

障がい者と健常者が ともに**楽しむ**める スポーツの魅力

車いすカーリング選手

中島洋治



**健常者といっしょに
ゲームができる**

清水 2006年のトリノオリンピックにおける女子カーリングチームの活躍で、注目を集めるようになったカーリング。障がい者スポーツとして、車いすのカーリングもおこなわれています。

今回は日本の車いすカーリングのトッププレイヤーであり、10年のバンクーバーパラリンピックにも出場経験のある中島洋治さんに、カーリングの魅力などについていろいろお話をうかがいたいと思います。

中島 車いすカーリングのルールは、一般のカーリングと基本的には同じです。ストーン(石)を投げて、ハウスと呼ばれる円の中心により近づけたチームが得点を得ます。氷の上をブラシでこするスウィーピングという場面をよく目にすると思いますが、車いすカーリングで

はこのスウィーピングが禁止されています。また、一般のカーリングだと男性チームと女性チームに分かれてプレーしますが、車いすカーリングは1チーム4人というのは同じでも、男女混合が条件です。

オープン大会と呼ばれる非公式な試合だと、健常者のチームと対戦できますし、健常者と障がいのある人が同じチームでプレーすることもできます。個人的には、健常者といっしょにゲームできるのが、車いすカーリングの一番の魅力かなと思います。

清水 男女混合で、しかも健常者と障がいのある人がいっしょに楽しめるスポーツって数少ないですし、すごいいですね。

考え続け、チームで挑む

清水 「氷上のチェス」と呼ばれるように、カーリング



なかじま・ようじ

1964年、長野県生まれ。2006年のトリノパラリンピック（イタリア）出場をめざして車いすカーリングの活動を開始。その年の第1回日本車椅子カーリング選手権大会で優勝し、2010年第6回大会まで連続優勝。同年にバンクーバーパラリンピック（カナダ）出場を果たす。成績は10位。各地での大会にも多数参加し、車いすカーリングの知名度・理解をひろめる。NHKスポーツフェスタ（札幌放送局）をはじめ、北海道・長野・青森・岐阜・愛知など各地で車いすカーリングの普及活動をおこなう。現在は、主に東京都在住のメンバーと新たなチーム「東京 WhC」を結成し活動中。新チームで参加した日本選手権では、2位と好スタートを切った。



インタビューー 清水竹子

東信医療生協
組合員活動部長

は頭を使うスポーツというイメージがあります。実際はいかがですか。

中島 車いすカーリングは1試合8エンドでおこなわれます。各エンドでは敵味方が交互にストーンを投げますから全部で8投、2チームですから合計16投します。基本的にエンドの最後、16投目のストーンを投げることでできる後攻の方が有利です。例えば、ハウスにストーンが1個も入っていない場合、16投目に入れたら勝ちです。だから、最終エンドである8エンド目の後攻を取るためにはどうしたらいいかと考えるんです。ルールとして、前のエンドで勝ったチームが先攻になるので、最終エンドの2回前くらいから、最終エンドにどういった作戦をとるかということも考えて、様々な駆け引きがされるわけです。

清水 ここはわざと外そう

とか、ここは相手に1点とらせて負けておこうとか。そういう頭脳戦が試合中続くわけですね。それは頭が疲れますね（笑）。

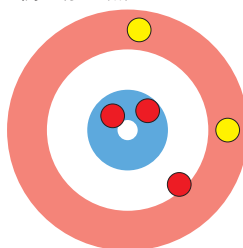
中島 車いすカーリングでは体を激しく動かして汗を

カーリングの基本的なルール

- ① 2チームで対戦（1チーム4人）し、10エンド[※]（車いすカーリングは8エンド）おこなう。
- ② 1チーム8個、計16個の石を1投ずつ交互に投げ（1人2投）、全て投げ終わった時点で1エンドが終了。
- ③ エンド終了時、ハウスの中心に1番近い石をもつチームが得点できる。

※野球でいう回のようなもの。敵味方が交互に石を投げるため、攻守は分かれていない

カーリングのハウス 例：赤3点





チーム練習で投石をする中島さん (写真中央、バンクーバーパラリンピックで)

