

中央大学保健体育研究所公開講演会 (2)

日 時：2019年12月12日 (木) 17：00～18：40

場 所：多摩キャンパス 3号館 3353教室

講 師：小 林 幸一郎 氏

テーマ：「見えない壁だって、越えられる」

○小林 みなさん改めましてこんにちは。

ありがとうございます。いま先生方にご紹介いただきました、NPO法人モンキーマジックという団体の代表をしております、小林と申します。

学内にも「今日こういうのがありますよ」なんてポスターも貼っていただいたりしてですね、事前の告知もあって、「世界選手権4連覇中です、クライマーです」って出ると、どんな筋骨隆々としたね、大きい人が来るのかなあなんて想像していたら、こんな背の小っちゃいおじさんが来たって思っている方も結構いるんじゃないかなあって思うんですけども、私はいまご紹介いただいたように、現役でクライミングの競技にもまだ向き合っていて、自分で楽しいって思えることはやり続けようという風に思って頑張っているところなんですけども、今日は、そんな私がやっているクライミングについてですね、少しお話もさせていただきたいと思います。私は、目が見えない視覚障害の人間なんですけれども、そんな私は、自分でクライミングをするだけではなくて、自分以外の視覚障害、視覚以外の様々な障害のある人たちにもクライミングを伝える活動をしていたり、そんなクライミングを通じてですね、広げられることがいろいろあるんじゃないかなんていうことを考えたNPOの活動も行っていて、その辺のお話を皆さんにお伝えできたらいいなっていうことと、そもそも何で私がそんなことやろうと思ったのかなんていうことをお伝えする場所にできたら嬉しいなという風に思っています。クライミングってやったことある方どのぐらいいらっしゃいますか？ お一人……ってことはないですよね？

○男性1 三人。

○小林 嬉しいです。

お声出させていただいてとてもありがたいんですけど、そうなんです。私、目が見えていないってお話したんです……。ので、「どうですか？」って聞いたときに、そーっと手を挙げていただいたり、にこにここってしてもらってもですね、わからないので、いろいろとお声出させていただいたり手を叩いていただいたりするとわかるかなあと思うんですけども。クライミングやったことある方どのぐらいいらっしゃいますか？

(拍手の音)

比較的こちら方面に集中してる感じですかね。ありがとうございます、はい。

最近、クライミングもテレビとかで随分取り上げられるようになりました。やっぱり来年2020東京オリンピックの種目になるっていうこともあって、ニュースとかでも随分取り上げられるようになったんですけども、目が見えない人のクライミングを見たことがある、映像でも実際現場でも見たことがあるっていう方はほとんどいらっしゃらないんじゃないかなっていう風に思うので、今日は、一番最初に私がやっているクライミングはどんな世界なのかっていうことをちょっと見ていただこうかなあと思います。

だいたい大きく分けて3部構造がありまして。一番最初が、私が仲間とですね、町中にもよくあるクライミングの施設に登りに行ったとき、どんな風に指示を受けながら登っているのか、なんていうシーンが出てきて。その後は、もともとクライミングって、人工の壁にですね、綺麗な、いろんな色した、いろんな形の石がついてるところに登ることをいうのではなくて、あれはもともと、自然の岩に登るトレーニングの場所としてできたのが人工の壁登りなんです。なので私も、自然の岩にもばしばしと登りに行きますので、そんな自然の岩に登るシーン。先ほど、先生のご挨拶でバリアフルの大学でとおっしゃっていただいたんですけど、私にとって階段はもう平らみたいなものなので、安心してまいりました。

そんな自然の岩に登るシーンが出てきたり、一番最後は、世界選手権ですね。2016年にパリで開かれた世界選手権の模様です。障害者のクライミング、パラ・クライミングの世界では、誰が早く登れるのかは関係がなくて、一度も登ったことがないルートを誰がより高いところまで登れるのかという競技です。なので、誰が一番高いところまで行けるのかっていうところを見ていただけたらいいかなという風に思います。

最初に動画からお願いします。

(動画)

○小林 ありがとうございます。最後に見ていただいたのが世界選手権の様子だったんですけども、今日はですね、『見えない壁だって、越えられる』っていうテーマでお話させていただ

こう思うんですけれども、私たち NPO 法人モンキーマジックっていう団体の活動のキャッチフレーズなんです。

見えない壁だって、越えられる。『見えない壁』って何だろうと思うと、障害があるとかないとか全然関係なく誰もが、人が心のなかに持っているものだと思うんですよね。「あんなの私には無理」とか「俺にはあれは最初から無理だし前やってみただけだめだったから」とかいうことは、誰もが思うんですけれど、それは向き合おうと思うか思わないかはその人次第だと思うんですよね。周りがどうこうじゃないと思うので。その辺にどう向き合っていくのかがということが極めてわかりやすく考えられるのがクライミングっていうスポーツなんじゃないかなっていう思いもあってですね、私たちのなかで『見えない壁だって、越えられる』ということ活動をキャッチフレーズとして、やらせていただいているんですけど、いったい何で？何でそんな風に思ってるの？っていう辺りのお話。そしてもう一つモンキーマジックの活動のビジョン。私たちが思う NPO として「あったらいいな」っていう未来の絵なんですけど。

『障害者クライミング普及活動を通じて、多様性を認め合うことのできるユニバーサルな社会を実現し、より成熟した豊かな社会を作ります。』

何で障害者クライミングを普及することが「より成熟した豊かな社会を作る」ことにつながるのかという辺りも、今日ちょっと皆さんにお伝えできたら嬉しいなという風に思っています。

ビデオを見ていただくと、ただ岩に登って、なんか飛びついていってる、こんな大会に出るだけなのかなあって思ったりするかもしれないんですけど、そこには、私たち、そして私なりの思いがあるので、今日はその辺のことをお話しさせていただきます。

