



ブラインドランナーの走りに光を！

県内の視覚障がい者ランナーに寄り添う伴走者を育成する目的で立ち上げた「紀の国ブラインドランナーズ」の代表の松林正樹さんに、経緯と今後の活動についてお聞きしました。

立ち上げの経緯

松林さんは、10年前に神戸でのフルマラソンを完走したあと伴走者を志し、大阪の伴走者グループの練習会に参加するようにになりました。そこで和歌山から大阪に通ってマラソンに参加している全盲の方と出会ったのですが、「和歌山では全盲のランナーが走る環境が整っていないので大阪に通っている」ということでした。

松林さんは、和歌山でその方のマラソンの支援をしたいという思いで、その方の伴走者になって練習をスタート。松林さんは、伴走者になってくれそうな方に声をかけながら、視覚障がいがあっても走りたいという方も募集し、まず8名がリレーマラソンに参加してくれました。

その後、県内の伴走者を本格的に育成する必要を感じ、「紀の国



ブラインドランナーズを2018年12月に立ち上げました。現在、伴走者はウオーキングの方も含めて13名おり、女性の伴走者も多数在籍しています。

「絆」がランナーと伴走者をつなぐ

「絆」というロープを握り合って走るブラインドマラソン。伴走していきにくいのは、曲がったり坂道に差しかかたりといった道路の状況や道沿いの様子などを簡潔にランナーへ伝達するところだといいます。



また、一番重要なのは安心してランナーに走ってもらうことです。大会ではランナーのモチベーションを維持することも重要。そこで声を工夫して、力を合わせて二人で完走した時は、言葉では言い表せない感動があるそうです。日々の練習も厳しいプログラムを組んでいるからこそ、二人でゴールを目指します。一方、伴走者のリタイアはランナーのリタイアにつながります。また、伴走者には記録が残りますが、こうしたことを理解の上で、2人で力を合わせて完走した喜びは何事にも代えられません。

「絆」がランナーと伴走者をつなぐ。また、一番重要なのは安心してランナーに走ってもらうことです。大会ではランナーのモチベーションを維持することも重要。そこで声を工夫して、力を合わせて二人で完走した時は、言葉では言い表せない感動があるそうです。日々の練習も厳しいプログラムを組んでいるからこそ、二人でゴールを目指します。一方、伴走者のリタイアはランナーのリタイアにつながります。また、伴走者には記録が残りますが、こうしたことを理解の上で、2人で力を合わせて完走した喜びは何事にも代えられません。

一緒に伴走、伴走しましょう

走るコースは長距離から短距離まで多数あり、伴走者は自分の実力に合った距離を選ぶ

ブラインドマラソンがある日常の生活へ

松林さんは、ブラインドマラソンが日常の生活になるようにしたいと考えています。フ

松林さんは、マラソンやウオーキング以外の活動にも、視覚以外の障がいのある人にも広めていきたいと考えています。直近では「足こぎ車椅子」や「タンDEM自転車」を利用する方に裾野を広げていく計画です。これからは必要とされる方に寄り添いながら信頼関係を構築し、そして伴走が日常の生活の中で見られる光景にしていきたい、と力強く語ってくれました。

(森下和紀)



紀の国ブラインドランナーズ
<https://www.facebook.com/kinokuniblindrunners>
【写真提供：紀の国ブラインドランナーズ】
上：ランナーと伴奏者、全員でゴール！
右上：伴走の様子。2人の間には「絆」と呼ばれるロープが。
右下：和歌山を代表するトップランナー

みなさんの「地域を元気にする」活動を応援します！ 和歌山県 NPO サポートセンターをご利用ください

和歌山ビッグ愛9階にある和歌山県 NPO サポートセンターは、県民のみなさまの公益的な活動を総合的に応援する施設です。ご利用をお待ちしています！



カラー印刷機
ポスタープリンタ

どちらも利用団体登録が必要です。なお、公益性のある取り組みに関する印刷に限らせていただいております。



ご利用いただける団体

和歌山県内で NPO 法人、NPO・ボランティア団体、公益社団・公益財団法人、一般社団・財団法人などの組織形態で、公益性のある活動をおこなっている団体。
※ご相談や情報収集は個人・企業の方でもご利用いただけます。

ご相談

- ▶ NPO 法人の設立・運営（定款変更や事業報告、役員変更等）にまつわる実務
 - ▶ NPO・ボランティア団体の運営実務
 - ▶ 企業の社会貢献活動等のパートナーとしての NPO 法人等のマッチングなど
- ※ご相談は、窓口・メール・オンライン等で承っています。来所の場合はご予約ください。

情報収集・発信

- ▶ NPO・ボランティア団体のイベント情報の収集と発信
- ▶ 助成金をはじめとした各種支援情報の収集と発信
- ▶ 法律で定められた NPO 法人の情報公開資料（事業報告書等）の閲覧・縦覧
- ▶ NPO 等に関する書籍貸し出し等

各種事務機器

カラー印刷機、ポスタープリンタ、パソコンなどをご利用いただけます（一部機器を除き、実費負担が必要です）。

会議室

会議室を無料でご利用いただけます。
※会議室は和歌山県ジェンダー平等推進センター「りいぶる」、和歌山県青少年活動センターとの共用で、申込み受付と管理はジェンダー平等推進センターが担当しています。

情報ブログ・メールマガジン

当センターに届いたイベント情報や助成金等の活動支援情報はブログ、メールマガジンで発信しています。



イベント情報



助成金等情報

メルマガ配信登録はこちらから



和歌山県 NPO サポートセンター

和歌山市手平 2-1-2 和歌山ビッグ愛 9 階
受付時間 9:00 ~ 20:50 (日曜は 17:30)
休館日：月曜・祝祭日・年末年始
TEL 073-435-5424 FAX 073-435-5425
E-mail info@wakayama-npo.jp
わかやま NPO 広場 <https://www.wakayama-npo.jp/>

和歌山市 NPO・ボランティア推進協議会だより

こども落語ワークショップ特別編

日程 6月8日(土)
7月13日(土)
各 13:30 ~ 15:00
場所 和歌山県立図書館
文化情報センター
ふれあいルーム
講師 笑福亭呂好師さん
内容 落語の所作、小話、太鼓などを学びます
対象 小、中学生とその保護者
定員 20人・申込必要
参加費 500円(資料代)
主催 わかやま楽落会
090-9864-1344
katoku0716@outlook.jp
同協議会に参加している団体のイベント情報を不定期にお届けしています。