かくということはありませんが、冷や汗はいっぱいかきます (笑)。

清水 中島さんのポジションは、スキップといって全体の作戦を考える司令塔ですね。

中島 最初に作戦を考え、チーム一丸となってそれを

遂行するために指示を出す役目です。各チームの持ち時間は68分で、試合としては2時間半くらいかかります。試合前の練習もあるのです。試合前は集中しっぱなしです。

清水 もちろん、スキップがどんなに高度な戦略を考えても、思った通りの位置

にストーンが行かない場合もありますよね。

中島 むしろ、そこがカーリングの面白いところです。投げる時に失敗をすることもありますし、氷の状況も毎日同じではありません。会場によっても違いますし、同じ試合でも最初と最後では氷の状態が変わってくるので、投げたストーンが思い通りにはならない。こうした状況を冷静に見極めながら、選手それぞれがひとつの作戦に向かって自分ができることを一生懸命にとりくむ。そして、できるだけ一番理想に近い形にもっていく。ひとつの作戦に向かって、チーム全員が同じ方向を向かないといけません。

清水 まさにチームプレー。なによりチーム内のコミュニケーションが重要になるわけですね。それは私たち医療福祉生協の事業である医療や介護の現場も同じです。

状況変化を 観察し続ける

清水 プレーをされる上で、必要な資質はありますか。

中島 必要な資質や能力は特にありません。必要になるのは、その場の判断力と決断力。カーリングは、ストーンを交互に投げていく中で、相手チームの作戦の変化や心理を読みゲームをすすめていきます。一投ごとに状況がどんどん変わっていくので、その都度、判断と決断が求められます。資質というよりメンタル面での強さが必要になりますね。

清水 チームワークを最大限に発揮するために、気をつけていらっしやることはありますか？

中島 ハウスの真ん中にストーンをぴったりと止めたり、相手チームのストーンをはじき出したり、逆に邪魔す

るストーンをちょっと押し込んだり、ショットの種類は多彩です。こうしたショットがうまく決まれば、うれしくなって選手の気分もものつてきます。もちろん、失敗した時でも下を向くより、上を向いてプレーするようにしています。そのほうがチーム全体の活気も出てきますから。選手のことをよく理解して、得意なショットができるような環境を整えたり、うまくいった時は「すごくよかったです！」と常に声をかけあっています。大切なのは「観察」することです。

清水 選手の調子も含めて、周りを観察し、ベストパフォーマンスを引き出すために心を配る。周りを見れば、次に何をやるべきかが見えてくるものですよ。

車いすカーリングとの 出会い

清水 中島さんが障がい

「再び歩くことは難しい」と告げられたとお聞きしています。

中島 そうです。病院でもう歩けないといわれたのですが、最初は歩けない自分の姿を想像できなかった。車いすの生活がどういったものかまったく知らなかったし、普段の生活で障がいのある人と接する機会もありませんでしたから。まして、自分がそうなるとは想像もしていなかった。当初はつらかったというより、漠然とした不安のほうが大きかったですね。

清水 そうした中島さんが、病院のリハビリでカーリング仲間と出会い、パラリンピックへの出場をめざすようになられます。

中島 06年のトリノパラリンピックから、車いすカーリングが正式な競技になっ

たんです。それにしようという話をもらって、集まったメンバーでチーム（信州チェアカーリングクラブ）を結成しました。

清水 車いすカーリングは、どのような気持ちで始められたのですか？ 最初から、「よし！ パラリンピックをめざしてがんばるぞ」という強い思いがあったのでしょうか。

中島 以前からスポーツはなんでもやっていたので、スポーツをすることに抵抗感はありませんでした。正直なところ最初は、海外遠征で外国へ旅行に行けるかな、くらいに思っていましたね（笑）。

清水 04年にチームを結成して、6年目の10年にバンクーバーパラリンピックに初出場されました。日本代表として世界で戦うなんてすごいですね。日々の練習は、どのようなことをさ

ているのですか？

中島 練習はとても地味ですよ。ひたすらストーンを投げ、ハウスの真ん中に止める練習だったり、ストーンを弾く練習だったり…。1日の練習は、だいたい2時間です。毎日同じことの繰り返しなのですが、練習は必要なことと思っています。週3〜4日はカーリング場に行っています。

心のバリアフリーに感動

清水 これまで海外遠征では、どういった国々へ行かれたのですか。

中島 イギリス・スウェーデン・フィンランド・スイス・チェコ、それに韓国とカナダですね。

清水 韓国も車いすカーリングが盛んなのですか？

中島 韓国は強いですよ。パラリンピックで準優勝して

いますし、国内に十数チームあり、定期的に大会も開催されています。カーリングでもっとも強いのはカナダ。カナダは圧倒的に競技人口が多く、施設もいっぱいあります。まちのゲートボール場みたいな感じで、地域ごとに大小様々なカーリング施設があるんです。子どもたちから高齢の方まで、カーリングを楽しんでいます。