最初にですね、視覚障害、視覚障害と言っていますが、その視覚障害のことをちょっとみなさんとお話ししてもらいたいです。スライドを見ていただくと、駅の絵が、写真が出ています。「視覚障害に優しいものって何？」って書かれてるんですけども、みなさんに質問していきたいと思っています。

この写真を見てもらって、視覚障害者に優しいものって何だろうってちょっと考えてみてください。

ここの真ん中の島の、私に向かって一番右手の、前から二人目の方。どうですか？

○男性2 手すりがあるっていいなあっていう……。

○小林 「手すりいいなあ」。いいですね。手すり、とっても。私たちにとって安心な道具です。手すりに沿って歩いていくと、どこからが踊り場になってるかっていうこともわかりますし、始まりも終わりも、何よりも、何も手に触れてないというのは不安なんですけど、手すりに触れているだけでとても安心です。ありがとうございます。

もう二人後ろの方はどうですか？

○男性3 ブロック…….

○小林 ブロック？ 黄色いブロックかな？

○男性3 はい.

○小林 ありがとうございます。そうですね。「点字ブロック」とか「誘導ブロック」なんていう風に言ったりもしますが、そうなんです。目が見えない人が杖を持ちながら単独で歩いているときは、特に安心です。だいたいあれ沿いに歩いていくとトイレに行けたり改札口に行けたり階段に行けたり、方向を間違いなく進めていけますので、とても安心です。ありがとうございます。

今の方の、お二人左に……いらっしゃいますか？お願いしてもいいですか？ だんだんちょっとネタが尽きてきてまずいなといった感じかもしれないですけど、どうでしょうか。

○女性1 エスカレーター.

○小林 エスカレーターですね、ありがとうございます。エスカレーターも安心なんですよ。あれもやっぱり手すりを持って乗っていけるととってもいいんですけど、結構人によってはね、乗るとか降りるのが苦手だなんていう方もいらっしゃったりしますが、やっぱり、確実に目的地に連れていってくれる安心の道具だと思います。ありがとうございます。

そろそろ、尽きてきちゃったかなといった感じかもしれないですけども、お三方に答えていただきました。手すり、点字ブロック、エスカレーターと来ました。見ていただくと他にも、例えば、階段の始まりのところと一番最後のところに黒と黄色のテープが貼ってあって……でしたりとか、いろいろ見ていただくと気づくものもあるかもしれないです。でもよ～くみなさん考えてみていただきたいんですけど、その場でもし目を閉じていただいたとすると、みなさんの目の前からはこの駅の絵がなくなります。そうすると何が嬉しいかっていうと、例えば、駅の改札口から、みなさんがSuicaやPASMOをタッチしたときのあの「ピピッ」という音が、私たちに「あっちの方に改札口があるな」ということを教えてくれたり、エスカレーターも、乗り場のところに行くと、「1番線・2番線ホーム行き 上りエスカレーターです」ということを言葉で教えてくれていたり、駅の改札口、駅員さんのいるところの上からは「ピンポン」と鐘の音がして、こっちに行くと駅員さんがいますよということも教えてくれていたり。トイレの近くに行けば、「ここがトイレです。向かって正面がだれでもトイレ、左が男性用、右が女性用」というようなことを言葉で教えてくれていたり、ホームに上がると、みなさん鳥の声聴いたことないですか？ 朝晩の通勤通学の時間帯の殺伐とした空気を和らげてくれる目的も大いにあるんですけども、実はあの鳥の声の下には必ず階段があって、私たちが電車やモ

ノレールから降りたとき、「あっちに行けば階段があるな」ということをわからせてくれたりするのです。

街のなかには、そして、駅や公共交通機関の場所のなかには、たくさんの音があって、視覚障害者の暮らしを助けてくれたりしているんですよね。今日ぜひ、お帰りに、モノレールやJRの駅や京王線の駅、様々な乗り換えの駅に行かれるときに、ちょっと音を見つけてもらえたらいいなということ、目に見えるものだけが全てじゃないということなんですよ。

そんな視覚障害なんですよけど、いったいどんな見え方があるのかっていうお話をさせてもらいたいと思うんです。

今、目を閉じてくださいって言ったんですけど、視覚障害者と言っても実は全員が真っ暗闇の世界で暮らしてるわけじゃないんです。国が、厚生労働省が出している、身体障害者手帳を持っている視覚障害者っていうのは、全国で約312,000人という風に言われているんですね。ところが、「全盲」と言われる人たち、文字も読めません、顔もわかりませんというような、視野がすごく狭いですなんていう方たちっていうのは、そのうちの1割ぐらいって言われているんですね。

じゃあ他の人達はどんな見え方があるの？ っていうお話を少しさせていただくと、まずですよ、写真の1枚目は、ピントが合っていてよく見えていますね、コンタクトやメガネをおかけになられている方たちも、こんな風に見える方が多いんじゃないかなと思うんですけども、それに対して、コンタクトやメガネを外したり、視力が低い方は、こんな風にちょっと滲んで見えたりする方いらっしゃると思うんですけど、視覚障害で、矯正が利かない、いつもこんな風にしか見えない方もいらっしゃる、常に霧の中にいるような見え方の方もいらっしゃる。「白内障」なんて聞いたことがある方もいらっしゃると思うんですけども、それから、周りからだんだんだんだん見えなくなってきた、真ん中だけ見えている見え方の人もいます。

実験してみてくださいんですけども、家のトイレトペーパーの筒をですよ、両目に当てて家の中を歩いてみてください。見事にいろんなところにぶつかると思います。そんな見え方の方もいたり、一番最後は、今度はその逆で、目の真ん中だけが見えなかったりする場合もあります。こうなると、文字が読めなかったり、人の顔がわからなかったりします。人間の目っていうのは、目の中心だけでそういう細かいものを判別するんだそうですね。

