

# 車いすから見る風景

日常的に車いすで生活していると、道路は決して平 坦ではなく、起伏や段差に満ちていることがわかります。 路面環境も千差万別。車いすでの走行は、歩道と車道 のつなぎ目のちょっとした溝に車輪がはまって転倒につ ながるといった危険性と常に隣り合わせです。

一方で、車いすからの目線だからこそ、出合える風景や思いがけない発見がたくさんあります。自動車や自転車だと気づかずに通り過ぎてしまうような、美しい風景やその地域ならではの暮らしぶりを身近に感じられるのが、車いすの旅の楽しいところ。そして何よりも、この車いすでの日本一周という挑戦を応援してくれる全国各地の人



たちとのつながりが、私にとってのかけがえのない財産に なっています。

私のモットーは「やりたいことは、やらなきゃ損」。競技用ではなく、生活用の車いすの使用にこだわっているのも、障がいのある子どもたちがさまざまなチャレンジをしやすくなる環境づくりを目指しているからです。私の挑戦を見て、車いすでもスポーツが楽しめることを知ってもらえたら、何よりもうれしいですね。

## 不慮の事故からの復活

さて、ここでは私が車いす生活を送ることになった経 緯について、少しお話ししたいと思います。

シングルマザーとして、仕事を掛け持ちしながら、子育 てに奮闘していた2009年のクリスマス。私は子どもたち へのプレゼントを積んだ自動車を運転して、家路を急い でいました。そして赤信号で停車していたところ、後方か ら追突されてしまったのです。

当初は動揺していたせいか、痛みを感じなかったので、そのまま帰宅。翌日、病院で診察を受けたのですが、その日の夜になって、首の辺りに激痛が走り、容態が急変。緊急入院することになり、そこから3日間、意識を失っていました。

診断は頚椎の損傷。5カ月の入院を余儀なくされ、左





半身まひの症状が残ることなりました。治療・リハビリをすれば、以前と同じ生活に戻れるものと思い込んでいた私は、その見込みがほとんどないことを知らされて、がくぜんとしました。

当時、私は37歳で、長女の岬は中学1年生、長男の港は小学3年生。これから子どもたちとどうやって暮らしていけばいいのか――突然の不幸と将来への絶望で途方に暮れました。そこからの1年間はとにかく自宅に引きこもり、ふさぎ込むばかりの日々でした。

この暗黒時代から社会復帰するきっかけになったのは、介助犬のファーガスとの出合いでした。ラブラドールのファーガスと一緒に暮らすことで、少しずつ前向きな姿勢を取り戻すことができたのです。

## 家族の存在がきっかけに

私が日本一周にチャレンジしようと思い立った動機には、亡くなった父の存在が大きく影響しています。両手に障がいを抱えていた父でしたが、登山が趣味で、ヒマラヤやモンブランを踏破するような人でした。当時の日記を読むと、少ない予算の中で、自分で道具を工夫する様子などが克明に記されていました。そんな生前の父の姿は新たな発見でしたし、障がいも資金不足も言い訳にはならないんだな、と考えを改めることにもなりました。

それまでは「子どもが小さいから」とか、「経済的に余裕がないから」とか、「女だから」とか、そんな言い訳ばかりで、やりたいことを取り組まずに過ごしてきました。でも「これからは言い訳せずにやりたいことに挑戦していこう!」と吹っ切れたのです。

ただし、私の車いすは福祉用具という扱いで、歩道と路側帯以外は走行できないこともあり、コースを先回りして支援してくれるサポートカーの存在は欠かせません。2021年に沖縄、2022年に四国、2023年に九州一周を達成しましたが、二人の子どもたちをはじめ、SNSやテレビ番組を通じて縁がつながった人たちの手厚いサポートがあったからこそ実現できました。

沖縄では356km、四国は868km、九州では1,075km を走破しました。1日の平均走行距離は約40kmで、基本はテント泊。チャレンジ中は車いすのメンテナンスも自ら行っています。

普段は家の周辺で10~20km程度の走行練習が日課に。こうした私の活動を知った方々からは「すごい!」と仰っていただく機会が多いんですが、実は私自身はそんなに大層なことだとは思っていません。自分の意志で車いすをこいでいるだけ。ただ、さまざまな障がいを抱えた子や何らかの理由で登校拒否になってしまった子、その親御さんたちをはじめ、全国各地の方々からお手紙やメッセージをもらうことが増え、そんなみなさんとの交流が充実感につながっているのは確かです。

本州を車いすで走っていて県境に差し掛かると、看板を見なくても「ああ、ここから次の県に入ったな」とわかります。県によって維持や整備の具合に差があって、路面のコンディションが変わるのです。

一方で挑戦を終えて、フェリーで小樽港に着き、車で 国道5号に出ると、北海道の道幅の広さに驚かされま す。普段の生活ではなかなか気づきませんが、その 広々とした道を見るたびに「北海道に帰ってきた!」と 実感して、毎回感動するんですよ。

#### 中 環 (なか・たまき)

#### profile

1972年北海道札幌市生まれ。2021年から 「TRY withファーガス~車いすで日本一周を目 指すチャレンジ」をスタート。これまでに沖縄一周、 四国一周、九州一周を達成し、2024年10月には 中国地方一周に挑戦。日々の活動の様子は、 Facebook"TRY with Fargus"やInstagram "naka\_tamaki"などのSNSで報告しているほか、 プロジェクトのオフィシャルサイト「TRY withファ ーガス」(https://trywithfargus.spo-sta.com)」 では、スポンサー募集や活動資金の寄付を受付中。

今回のエッセイ掲載にあたりご協力いただいた、 HBC北海道放送「今日ドキッ!」で紹介された動画 を右記の二次元バーコードから視聴できます。→

