラリンピックに自転車競技で出場し、金メダル1個、銀メダル1個を獲得。1kmタイムトライアルでは世界新記録を樹立  
葭原滋男氏、朝日スポーツ賞を受賞

2001 平成13  
日本視覚障がい者サッカー協会(JBFA)の前身となる「音で蹴るもうひとつのワールドカップ実行委員会」発足

2002 平成14  
韓国・ソウルにて、日本対韓国のブラインドサッカーの試合が行われる  
これが日本代表初の国際舞台となる  
日本視覚障がい者サッカー協会(JBFA)発足

2003 平成15  
第1回日本視覚障がい者サッカー選手権大会が東京都・多摩にて実施され、全国から4チームが参加  
これがブラインドサッカー初の全国大会となる

2004 平成16  
アテネパラリンピックでブラインドサッカーが正式種目となる

2004 葭原滋男氏、アテネパラリンピックに自転車競技で出場し、銀メダルを獲得

2005 平成17  
第1回ブラインドサッカーアジア選手権大会が開催  
日本は初優勝を果たし、翌年の世界選手権大会への出場権を獲得する

2006 平成18  
第4回ブラインドサッカー世界選手権大会開催  
日本は8ヵ国中7位となる

2007 平成19  
第2回ブラインドサッカーアジア選手権大会開催  
日本は4位となる

2007 葭原滋男氏、ブラインドサッカー日本代表に選抜される

2008 リーマンショックが起こる

2009 平成21  
第3回ブラインドサッカーアジア選手権大会開催  
日本は中国に次ぐ2位となり、翌年の世界選手権大会への出場権を獲得

2009 葭原滋男氏、ブラインドサッカーアジア選手権大会でハットトリックを達成

2010 平成22  
第5回ブラインドサッカー世界選手権大会開催  
日本は10ヵ国中8位となる  
日本視覚障がい者サッカー協会(JBFA)、特定非営利活動法人日本ブラインドサッカー協会に改称