私は、もともとこの一番最後のパターン。病気で目の中心からだんだん目が見えなくなっていくって、今は、かろうじて昼と夜がわかっているかなあというような感じですよ。

子供の頃やったことがあると思うんですけども、目を閉じるとなんとなく薄ら明るいのがわ

かって、その目を閉じたまま手で覆うとさらに真っ暗になる。それぐらいの違いがわかるって
いう風なイメージかと思います。おかげさまで、家にいてもですね、トイレもお風呂も全く電
気をつける必要がないので極めてエコな暮らしができて、COP25の時代にぴったりな暮らしで
すね。私の家内が家に帰ってくると、電気をつけなくてパソコンの電気だけが顔にぼーっと当
たっててですね、不気味すぎるからやめてくれって怒られるような、そんな見え方の暮らしな
んですけども。なので視覚障害っていても本当に様々な状況の見え方の人がいて、全員が真
っ暗闇で暮らしているわけじゃないので、皆さんぜひ、目の見えない・見えにくい、もしくは
白い杖を持っている方にお会いになる機会があったらですね、失礼なことでは全然ないので「ど
んな風に見えるんですか？」という風に聞いてみていただきたいなと思います。それは、
相手のことを知りたいっていう風に思う、普通の言葉だと思ってください。

そんな見え方の私なんですけども、クライミングをしています。目は昼と夜の違いがわかる
ぐらいです。なんですけど、そんな私がどんな道を歩いてきて今クライミングを人に広げよう
としてるのかっていうお話をさせていただこうかなと思います。

先ほど、ご紹介の中で今51歳っていう話がありましたけれども、1968年、東京の築地の生ま
れです。ずーっと東京に暮らしているんですけども、よくですね、こうしてクライミングで金
メダル取ってますっていう風になると、「小林さんって子供の頃から猿みたいにすばしっこく木
とかいろんな、どこでも登っちゃうような子供だったんでしょ？」とよく言われるんですけど、
私は、小学校の頃、学校で一番嫌いな科目が体育だったんですよね。

背も小さいこともあって、かけっこをすればいつもビリだし、球技も小学校だったらドッジ
ボールとか、今だったらバスケットとかバレーボールとかサッカーとかいろいろありましたけれど、
どれをやってもすごくどんくさい子だったので、「なんだよ、またおめえが下手くそなせいで負
けたじゃねえかよ！」って言われるようなタイプだったんですよね。できないから楽しくない
わけです。じゃあ楽しくないんだったら、楽しくなれるように、できるように頑張ればいいの
に、頑張ることもしたくない。またできない、できないから楽しくないというようなことの繰
り返しで、楽しかった思い出ってほんとに小学校の頃は全然なかったですね。

中学に上がっても、部活もなんにもやりませんでした。だから、帰宅部で、学校終わるとち
よろちよろ友だちと遊んで家に帰ってくるってというような感じの暮らしぶりです。あまり小学校、
中学校の頃のことは覚えていないんですよね。ほんとにぶつぶつ途切れ途切れの記憶しかない
ような感じで。今思うとどんな子供だったんだろうって思っちゃう感じなんですけども。

周りの大人からは、小学校高学年ぐらいからでしたか、「小林君の夢は何ですか？」って訊か
れることが多かったです。でも、周りの友達が自分の夢とかやってることに一生懸命向き合っ

てることを言葉にしているのに対し、私は、今日の前に立ってる大人はなんて答えたら喜んでくれるのかなあとか、そのぐらいのことしか考えないで答えるような子供だったんですよね。

でも中学に上がる頃から、やっぱり周りの友だちを見て、勉強できるやつはすごいなあって思うし、スポーツやってる子たちはかっこいいなあって思えるし、何で俺はあんなれないのかなあってぼつぼつと思い始めていたんですよね。

そんな高校2年生の春休み、16歳の頃でした。私はたまたま本屋さんで『山と渓谷』という山の雑誌を手に入れました。そうするとそこには、アメリカから入ってきた新しいスポーツ、フリー・クライミングを始めようという特集がされていました。「へえ」と、何の気なしにばらばらとめくってみると、金髪のですね、外国人のかっこいいお兄ちゃんが、綺麗な岩を登って、「すごいなあ、こんなことできるんだ」って思って記事に目をやると、そこには、このスポーツは、学校でよく行われているような「誰かより速ければいい、誰かに勝てばいい」というようなものではなくて、自分の限界に向き合って自分の目標に向かって自分のゴールに向かって、自分のやり方で頑張る、そんなスポーツです、というような書かれ方がされていました。

「そっか、これ、誰かと比べられるようなものじゃないんだな」っていう風に思えて、「これなら俺にも頑張れるかも」、「面白いかも」と思って、私は、高校2年生でちょっと勇気を出して、「高校生なんですけど一人でも参加できますか？」と、雑誌に出ていたスクール案内みたいなのに電話をしました。

そうしましたところ、どうぞどうぞということで、高校2年生の夏休みに生まれて初めてこのクライミングの教室に参加することになりました。当時はまだ、先程のビデオにも出てきたような人工の壁登りというのは世の中になかったんです。今から35年前の話ですね。世の中にまだ人工の壁登りがなかったので、クライミングをするっていうのは自然の岩に行くことだったんですね。なので、高校2年生の夏休み、私は一人で、その教室に参加するために長野県の岩に行きました。

行ってみると、自然の岩の中で過ごす時間もすばらしかったし、クライミングっていうスポーツそのものも、雑誌に書かれていたように自分の目標に向かって自分で頑張るっていうそんな時間もすばらしかった。そしてもう一つ、高校2年生の私にとっては、それまでと同じように家庭と学校っていう小さなコミュニティの往復がまだ中心だった自分にとっては、自分以外は全て大人ばかりで、学校にいる友人たちも家族も誰も知らない世界ができていく感じが、自分の世界を大きく広げていってくれる感覚がありとても居心地がよく、そして魅力的な空間で、自分にとってはクライミングっていうものにまつわる全てのものが魅力で、私はこの高校2年生のクライミングとの出会いの後、一気にこのスポーツにのめり込んでいきました。

