

活動状況報告（5月）

スポーツコース 5期生 太田 ゆき菜

アメリカはとても暖かい日が続き、この時期の朝は5時過ぎから明るくなり、日の入りも20時頃なので、長く1日を外で過ごせて得したような気持ちになります。今月は①車いす陸上チームの全米選手権帯同、②日常の様子、についてレポートしたいと思います。

①車いす陸上チームの全米選手権帯同

5月中旬にカルフォルニアで行われたパラ陸上の全米選手権に帯同しました。今大会、チームコーチとして正式に登録手続きをしてもらえたので、IDをゲットして会場でも選手の近くでサポートすることができました。大会が行われた会場はサンディエゴにあるCHULA VISTA ELITE ATHLETE TRAINING CENTERで、ここではサッカー、ラグビー、アーチェリー、カヌー、ビーチバレー、BMX、ラクロス、テニス、野球、水泳、陸上など20以上の競技でアスリートがトレーニング施設として利用しているそうです。湖が近くにあり、カヌー等で利用、またアスリートの宿泊施設やダイニングホールも併設されており、トレーニングキャンプが行えるようになっていました。競技場の目の前には山が連なっており、とても開放的で大自然の中にある施設でした。日本では東京にナショナルトレーニングセンターがありますが、アメリカは国土が広いので、アメリカ全土に夏季冬季種目含めこのようなナショナルトレーニングセンターが複数存在するそうです。

今大会は7月に行われるパリでの世界選手権の選考もかかっていたので、各選手にとってとても重要な大会でした。車いすレーシングのカテゴリーからアメリカ代表として選出された選手6名のうち、全選手がイリノイ大学関連の選手でしたが、もちろんその裏で代表の切符を手にすることが出来なかった選手もチーム内に多くいるので、大会翌日の選考発表では複雑な気持ちでした。陸上チームは個人競技でかつ、社会人も多いチームなので、カレッジスポーツで団体競技の車いすバスケットチームとはまた違ったチームの形があり面白いです。一年後にはパリパラリンピックも控えています。彼らが納得のいくパフォーマンスができるよう、私自身もたくさん学ばせてもらいながら、日々の練習のサポートを頑張りたいと思います。

②日常の様子

4月末で大学の授業が終了したので、日中は毎日DRESのgymのオフィスで作業をしていて、パラアスリートのトレーニングや障がいを持った学生のリハビリのサポートをしています。また週末は地域の障がい児をサポートする団体にボランティアとして行き、身体障がいだけでなく、自閉症やダウン症など知的障がいを持った子供達と一緒に運動をしています。大学のリハ室でのリハビリでは脳性麻痺でパワーチェアを使用している学生が多いのですが、スポーツ好きが多いため、スポーツを取り入れて楽しくリハビリを行えるように工夫しています。ポッチャをしたり、パワーチェアから降りて立位の時間を確保しながら、ホッケーを楽しんだり、ボクシングをしたり、バスケットをしたり、ただただ筋力トレーニングをして下さいと言っても続けるのは難しいですが、ボランティアの学生と一緒にスポーツに白熱することで、楽しみながらも十分な運動量を確保できたり、リハビリを続ける意欲が増したり、次の目標ができたり、色々な交流が生まれたり、時には健常の学生ボランティアとの恋が生まれたり♡…スポーツが持つ力は大きいですし、一人一人の人生を尊重できている環境は素敵だなと思います。また、卒業シーズンなのでこの時期は多くの学生が別れを告げにリハ室を訪れます。彼らを見ているとこのリハ室の存在が学生生活においていかに重要であったかが伺えます。

今月はここで経験したケースを一つ紹介したいと思います。先天性の疾患を持っていて、手術を繰り返し、最終的に人工の骨盤を使用することになったため、激しく走ったりすることが難しく、好きなバスケットが思う存分できなくなってしまった学生がリハビリにきていました。彼はリハ室内で真面目にトレーニングをしている時間が多かったですが、彼がものすごくバスケットが好きだということで、暖かくなってきて外のコートも使えるようになってきたことから、PTと相談して外で車いすバスケットを試してみようということになりました。リハビリ当日は私も自分の競技用車いすを持ってきて、私がデモをして彼と一緒に車いすバスケットを楽しみました。その学生は車いすバスケットを気に入り、かつ初めてにも関わらず良いパフォーマンスが見られたので、PTから車いすバスケットチームのコーチに彼の話を話し、学生とコーチの繋がりを作りました。その後学生とコーチで話した結果、次のセメスターから車いすバスケットボールチームにサインして、チームの一員になる予定です。今回のことは医療サイドからスポーツサイドへ連携の一つの例かなと思いますが、リハビリでパラスポーツの導入を経験して、本人と両親の意思を尊重しながら、コーチと学生をつなぎ、用具の貸出も行うところまでできると、スムーズにスポーツを継続して行える環境を作り出すことができると感じます。何より、お古の競技用車いすを車に積み込んで実家に帰っていくときの彼の顔がとても嬉しそうでしたので、私も嬉しかったですし、彼の人生の選択肢が少しでも広がったのなら嬉しいです。私が研修しているDRESはPTやAT、コーチ、プログラムコーディネーターなどが同じフロアのオフィスで働いているので、連携が取りやすいです。日本でこのような環境を作り出すことはなかなか難しいですが、それでも今回の件でPTがパラスポーツの現場との繋がりを持っているということはとても重要だと改めて感じましたし、自分自身がパラスポーツをプレーできることもこういった場面で役に立つことを実感しました。どこでどのようにパラスポーツと出会うかは重要な要素です。北米ではパラスポーツ団体が地域の病院に出向き、パラスポーツのデモをするなどの活動も行われています。いずれは北海道でも地域の病院をまわるような活動ができたらなと思います。医療的側面でもパラスポーツはとても大きな可能性を持ったものだと思うので、日本でも医療サイドを含め、もっともっとパラスポーツの魅力が伝わるように活動していきたいと思っています。

①車いす陸上チームの全米選手権帯同





②日常の様子