2011 平成23  
第4回ブラインドサッカーアジア選手権大会、宮城県・仙台にて開催され、日本は3位となる

2011 葭原滋男氏、ブラインドサッカーチーム「乃木坂ナイツ」を創設

2011 東日本大震災が発生

2013 平成25  
第5回ブラインドサッカーアジア選手権大会、中国・北京にて開催され、日本は中国に次ぐ2位となる

2014 平成26  
第6回ブラインドサッカー世界選手権大会、東京都・渋谷にて開催。日本は過去最高の6位となる

2015 平成27  
第6回ブラインドサッカーアジア選手権大会、東京都・渋谷にて開催され、日本は3位となる

オリンピック・パラリンピック年表

オリンピック		パラリンピック	
1896	第1回 アテネ[ギリシャ]		
1900	第2回 パリ[フランス]		
1904	第3回 セントルイス[アメリカ]		
1908	第4回 ロンドン[イギリス]		
1912	第5回 スtockホルム[スウェーデン]		
1916	第6回 ベルリン[ドイツ] *中止		
1920	第7回 アントワープ[ベルギー]		
1924	第8回 パリ[フランス] / 第1回 シャモニー・モンブラン[フランス]		
1928	第9回 アムステルダム[オランダ] / 第2回 サン・モリッツ[スイス]		
1932	第10回 ロサンゼルス[アメリカ] / 第3回 レークプラシッド[アメリカ]		
1936	第11回 ベルリン[ドイツ] / 第4回 ガルミッシュ・パルテンキルヘン[ドイツ]		
1940	第12回 東京[日本] *返上 → ヘルシンキ[フィンランド] *中止		
1944	第13回 ロンドン[イギリス] *中止		
1948	第14回 ロンドン[イギリス] / 第5回 サン・モリッツ[スイス]		
1952	第15回 ヘルシンキ[フィンランド] / 第6回 オスロ[ノルウェー]		
1956	第16回 メルボルン[オーストラリア] / スtockホルム[スウェーデン] 第7回 コルチナ・ダンベッツォ[イタリア]		
1960	第17回 ローマ[イタリア] 第8回 スコーバレー[アメリカ]	第1回 ローマ[イタリア]	
1964	第18回 東京[日本] 第9回 インスブルック[オーストリア]	第2回 東京[日本]	
1968	第19回 メキシコシティ[メキシコ] 第10回 グルノーブル[フランス]	第3回 テルアビブ[イスラエル]	
1972	第20回 ミュンヘン[西ドイツ] 第11回 札幌[日本]	第4回 ハイデルベルグ[西ドイツ]	
1976	第21回 モントリオール[カナダ] 第12回 インスブルック[オーストリア]	第5回 トロント[カナダ] 第1回 エンシェルスヴィーク[スウェーデン]	
1980	第22回 モスクワ[ソ連] 第13回 レークプラシッド[アメリカ]	第6回 アーネム(アルヘルム)[オランダ] 第2回 ヤイロ[ノルウェー]	
1984	第23回 ロサンゼルス[アメリカ] 第14回 サラエボ[ユーゴスラビア]	第7回 ニューヨーク[アメリカ] アイレスペリー[イギリス] 第3回 インスブルック[オーストリア]	
1988	第24回 ソウル[韓国] 第15回 カルガリー[カナダ]	第8回 ソウル[韓国] 第4回 インスブルック[オーストリア]	
1992	第25回 バルセロナ[スペイン] 第16回 アルベールビル[フランス]	第9回 バルセロナ[スペイン] 第5回 ティーニュ/アルベールビル[フランス]	
1994	第17回 リレハンメル[ノルウェー]	第6回 リレハンメル[ノルウェー]	
1996	第26回 アトランタ[アメリカ]	第10回 アトランタ[アメリカ]	
1998	第18回 長野[日本]	第7回 長野[日本]	
2000	第27回 シドニー[オーストラリア]	第11回 シドニー[オーストラリア]	
2002	第19回 ソルトレークシティ[アメリカ]	第8回 ソルトレークシティ[アメリカ]	
2004	第28回 アテネ[ギリシャ]	第12回 アテネ[ギリシャ]	
2006	第20回 トリノ[イタリア]	第9回 トリノ[イタリア]	
2008	第29回 北京[中国]	第13回 北京[中国]	
2010	第21回 バンクーバー[カナダ]	第10回 バンクーバー[カナダ]	
2012	第30回 ロンドン[イギリス]	第14回 ロンドン[イギリス]	
2014	第22回 ソチ[ロシア]	第11回 ソチ[ロシア]	
2016	第31回 リオデジャネイロ[ブラジル]	第15回 リオデジャネイロ[ブラジル]	
2018	第23回 平昌[韓国]	第12回 平昌[韓国]	
2020	第32回 東京[日本]	第16回 東京[日本]	

■ 夏季大会  
■ 冬季大会  
■ 藤原滋男氏  
出場大会

パラリンピック・  
障害者スポーツに関する  
主なできごと

1888 ドイツで聴覚障害者のためのスポーツクラブが創設

1910 ドイツ聴覚障害者スポーツ協会が創設

1924 国際ろう者スポーツ連盟CISSが設立  
第1回国際ろう者スポーツ競技大会開催

1948 ストック・マンデビル病院内で車いす患者によるアーチェリー大会を開催。これがパラリンピックの原点となる

1952 第1回国際ストック・マンデビル大会開催

1960 国際ストック・マンデビル大会委員会ISMGC設立  
第1回パラリンピックと位置づけられる国際ストック・マンデビル大会開催

1976 国際身体障害者スポーツ大会が、初めて国際ストック・マンデビル競技連盟ISMGFと国際身体障がい者スポーツ機構ISODの共催で行われる

1980 視覚障害者の国際的なスポーツ団体である国際視覚障害者スポーツ協会IBSAが設立

1985 国際オリンピック委員会IOCは国際調整委員会ICCがオリンピック年に開催する、国際身体障害者スポーツ大会を「Paralympicsパラリンピクス」と名乗ることに同意する

1986 国際聴覚障害者スポーツ協会と、国際精神薄弱者スポーツ協会がICCに加盟

1989 国際パラリンピック委員会創設

1999 日本パラリンピック委員会創設



3歳のころ



3歳のころ



小学5年生



RBB(レボリューションナリー・オブ・ブラインド・ブラザーズ)の仲間と



22歳のころ



1996年 アトランタパラリンピック 家族と



RBBの仲間とスキーを楽しむ



1992年 バルセロナパラリンピック



1996年 アトランタパラリンピック



2000年 シドニーパラリンピック(後ろ)



2004年 アテネパラリンピック(後ろ)



2004年 アテネパラリンピック(右)



2000年 シドニーパラリンピック



2000年 シドニーパラリンピック(後ろ)



2009年 アジア選手権



2009年 アジア選手権



乃木坂ナイツ



葭原滋男(左)