高校を出ると、大学に進むわけですね。私は京王線の下高井戸桜上水にある日大の文理学部だったんですけど、それまでのですね、小学校、中学校・高校……クライミングを始めるまで何もしてこなかった自分を取り戻すかのように、大学って、今日大学の先生方がたくさんいる前でほんとにこんな話申し訳ないんですけど寝に行くような場所で、1日に10時間アルバイトしていたんです。夕方4時から午前2時まで、週5日。お金を貯めてクライミングするっていうような感じで、大学4年間行かせてもらってたんですけど、大学の先生の名前を一人も覚えていないような酷い学生でよく卒業できたなあっていう感じなんですけど、それでも、学生時代だからこそできないことをやれた4年間だったかなあとは思いますが。やりきった感はすごくあります。とにかくバイトしてバイトしてお金を貯めて、1ヶ月っていう単位でクライミングしに行くような旅行をしたりとか。近隣の地域でも、韓国とかタイとか海外にもクライミングしに行ったりとかいうような時間を過ごしていました。

大学を出てからは私は最初旅行会社に就職をしまして、3年間ほど営業の仕事をしました。

予算を持たされてですね、毎日毎日課長に「お前予算何パーセントしか今月いってないけどどうなってるんだ」と毎日怒られて、毎朝布団のなかで「今日課長死んでないかな」ってことばかり考えるような、そんなような、大学出てから最初の社会人生活を送り、その後転職して、アウトドアの洋服を売るL. L. Beanっていう会社に入りました。

ここでは、お客さん向けのサービスの担当になって、キャンプとかカヌーとかマウンテンバイクとか山登りとか、そういうのにお客さんを連れていく仕事を一人で担当させてもらったんですよね。部署の責任者として任せてもらって、めちゃくちゃ充実した時間でした。めちゃくちゃ充実していました。

それまでの旅行会社での経験、クライミングを通じた自然の中で過ごす時間の経験なども活かしていたと思います。学生時代、今お話ししたアホみたいにバイトしていたような……私はホテルのバーでアルバイトしていたんですが、そんなサービス業のなかで過ごした時間など全てが活かしているような仕事だったんですよね。天職だと思っていました。私はこのままこの仕事を死ぬまでやり続けるんだらうなあっていう風に思っていたんですよね。

こんな頃なんですけど、アウトドアのガイドの仕事をしていましたし、クライミングを趣味にしていたので、ほぼ全ての休み、そして、仕事の多くの時間を自分で車を運転してどこかに出かけていくが多かったんですけど、運転していて、夕方とか雨の日とか、前がちょっと見えづらいなあってなんとなく感じるようになってきたんです。

ちょうど時代はですね、コンピュータが出てきて、PCがどこのオフィスにもやってきて、アウトドアの仕事をしていたって報告書や企画書を出さなきゃいけない。「俺、コンピュータの画

面なんて言うものを見る時間が増えたから目が悪くなってきたんだな」って思い始めたんです。

私は子供の頃から勉強も嫌いだった、体育も嫌いだった、でも視力だけはいつも一番下の方まで見えて、目がいいことぐらいしか自慢がないような子供だったんですよね。だから、自分が目が悪くなってくるなんてことを考えたこともなかったし、目が見えにくくなってきた、そうだ、メガネ屋に行ってメガネを作ればいいんだという風に思ってメガネ屋に足を運びました。

そうしたところ、メガネ屋の親父は、「小林さん上手く視力が測れないから病院に行ったほうがいいですよ」ということをアドバイスをしてくれて、何の気なしに私は、生まれて初めての眼鏡屋から生まれて初めての眼科に足を運びました。

すると、私の目を覗き込んだ眼科医は、私に向かって「小林さん、あなたの目は、遺伝を原因とする網膜の病気です。この病気は進行性のもので、治療方法がなく、あなたは近い将来失明します」という風に言いました。

私は最初、このお医者さんが何を言っているのか全く理解できませんでした。実際、この日だって、自分で車を運転して病院に行き、病院の先生に「失明します」と言われ、自分で車を運転して家に帰ってきました。

これは28歳のときなんですけども、最初、特に変化がなかったはずだったんですけれども、確実に確実に自分の目の中には、自分の目の前に広がってる世界は変化を起こしていきました。私はアウトドアのガイドの仕事をしていたので、一番最初に自分の目の前の世界に変化を感じたのは、色が褪せていくことでした。

自分のやっている仕事は自然のすばらしさを伝えていました。新緑の緑や、青空や青い海。紅葉の紅。そして、お客さんとキャンプをしながら焚火を囲んで満天の星空の下で過ごす時間。だんだんと星空の星も消えていきました。運転免許の書き換えもできなくなったし、大好きだった新聞や雑誌の字だって読めなくなった。人の顔だってわからなくなってきた。いったい次は何ができなくなるんだろう。そんな起きてもない悪い未来のことばかり自分の頭の中でぐるぐると回すような時間が始まっていきました。

もちろん、私が住んでいる町は東京で、もっと大きな病院に行ったら治せるんじゃないかと、大きな大学病院にも行きました。でも、どこの病院に行っても言われることは同じ。「小林さん、私もあなたがここに来る前に言われた病状っていうのは変わらないと思いますよ」と。他の病院では、「あなたの場合はまだまだ初期段階だから、そこまで心配しないでいいですよ」と。

たぶん精いっぱい自分のことを気遣って先生は言ってくれたのかもしれないけれども、私は喉元まで「誰かと比べてほしいわけではないんですよ！俺はいったいこれからどうやって生

