

障がい者チャレンジ応援プロジェクト

福岡マラソンでは障がいの有無に関わらず、誰もが安心して福岡マラソンへの出場にチャレンジできる環境を整えるため、以下の取り組みを行っております。

視覚障がい者のファンランへのチャレンジを応援

本プロジェクトは、視覚障がい者がランニングにチャレンジするきっかけとなるよう、福岡マラソンのファンランに初挑戦する視覚障がい者ランナー（ブラインドランナー）を大濠公園ブラインドランナーズクラブ（OBRC）と連携し、練習会の開催や伴走者の紹介を行うものです。

◆連携団体◆ 大濠公園ブラインドランナーズクラブ（OBRC）の紹介

大濠公園ブラインドランナーズクラブ（OBRC）は2007年4月から活動している任意の団体です。現在、会員はブラインド（視覚障がい者）約50名、サポーター（伴走者）約150名。10代から70歳代まで参加されており、会を通じて世代を超えた交流が行われています。

毎月第1土曜日は大濠公園（福岡市中央区）、第3日曜日は春日公園（福岡県春日市）にて午前9時30分から2時間程度定例会（練習会）を開催しています。

OBRCのホームページはこちら

<https://obrc.club>

大濠公園での定例会（練習会）の様子



① まずは、受付をして



◇マッチングボード◇



② ブラインドランナーの希望・体力に合わせてサポーターをマッチングし、ペアを決める。

伴走者の準備

初めての伴走参加者には、
声掛けの仕方や
伴走時の腕の振り方、
足の出し方など、
丁寧にレクチャーを行います。



伴走者は、
「伴走者ビブス」を
着用します。

「絆(きずな)」について

ブラインドランナーと伴走者は、
「絆(きずな)」の愛称で
呼ばれるロープを握って走ります。



長さ・太さを調整し、自分に合ったものを使う



“絆(きずな)”で気持ちも繋がる

実際に大濠公園を走っている様子



伴走者は、常に周囲にも気を配ります。



伴走中は、楽しく弾む会話も楽しみのひとつです。



定例会参加者の声



ブラインドランナー松永さんのコメント

“走り始めて未来が広がった！”

日頃は杖を使っているのですが、杖を使わず全身を動かして走れることが楽しい。

普段は、一般の方と会話をするのはあまりないが、サポーターと走りながら、おすすめのお店など色々な話をするので気持ちも元気になります。

最初は「して貰っている」という意識だったけれど、お互いが支えあい、高めあえていることを感じられるようになってからは、頑張っ

て練習していこうという意欲につながりました。大会に出場するためには、素直に自分の気持ちを伝えることができるほど、伴走者と気心が知れていることが大切です。

家に引きこもっていた頃や、OBRCに参加を始めた10年前は大濠公園を1周も走れなかった自分が、今年

は福岡マラソン2022のマラソンにエントリーしました。大濠公園は平らな道なので安心して走れるけれど、公園の外は全く違うので、往復の道のりや着替え、受付などは仲間にサポートをしてもらっています。

OBRCに参加するようになって、自分の生活が豊かになったので、みんなにも伝えたいです。



松永さん

サポーター縣さんのコメント

“伴走は相手が命を預けるようなもの”

伴走者は、ブラインドランナーの目の代わりであり、伴走者がレースをリードして引っ張るわけではない。

視覚障がい者の方が気持ちよく走ることができるように、丁寧に情報を伝えることが大切。

伴走は相手次第でもある。

スピードや絆(ロープ)を張ったり緩めたりとの持ち方が人によって違うので、お互いに情報交換が必要。

コミュニケーションをしっかりとることで相手を知り、ブラインドランナーの信頼を勝ち得ると、いい伴走ができる。

ブラインドランナーは命を預けるようなものだと思うので、伝え・伝えられ、まずは信頼をもらうことが大事。

技術面だけでなく、互いに信頼を高め合うコミュニケーションも大事にしている。



縣さん

大濠公園をよくする会のメンバーとしての活動

OBRCでは、大濠公園をよくする会のメンバーとしての活動で、例年、6月に公園内のOBRC担当花壇に花の種を植えています。2022年は、ひまわりの種でした。



どなたでも花の水やりができるように、大濠公園管理事務所の方が、花壇横のポリバケツに水を用意してくれています。



視覚障がい者の方は、土に刺してある割りばしを頼りに、ペットボトルで土に穴をあけ、種を植えます。

【サポーター長野さんのコメント】

この取り組みは今回で5回目。ブラインドランナーの方は、咲いている花の様子は見ることはできないけれど、花が咲いたときに触ってもらえると感動される。

大濠公園に来て走らなくても、自分たちで植えた花の成長を見て、触れて感じる楽しみができると思う。