清水 カーリングは年齢に関係なく楽しめる、息の長いスポーツなんですね。しかも、20代、30代の若い人が必ずしも強いというわけではなく、小さな子どもや、高齢者でも勝てる可能性があるんですね。

中島 そうです。カーリングはチーム力にあつた作戦で戦えるスポーツです。若い人は勢いのあるパワープレーができるし、年配の人はパワーがなくても作戦で若い人と戦えるのです。

清水 海外遠征に行かれて、施設のバリアフリー化などで日本との違いを感じられたことはありますか。

中島 海外へは競技大会に参加するために行っているのですが、空港からそのまま宿泊施設や競技会場へ向かうように手配されているんです。だから、ほとんどがバス移動で、あまり街中を観光することはありません。

ただ、思い出深いのは、スコットランドのグラスゴーのことです。そこはカーリングの競技会場がショッピングモールの中になりました。競



試合中、チームメイトに指示を出す中島さん（バンクーバーパラリンピックで）

技の合間にシヨップングモーターを散策していた時のこと。幼稚園ぐらいの子どもがお母さんと買い物に来ていたのかな、僕が外へ出ようとしたら、その子が先回りしてドアを開けて待っていてくれたんです。これには感動しました。日本ではこういった経験をすることがなくて、やはり教育の違いなのかなという印象を持ちましたね。海外のバリアフリーの様子はわからないですけれど、心のバリアフリーというのかな…、温かい心づかいが伝わり、本当にうれしかったです。

新チームを結成し カーリングを普及

清水 次は、14年のソチパラリンピックへの出場をめざされているんですよね。

中島 毎年、日本車椅子カーリング選手権というのがあって、その優勝チームが世界大会の出場権を得るこ

とになっています。そして、世界大会で獲得したポイントによってパラリンピック出場順位が決まる。現在、僕はバンクーバーパラリンピックに出場した時のチームを離れ、東京のチーム（東京WhC）に所属しています。この新しいチームで日本車椅子カーリング選手権に出場したのですが、残念ながら2位でした。今年11月の世界大会予選には、長野のチーム（信州チエアカーリングクラブ）が出場の予定です。

清水 中島さんがチームを変わられたのは、新しい挑戦をしたいという思いがあつたからですか。

中島 日本はカーリングチームの数もわずかで、競技人口も少ないんです。近くにカーリングができる施設がないと、プレーができませんからね。車いすカーリングに興味を持ってくれる人を、もつと増やしていきたい

と思っています。たまたま東京方面に同じ思いの人が何人かいたので、その人たちと新しいチームを結成して、日々の練習をしながら車いすカーリングの普及活動にとりくんでいます。

間口が広いのも カーリングの魅力

清水 私たちがカーリングをやりたいと思ったなら、簡単にプレーできるものなのでしょうか？

中島 初心者の方でも2時間くらい練習すれば、すぐ試合ができるようになりますよ。

清水 そうなんですか!? そんなに簡単なら、私もやってみたいですね。

中島 ぜひ、チャレンジしてみてください。カーリングの間口はとても広いんです。

清水 年齢や性別、障がいの有無も関係なく、気軽にゲーム感覚で楽しめるスポーツというのは、すごく魅力的ですね。では最後に、中島さんの今後の夢や目標をお聞かせいただけますか。

中島 やはりもう一度、パラリンピックに出たいですね。いつかまたチャンスが来ると思っているのですが、それまで日々練習を続けていくつもりです。

清水 バンクーバーパラリンピックに出場された時には、70歳を超えて現役でプレーされていたチームメイトの方もいらつしゃったそうですね。

中島 そうです。健康であれば、高齢の方でもプレーできるのがカーリングです。

清水 医療福祉生協では、健康づくり活動としてウォーキングや健康体操などにも

とりくんでいます。この冬は、組合員さんといっしょにカーリングにもチャレンジしてみたいです。その際は、中島さんのような一流アスリートに指導していただければと思います。ぜひ、よろしく願います。今日はありがとうございました。

中島洋治さんのおすすめの DVD (サイン入り) をプレゼント!

『シムソンス』

ユニバーサル・ピクチャーズ・ジャパン

(佐藤祐市監督、加藤ローサ主演のカーリングを題材にした日本映画)

本誌綴じ込みハガキにてご応募ください。

3名様