きてったらいいんですか？」と病院の先生に訊きたかったけど、病院っていつも混んでいて、2時間も3時間も待たされてやっと自分に回ってきた診断。病院の先生が目をちらって見て、そう言い残して横向いてばちばちってパソコン叩き始めてカルテを作る。そんな時間に嫌気もさして、半ば自暴自棄になっていました。

そんな頃、私の友人が「なあコバ、うちの近くに、どうも眼科でいいところがあるらしいんだよ。お前行ってみるよ」、そんな風に声をかけてくれました。友達ってのは本当にありがたいなあってすごく思うんですけど。

私はでも、「もういいよ、どうせどこ行ったって同じなんだから」っていうような反応しか最初はしなかったんですけども、その友人に背中を押されて、病院に足を向けてみました。その病院は、確かにこれまでの大学病院などとは違っていました。今では随分あちこちで目にするようになった『ロービジョンクリニック』、もしくは『ロービジョン』っていう科目を置いているさきがけ的な病院だったんです、たまたま。

そこは、目の中を覗き込む眼科の先生だけではなくて、自分の心の声に耳を貸してくれるようなケースワーカーの先生がいるような病院だったんです。

私はそのケースワーカーの先生とお話をする機会を得て、「私は進行性の目の病気で、病気は治せなくてこれから見えなくなる、失明するって言われました。あんなこともこんなこともできなくなりました。先生、次はどんなことができなくなるんですか？ 私その日のためにどんな準備をして生きていったらいいんですか？」という風に訊いたところ、病院の先生は、「小林さん。これから何ができなくなるのか、その日のためにどんな準備して生きていったらいいのかって言われても私たちはあなたにできることは何もありませんよ。もっと大事なことがあるでしょ？ 大事なことは、あなたがこれから何ができなくなるのかではなくて、あなたが何をしたいのか、どうやって生きていきたいのかなんですよ。それがあれば私たちも周りの人も社会の仕組みもあなたのことを支えられるはずですよ。もっと自分の道を歩きなさい」という風に声をかけてくれました。

病気がわかったのが28歳のとき、この先生に出会えたのが31歳のとき。3年ほどの時間が経っていました。3年間肩にずっしりと乗っていた重い荷物をおろしてもらえるような言葉で、真っ暗闇に小さな光が見えてきたような出会いでした。

この後、この病院の先生には、「うちの病院に患者の会があるから行ってみるといいよ」と教えてもらい、顔を出してみても、私は生まれて初めて、自分以外の視覚に障害のある人たちと出会うことができました。

「小林君、焼き鳥でもちょっとつまみに行こうよ」、誘われてビールを飲みながらお話をして

みると、「やっとマッサージの資格が取れたんだ」とか「鍼やお灸をする治療院を開院したんだけど、あんなにサラリーマンの時代はうまくいっていたはずなのに、商売難しいね」なんていうことを聞きながら、いったい視覚障害者としての自分はどんな生き方があるんだろうっていうようなことを考え始めていました。

こんなとき、私はたまたま友人の結婚式に誘われて、アメリカのコロラド州を訪ねることになりました。コロラドでは、自分の友人が空港に迎えに出てくれて、こんなことを話してくれました。

「コバちゃん目の病気なんだって？ 大変だよな。知ってる？ でもね、アメリカには全盲でエヴェレストに登った人がいるんだよ」

私は、ものすごい驚きでした。視覚障害者、しかも全盲の人がエヴェレスト。あの有名な登山家たちが何人も命を落としているような世界で一番高い山に、全盲の人が登れるのだったら、それって、自分が思ってるよりも視覚障害ってのはるかに大きな可能性を持つてる生き物なんじゃないか、という風に気づかせてくれるその友人の一言でした。

私は、その友人が言っていたエヴェレストに登った人の本を購入するために、古本屋に車を走らせてくれとお願いをし、その友人は私に本をプレゼントしてくれました。画面に出ている本が、そのエヴェレストに登った人の著書、『Touch The Top Of The World』。著者の名前は、エリック ヴァイエンマイヤーといいます。

私はこの本を携えて日本に帰国をすると、すぐにネットで調べて、エリックにメールを送りました。

『私は日本に住んでる視覚障害者です。あなたと同じようにクライミングやアウトドアの世界が大好きで、今私はあなたに会ってみたいんです。あなたに会ったからって何があるかはわからないんだけど』というようなメールを送りました。一生懸命辞書で引き引き。そうしたところ、エリックから間もなくして返事が来て、『僕は遠征のないときアメリカの家まで来てくれるならいつでも君に会えるよ』というものでした。

私は喜んで、もう一度アメリカ行きの切符を手配してこのエリックに会いに行きました。会ってみると、彼は私と同年。同じ視覚障害……彼は全盲ですがけれども、クライミングやアウトドアの世界が大好き。我々が意気投合するのに時間はかかりませんでした。

私は、エリックにこんなことを尋ねてみました。

「ちょうどここに来るまで、私は16歳でクライミングっていうスポーツに出会って、28歳で「進行性の視覚障害です」という宣告を受けましたと。ただ、私は目の病気を宣告された後もクライミングをやめる理由がなかったからずうっと細々と続けてたんです。だから、この頃気づ

いてきました。「俺ができてるんだったら他の視覚障害の人にもクライミングってできるんじゃないか」って、自分もクライミングができていたんだったら他の視覚障害者にもできるんじゃないかと思うんだけど、それってどう思う？」そうすると彼は教えてくれました。

「アメリカでは、たくさんの視覚に障害のある人、そして視覚障害だけではなくて様々な障害のある人達がクライミングに向き合うことで失いかけていた自信を取り戻したり新しい可能性に気づけたりすることができてるんだよ。もし日本でまだ誰もそういうことをやっていないんだったら、それこそがコバのやる仕事なんじゃないか？」という風な声をかけてくれて、私はこのエリックとの出会いの後、日本に帰り、今のNPO法人モンキーマジックを立ち上げる準備を始めていきました。

