



障がいにも悩む誰かや
社会が変わる
きっかけになるのなら、
ありのままの自分で、
選手として生きていく



パラトライアスロン
(PTS2)*
はた 由加子さん

千葉に生まれ、現在も県内の
会社で経理の仕事が続けなが
ら東京パラリンピック出場を目
指し、練習の日々に明け暮れる
秦由加子さん。義足アスリー
トとしての想い、東京パラに向
けての目標、そしてこれからの
社会への期待を語っていただき
ました。

◆ 体育の授業は全部見学
スポーツとは無縁の学生時代

3歳から小学4年まで地元のスイミングスクールの選手コースに通っていました。中学受験をきっかけにスクールをやめ、中学1年の時に骨肉腫になり足を切断することに。それから大人になるまで一切スポーツはしていません。中学、高校の体育の授業は全部見学でしたし、体育祭も全部欠席。どこか義足であることを後ろめたく感じていたので、仲の良い友達以外には義足であることを隠して生活していました。

水泳を再開したのは、社会人になって自分の時間ができてから。実は、夢を見るぐらい水泳はずっと好きだったので、海外ではたまに泳ぐこともありました。でも、ジムでも周囲の目が気になってプールサイドぎりぎりまでバスタオルを巻いているような



状態。そんなストレスもあって早々に切り上げ、満
足には泳げていませんでした。

◆ **たくさんの人との出会いで
障がいを受け入れられる自分に**

人目を気にする自分が嫌。でも変われないことに
歯がゆさを感じていた頃、たまたまインターネット
で障がい者水泳チーム「千葉ミラクルズ」の募集を
見たんです。それが今も一緒に競泳をやっている仲間
で、私が初めて知り合った障がい者たちでした。障
がい者であることを隠さず堂々と生き、できること
にチャレンジして、活動の幅を広げている彼らの姿は
本当に衝撃的でした。「私もこんなふうになりたい」
と180度考えが変わった瞬間でした。そこからは
コーチと一緒に6時から朝練習をし、仕事帰りにまた
練習という日々。泳げることが純粹に楽しかったし、
どんどん自分が変わることが実感でき、義足である
ことを心から受け入れられた時期でもありました。

その後、ロンドンパラへ競泳で出場できなかったこ
とをきっかけに、パラトライアスロンへ転向し、リオ
を目指しました。ところが、実際には足を切断して
から一度も走ったことがない上、ラン用の義足ソレッ
トが足に食い込むたびに流血し、1年半はただ痛い
だけの練習が続くという苦しみもありました。しか
し、自然と一体になれる水泳、風を切る感覚が味わ
えるバイク、キツさを乗り越えた後の、ランの達成
感もまた格別なものに変わっていききました。

その後、念願のリオへの出場が叶い、今、表彰台
の上で皆さんにお礼を言うことを目標に、東京パラ
リンピックを目指します。

◆ **義足のまま表参道も平気
コンプレックスをプラスにして欲しい**

パラ出場をきっかけに、小中学校で講演をさせて
いただく機会も増えました。義足に関して遠慮なく
ガンガン質問攻めにしてきたり、子供たちは本当に
素直（笑）。でも、このように興味を持てる環境はと
ても大切だと思えます。例えば、銭湯で子どもがじつ
と私の足を不思議そうに見つめていると、たいてい
日本の親御さんは「見ちゃダメよ（ごめんなさいね）」
と配慮をしてくださるのですが、子どもたちの気持
ちが曖昧なままだとするともつたいないと思うん
です。そんな時アメリカではほぼ100%、「あれって
すごくクールなんだよ」と言ってる障がいについて説明
してくれれます。

実は私、トライアスロンを始めてから義足の周り
のカラーをとったんです。近所のスーパーにも表参道
にも短パンやスカートを履いてそのまま出かけます。
以前の私からは考えられない変化ですけど、自分が
オープンになることで、一人でも障がい者や障がい

読者プレゼント



サイン色紙…… 3名様

応募方法は、医師会インフォメーション
をご覧ください。

■ 秦 由加子 (はた ゆかこ): 生年月日:
1981年4月10日 / 所属: マーズフラッ
グ・稲毛インター / 優勝歴: ASTCパラ
トライアスロンアジア選手権2連覇 (2016年
廿日市・2017年スービックベイ)・ITU世界
パラトライアスロンイベント横浜大会2連覇
(2014年・2015年)

対する意識が変わるきっかけになれば嬉しいです。
東京パラリンピック開催は、社会が変わるチャン
ス。その中で「義足を見せて生活する選手でいる」
ことは、私にできる唯一のことです。障がいの有無
に関わらず、コンプレックスに悩んでいる人がいれ
ば、「もつと楽しい世界はあるよ」と伝えていきたい。
そして「一人が変われば社会も変わる」その想いで
競技を続けていきたいと思えます。

