

## パラリンピックにかける思い

vol.2 チャンスをいかす 池田樹生（17歳、愛知県在住） 2014.06.05



高校3年生の池田樹生さんは、2020年の東京パラリンピックで活躍が期待される陸上選手のひとりだ。先天性の障がいと右足の膝下と右腕の肘から先がなく右手も指が2本ない池田さんは、義足をつけて短距離を走る。池田さんが、陸上との出会い、将来の夢などを語る。

1枚の写真が、陸上への思いに火をつけた

中学3年生の夏、いつも使っている義足を修理するために、母と愛知県小牧市にある義肢製作所に行きました。義足は、体の成長にあわせて中学生ごろまでは1年に1回、その後は1年半～2年に1回作り直します。そのほか、細かな調整をしたり、修理したりする必要があります。

何度も行ったことのある義肢製作所ですが、そのときロビーに飾られている山本篤選手\*の写真が目に飛び込んできました。山本選手が走り幅跳びで、踏み切る瞬間をとらえた写真でした。それを見て、「自分にも陸上ができる」という思いがわいてきたんです。

\*北京パラリンピック・走り幅跳びで銀メダルを獲得。短距離選手でもある。

小さい頃から、体を動かすことが好きでしたが、陸上は無理だと諦めていたところがありました。

だから、小学生のときには地域のチームでサッカーをやっていました。ボールを義足でも蹴っていたので、あるとき壊れてしまいました。生活用の義足には補助金が出るんですが、100万円以上もする高価なものだし、新しく作るのにも修理するのにも時間がかかります。それで、サッカーを続けるのは無理だと思って、中学校ではバスケ（バスケットボール）部に入りました。

バスケも大好きでしたが、山本選手の写真を見て「自分も陸上をやりたい」という気持ちが抑えられなくなりました。ちょうどその頃、同級生の親友が高跳びで全国大会に出場したり、韓国・大邱で開催された世界陸上選手権に、両足義足のオスカー・ピストリウス選手が南アフリカ代表で出場して話題になったりしていたことも刺激になったのかもしれません。

夏の大会が終わると、たいてい中学3年生は高校受験のため部活動を引退します。ぼくもバスケ部は引退しましたが、先生に頼んで陸上部でいっしょに練習させてもらいました。あのとき陸上を始めるとよかったです。そうでなければ、記録の伸び方がもっと遅かったでしょうから。



## 陸上部に入る

スポーツについて学びたいと思って、三好高校スポーツ科に進学しました。もちろん陸上部に入りました。みんなは「何だ、あいつは？」「義足で陸上ができるのか」と思っていたらと思えます。

陸上部に入ってからすぐに、ぼくは「パラリンピックに出たい」と言っていました。それに対して、「こいつ、大口叩きやがって」「冗談だろう」と思われていたと思います。でも、「本当にパラリンピックに出る選手になってやる」という気持ちが強くなりました。

とはいっても、最初はまったく走れなかったんで、顧問の先生に「半年間、時間をください」と頼んで、一人で練習をしていました。1年生のときは、仲間を応援するだけで、試合には全く出られなくて寂しかったし、悔しかったですね。

「パラリンピックに出たい」という気持ちは消えてませんでしたけど、他人からみたら、「口だけ」じゃないですか。モチベーションを保つのは難しかったです。陸上を辞めたいと思ったこともありました。3年生の先輩に「陸上、辞めたいです」と話したら、「ここが踏ん張り時だから、頑張れ」と言われて、それで諦めずに続けられたように思います。

高校には自転車で通う。30分ほどの道のりもう慣れた。



陸上部では、健常者の部員と一緒に練習をしています。練習メニューは先生が決めるのですが、  
ぼくにできない練習は内容をかえてやっています。それでも、練習メニューを全部はこなせないこ  
ともあります。

もっと走りたいと思っても身体がついていけないんです。負けず嫌いなので、「あいつがやっ  
て、自分ができない」っていうのが悔しいです。以前は練習をしすぎて、走っているときの摩擦で  
膝の皮がはがれたり、膝にうみができたことがあります。だから今は冷静に考えるようになりました。  
た。

高校2年生になって顧問の先生が代わりました。小野田先生は自分も陸上をずっとされていたこと  
もあって具体的なアドバイスをいろいろとくれます。例えば、お尻の横の筋肉を鍛えたいのでどう  
したらいいですか？と質問すると、チューブを使ったトレーニングの方法を教えてくださいまし  
ます。以前から、健常者の大会に生活用の義足で出場していたのですが、障がい者の選手を対象に  
した大会を探してくれたり、日本身体障害者陸上連盟の選手登録をしてくださいました。それで、  
2013年6月の身体日本障害者選手権に出場することができました。

そこにつながったのも、1年生のときの踏ん張りがあったからだと思っています。



みんなが倒立をしている横で、腕立て伏せをする。



競技用の義足を使い始めたのは、高校2年生の夏です。その年の春に、中京大学のグラウンドで練習する機会がありました。中京大学の陸上部で活躍していて、ぼくの憧れの佐藤圭太さん（ロンдонパラリンピック陸上日本代表選手）が、「競技用の義足を履いたほうがいいよ」とアドバイスをくれて、東京にいる義肢装具士の沖野敦郎さんを紹介してくれました。沖野さんは競技用の義足を多く手がけられています。

競技用の義足には補助金ができません。全部自費になります。でもこれから陸上でやっていくにはどうしても必要だと思って、両親に頼み込んで了承してもらいました。義足の型どりをしたあとも、細かい調整をするために、完成するまでに東京に3回ぐらい行きました。

競技用の義足を使うようになってから、以前よりも長い距離を走ることができるようになりました。最初はバネが強く感じられて、体が左右に振られていましたが、最近ようやく一つの走りにまとまってきた気がします。

走るときに意識しているのは、義足を体の前に出すことです。ロンドンパラリンピックで100m金メダリストのイギリス代表ジョニー・ピーコック選手は体の前で義足を動かす走り、圧倒的なパワーがあります。ピーコック選手の走りを何度も動画で見て、自分が走るときにその走り方を頭のなかでイメージしています。

활동1) 밑줄 친 단어들은 일본의 동사이다. 각 동사가 몇 류에 해당하는지 분류해봅시다~♡

1류 동사	2류 동사	3류 동사

활동2) 자신이 알고 있는 단어를 찾아 색깔 펜으로 동그라미 쳐 주세요~~😊

☆☆☆ 여러분의 의견을 들려주세요~~ ☆☆☆

설문1) Click Nippon 을 이용해 수업해본 느낌이 어때요?

설문2) Click Nippon에서 개선했으면 좋겠다고 생각되는 부분은?

설문3) 일본 사이트를 활용한 수업의 장점은?

설문4) 일본 사이트를 활용한 수업의 단점은?

\*\* 우리 예쁜이들~ 수업에 참여해줘서 고마워요!! 난 너희가 진짜진짜 좋다 >\_< 알지? 께아 ♡ \*\*