このエリックとの出会いが2002年。そしてその2年後からですね、任意団体での、視覚に障害のある人達にクライミングを教える活動を始めて、2005年からNPO法人としての活動に移っていきます。

NPOモンキーマジックの活動の写真を何枚か持ってきました。

最初はですね、主に成人の方を対象にして自然の岩にご案内したり、人工壁でのクライミングをしたりするもの。

それから、盲学校に通っているお子さんを対象にしたような教室。そして、身体障害者手帳を持っている視覚障害者全体の7割が高齢者って言われる時代です。高齢者向けの教室も今は行ってまして、これ、頑張って登っているおじいちゃんがいると思うんですけど、この方昭和5年生まれの方で当時85歳でした。目が見えなくて耳も聞こえない『盲聾（もうろう）者』と言われる障害、二重障害のある方ですね。頑張っていらっしゃいました。

それから、国内でやっていることは海外にも持って行けるはずだと思いましたので、ちょっとした出会いもあって、アフリカのケニアの盲学校に通っている子どもたちへの教室もやりました。アフリカの子どもたちも、楽しいのかなあ、クライミング、なんて思っ行ってみたんですけど、日本となにも変わらないです。めっちゃくちゃ楽しそうにみんなクライミングをやってくれました。

最初は自分が視覚障害っていうこともあって、視覚障害者向けの教室から始めたんですけども、その後、クライミングってというのが、障害があってもなくても楽しめる、もっというと、障害があっても障害のない人たちと同じことが同じように楽しめる、だったらみんなと一緒に楽しめる場を作ることで、障害者がどんな人たちが理解してもらえるような場所作りにつながるんじゃないかということで、今は、交流型クライミングイベントっていうのも毎月やっています。高田馬場や横浜の戸塚でやっています。みなさんぜひいらしてください。

見ていただくと、背中に、色の違う名札のテープを貼っているんですね。この色は視覚に障害のある、目が見えない・見えにくい人。こっちは色は耳の聞こえない・聞こえにくい人。それからもう一つの色は、私は特に障害のない人です、っていうような色分けのシールなんですよ。見た目だけではわからないですよ。

こんな風に、いろんな障害の人たち、そして障害のない人たちがつながれる場所を「クライミング」っていうスポーツを通じて作るようにしています。大人の集まりですので、登った後みんなの距離がぐっと近くなった後は、さらにさらに仲良くなれるようにのビールが待っている場所も作っています。「目が見えないのに一人で暮らしてるの？ 買い物どうしてるの？」とか、「ご飯一人で作れるの？」とか「一人で電車に乗れるの？」とか。そんななかなか聞けないと思っていたことも、距離が近くなることで普通に会話ができるような仲間作りにつながっています。

今ではこれを全国に広げようっていうような活動にもつなげていまして、北は札幌から、南は熊本まで、全国16都市でこういう障害があってもなくても参加できるクライミングのイベントを定期的で開催しています。ちょうどまさに今頃ですね、富山県でもこのようなイベントをやっているんですけど、そのイベントの様子ですね、ちょうど一番最初の立ち上げのときの体験会の様子のビデオを今日は持ってきたので、ビデオを見ていただきたいと思います。

(動画)

○小林 視覚に障害のある参加者が多い場所だと、あんな感じで、クライミングをやってるんですよ。HKKって言ってましたけど、次に使っている、壁につけてる石ですね、あれを「ホールド」っていうんですけど、それを伝えるのに、共通の言葉を持つことで、障害のある人もない人も、視覚に障害のある人もない人もみんな一緒にクライミングが共有できるっていうような場所なんですよ。

一番最後にちょっと私が出てきて、「小林さんにとってクライミングって何ですか？」という質問を突然されて、どきどきしながら、「ちょっと考えてみると、僕にとってはクライミングは友達です」という風に答えていました。

私自身、16歳でクライミングに出会って28歳で視覚に障害がありますということで進行性の病気になりました。まさか、子どもの頃あんなに運動嫌いだったはずの自分が、クライミングの大会に出てしかも表彰台の一番上に立つなんていうことを考えてもいなかったの、人生ってのは本当に不思議だなあっていう風に思うことと、そもそもこういう大会に出てみませんかかって声がかかったのも、モンキーマジックっていう団体を始めていたおかげで、国際でこういう大会が始まるから出ませんかかっていう声掛けがあったんですね。だから、人生って本当にわ

からないし、自分が続けていてよかったなあっていう風な思いもある一方ですね、やっぱりこういう世界選手権に出て表彰台の一番上に立つっていうことはなかなか誰でもできない経験なので、すごくそこはクローズアップされるんですけども、ここまでの人生を振り返ってみて、自分にとって大事なキーワードって何だったのかなあっていう風に思うと、「プチチャレンジ」ってよくね、話をさせてもらおうんです。小さな挑戦ですよ。

世界選手権で優勝しています、表彰台の一番上に立っていますっていうことがすごく大きなこと、私もそう思います。なのでそこにすごくフォーカスが当たるんですけども、自分にとってやっぱりそこっていきなりなれたものではないのです。なので、自分にとって小さな挑戦を積み重ねていったことがたまたまここにつながる。しかも本当にそれは小さなことで、自分にとって大事な人生のターニングポイントは二つあって、一つはやっぱり16歳、高校生のときに、本屋さんでたまたま雑誌を見てパタッと閉じずに「私高校生なんですけど一人でも行けますか？」という電話を勇気を出してかけたことと、もう一つはエヴェレストに登ったエリックっていう存在を知り、そこで「ああ、こんなすげえ人いるんだ」で終わらずに「あなたに会ってみたいです」っていうメールを1通出すことで自分の人生また大きく変わっていききました。

電話をかけることやメールを出すことは誰にでもできる、そんな小さな「プチチャレンジ」だと思います。でもそれを逃してしまうことも、自分の身近に自分の近くに引き寄せることもできると思うんです。

大きな目標に近づいていくために大きな努力も必要だと思うんですけども、その前にまず足元からできる小さな「プチチャレンジ」っていうことをしていくことで大きな世界に広がっていけるんじゃないかなあという風に思います。

もう一つ、『その先は世界』っていう風にかかせてもらったんですけど、先ほどもお話したように、大会で優勝して金メダルを持ってくること、それから、私は今でも金メダルを続けて4連覇取らせてもらっているんで、そこはすごく大きな価値なんだと思うんですけども、でも自分の中では、世界チャンピオン、世界選手権で優勝して金メダルを取ること、もしかしたらそれよりも、私は「プチチャレンジ」っていうものがあっただおかげで、自分の生きている世界が広がったことの方が価値がとてつもないという風に思っています。

クライミングの世界もそう。そして、自分の続けているモンキーマジックっていう活動もそう。モンキーマジックの活動を通じて、自分の周りに笑顔があふれている、楽しい笑い声、そんなものがあふれている時間の中に自分がいられることも、「プチチャレンジ」の結果だったと思いますし、そんな世界が広がったこと。そして、自分自身のクライミングも、「小林さんと

ってクライミングって何ですか？」って訊かれたときに、「大会で優勝し続けられること」ではなくて、そんな引退のある世界のことよりも、自然の岩の中で素晴らしい時間を、私が初めてクライミングに出会ったときと同じように持ち続けられることが自分にとっての幸せで、そんな世界が今でも広がり続けていることが自分にとっては大きな幸せで生きていく原動力なんじゃないかなっていう風に思っています。

今日最後のお話なんですけれども、みなさん、「クオリティ・オブ・ライフ」っていう言葉聞かれたことあるかなあとと思います。人生の質、生活の質っていう風な日本語になるかなあと思うんですけども、多くの障害者の世界とか医療関係の場所、ウェルネス、より良く生きるなんていうような場所ではよく聞かれる言葉かと思います。

私も、自分が目が見えなくなってきた、『クオリティ・オブ・ライフの向上のために〇〇をした方が良い』なんていう話はよく聞きましたけど、「クオリティ・オブ・ライフっていうけど、どうなったらクオリティ・オブ・ライフって向上してるんですか？」って、「どういう状態がそうなんですか？」って訊いてみると「は？」みたいな感じで止まってしまって、はっきりと自分の腑に落ちる答えを返してくれる方ってほとんど出会うことができなかつたんですね。

あるとき、アメリカのインディアナ大学の先生とお話をする機会があって、その方に伺ってみました。「クオリティ・オブ・ライフってどうなったら向上してるんですか？」って、そうしたところ、その先生は「アメリカでもいろんな考え方がありますよ」と、「ただ、この五つの条件が上向いているときに初めてクオリティ・オブ・ライフは向上しているといえるんじゃないでしょうか。」と言われました。

それは何ですかって訊いてみると、まず一つ目は“Finance”（ファイナンス）、お金です。やっぱりお金がなければ生活の質が向上してるとは言いづらいですよって。二つ目は“Education”（エデュケーション）、教育です。やっぱりきちんとした教育が受けられていなければ生活の質が向上していくことができるとは言えないでしょうと。三つ目は“Environment”（エンバイロメント）、環境です。例えば、ゴミの山と一緒に暮らしているとか、犯罪多発地域に暮らしているとかいうような環境、今でしたらもう地球環境もそうですよね。様々な環境が良くなっていかなければ生活の質が向上してるとは言いにくいですよ。四つ目は“Relationship”（リレーションシップ）、関係性ですよ。例えば、友達との関係、親子の関係、職場の関係、様々なリレーションシップがあると思うんですけども、人と人との関係性がうまくいってない、崩れていけばやっぱり生活の質は良くなっているとは言えないですよ。

そしてもう一つ。“Recreation”（リクリエーション）です。「お金のことや教育、環境、そして関係性と、人と人との関係と同じ、もしかしたらそれ以上に」っておっしゃっていました。

リクリエーションっていうものがクオリティ・オブ・ライフの向上には必要です。大事です。“Recreation”って、日本語にすると、何ですかね。「余暇活動」です。余った暇と書きます。ところが、英語で見てみてください。リ・クリエーション、ですよ。リ・ハビリテーションとかっていうような言葉も出てくるように、リ・クリエーションなんですよ。Create(クリエート)。もう一度創造していくっていう、作り上げていくっていうような意味だと思います。人の生活を豊かに創造していくっていうような意味合いがリクリエーションだと思います。

人が何のために頑張ってるのか、頑張ってる仕事をするのかっていうような目的としてリクリエーションがあるんだと思います。私にとってはそれがクライミングでした。

クライミングっていうスポーツは、自分ができないと思ってしまうようなことを乗り越えていくような実感・経験ができます。何度も失敗して、やり方を変えてみたり工夫することで、持てなかった次の石に手が届いて、最終的にはゴールまで行ける。これって、人生と同じだと思います。そんなような、『見えない壁だって、越えられる』っていう経験ができる「クライミング」。私は、それを生活の真ん中に置いておくような人がもっともっと増えてくれたら嬉しいなと思って、今のモンキーマジックの活動をやらせてもらっています。

一番最後のスライドになりましたので、冒頭で携帯電話の電源を切ってくださいっていう話だったんですけども、今こそ電源を入れてください。ぜひQRコードを撮ってですね、モンキーマジックのサイトを見て帰っていただきたいなと思います。私たちの活動は、障害者のための活動ではなくてですね、社会のみなさん、学生のみなさん、先生方のための活動の場所だと思っていますので、ぜひ参加していただいてですね、そして、いろんな出会いや気づきを持って帰っていただいて、ご自身の家庭やご自身の学校やご自身の職場にも新しい風を吹かせていただきたいなっていう風に思っています。

ボランティアも積極的に募集しています。先生方、ご寄付もお待ちしております。ということで、私のお話はここまでになります。『見えない壁だって、越えられる』。ぜひみなさんいらしてください。ありがとうございました。

○加納 どうもありがとうございました。先ほどお話をさせていただきました加納でございます。本当に心に残る素晴らしいお話。ちょっと具体的なことで、立ち入ったことで恐縮なんですけれども、28歳のときに仕事をされて、少しずつ視力に障害が出るようになって3年間ぐらいもんもんとされてたという風に、かなり簡単におっしゃったんですけれども、おそらくその3年間で本当に一番大変だったんじゃないかなあと思うんですが、会社の関係とかはどういう風に対応されて乗り越えてこられたのか、もし差しさわりがなければ少し教えていただいてもいいでしょうか？

○小林 全然差しさがわからないので、ありがとうございます。私、28歳で病気がわかって、当時、お話をさせていただいたようにアウトドアのガイドの仕事をしていましたので、目が見えなくなるっていうのはもう、人の命を守れないことで、この仕事が続けられないっていうことはすぐに気づきました。会社もそれほど大きくなくて、社員の数が全部で100人いないような規模の会社だったんですけれども、最初は、配置の転換を申し出ました。素人考えで、例えば人事とか財務・経理とかいうようなことだったらできるんじゃないかと思ってですね、その辺の部署の転換の相談もしたんですけれども、私がやっていた仕事が多分に特殊だったので、代わりの社員もいなくてですね、そのままそこに置かれていたんです。それで、私はもともと独立志向が結構強かったんです。それで、自分で「こんなところにもだめだ」という風に思い始めて、それで、最初は、ハワイのビールを輸入する会社を自分で立ち上げようと思って、アメリカの会社と独占販売の契約交渉を始めてですね、会社に隠れてこそこそやっていました。それで、結構うまくいっていたんですけれども、ちょっとアクシデントがあって、だめになったのです。出資者も1,600万円ぐらいお金出してくれるところまで集まってやれそうだったんですけれども、なので、自分の目が見えなくなって仕事をどうしようっていうことよりも、目が見える見えないよりも仕事という面ではハワイのビールを輸入する会社の契約交渉がだめになったときに、「俺どうしよう、どうやって生きていこう」というような気持ちが強かったです。そのときには、会社も辞めるって言った後だったので、それは大変でした。でも、人って結構ずうっとマイナスにものを考えるわけではなくて、失敗したら失敗したで次に気持ちを切り替えるきっかけ作りをどうしていくのかっていうことが、後々にも生きる経験なんだなあっていう風に思いました。ごめんなさい、そんなのでいいでしょうか。

○加納 ありがとうございます。

○高村 他にありませんでしょうか？ せっかくのいい機会になると思いますし、もしかしたら、「プチチャレンジ」、まさにこの場で手を挙げるのがみなさんにとっての「プチチャレンジ」になるかもしれません。なかなかね、100人ぐらい入る教室だと手が挙がりにくいというのはあるかと思います。全体として特に質問・コメント等がなければ、講演会としては終了という風にしたいと思います。よろしいでしょうか？

ぜひですね、小林さんのお話のなかにもありましたけれども、みなさんにとっての「クライミングって何ですか」と。小林さんの場合はクライミングが本当に生活の中心というか、本当に大事にしているものとして存在しているということです。みなさんもぜひそういう何か、本当に大事にしたい、生きていくなかで、生活のなかで、人生のなかで大事にしたいというそういうものにぜひ出会っていただきたい。そういう意味では学生時代のタイミングでこういう

方の話を伺えたというのは、非常によい機会だったんじゃないかなと思います。

○小林 そうですね。途中でちょっとだけお話したんですけど、私、学生の頃、高校生のときにクライミングを始めて、それも大事にしてきてよかったですし、大学生のときに学校もろくに行かないでアルバイトばかりしていたけれども、3年間、もう死に物狂いでホテルのバーでアルバイトをしていて、そこでもたくさん「サービス業って何だろう」ということを学ぶ経験にもなり、旅行会社に行つての経験もそう、アウトドアの会社に行つてもそう。その歩いてきた経験一つ一つが、目が見えなくなつてからの私の人生につながっているので、今皆さんがおやりになっている、生きておられる時間一つ一つが、将来何があつても必ず活きると思うので、無駄にしないで頑張つていただきたいです。なんとなく過ぎていく時間っていうのが一番もったいないと思うので、いろいろやり切つてみていただきたいなっていうのが私の思いです。

演者プロフィール：

小林 幸一郎 氏

クライマー。

NPO 法人モンキーマジック 代表理事。

日本パラクライミング協会 副会長。

視覚障害リハビリテーション協会 理事。

中央大学保健体育研究所

公開講演会

「見えない壁だって、 越えられる」

講演者： 小林幸一郎氏

クライマー

NPO 法人モンキーマジック 代表理事

日本パラクライミング協会 副会長

視覚障害リハビリテーション協会 理事

自身も大会出場を続ける現役競技者でありながら、フリークライミングの普及を通じた視覚障害者を初めとした人々の可能性を大きく広げることを目的とした活動をモンキーマジックを通じ精力的に展開。

スクールやイベントを通じて様々な交流を生み出し、視覚障害にとどまらない障害者理解促進やその自立支援の実現を目指す。同時に多様性を認め合うことのできるより成熟した社会の実現を目指す。



パラクライミング世界選手権視覚障害クラス 四連覇中！

2019年 12月12日(木)

17:00~18:40 入場無料

中央大学多摩キャンパス

3号館 3階 3353教室

主催：中央大学保健体育研究所

(問い合わせ)中央大学保健体育研究所

042-674-3913

