

人のとなりに

やまもと
山本
りん
凜さん

12月にサウジアラビアのリヤドで開催されるドッジボールアジア大会。
今回はドッジボール日本代表に初選出された本市出身の若き選手
の思いに寄り添います。



※正式名称は2023 Asian Championships Riyadhです。

「人のとなりに」とは…
文字通り、その人の隣にいて、思いに寄り添うことや人柄を表す言葉「人となり」をイメージしたコーナーで、人物や活動の紹介だけでなく、その人の思いにスポットを当てることを目的としています。

ドッジボール競技との出会い

「ドッジボールを競技として始める前は、休み時間に校庭で遊んでいました」と話すのは、12月にサウジアラビアで開催される※ドッジボールアジア大会の日本代表に初選出された山本凜さん。本市のクラブチーム「可愛赤ずきん」で本格的に競技として始めたのは小学3年生の頃だったそうです。「小学1年生の頃、同級生からの勧誘があったが、徐々に友達が始めたことをきっかけに自分もめり込んでいった」と言います。そのクラブチームで、全国大会にも出場しました。

一度競技と離れて

中学・高校時代は、陸上部に所属しており、中学時代には、ターボジャブ(ロケット型の用具)の投げた距離を競うジャベリックスローという種目でジュニアオリンピックに出場した経験もあります。高校3年生の時、霧島市のクラブチームで再びドッジボールを始め、毎日学校から直接練習に通っていたそうです。現在は、霧島ホークス(霧島市)とバンジীগム(大阪府)の両チームに在籍しています。「ドッジボールは相手にボールを当てたときが楽しい。チームで気持ちを共有できるので、チー

ム内でのコミュニケーションが大切」と話します。

今回、山本さんが日本代表に選出されたのは、男女混合のマルチボールという種目です。マルチボールとは、5つのボールを用い、6人ずつのチームで行うドッジボール競技の1つです。山本さんがマルチボールと出会ったのは約1年半前。それまでは、存在すら知らなかった。「大阪でいろいろなチームと練習試合を行ったところ、対戦相手にマルチボールの日本代表のベテラン選手がいて初めて知った。翌年に日本代表の選考会があると知ったので、マルチボールもやってみようと思った」と話します。よけ方や投げるタイミングを考えながら、頭を使ってプレーすることが多いようです。

背番号が導く縁

山本さんが日本代表の試合で着用する背番号は「19」。日本代表選考会で好きな選手を聞かれ、「以前、日本代表だったお世話になっている選手の名前を伝えるとき、偶然にも今回の自分の背番号がその方が着用していたのと同じでした」と教えてくれました。また、「いつも応援してくれている伯父の誕生日が1月9日なので、何か縁があるの

かも」と話します。

現在、専門学校でスポーツ指導や身体の仕組みなどについて学ぶ山本さん。将来の夢はスポーツトレーナーや鍼灸師。プロチームの専属としても活躍したいそうです。「自分ががをしていたときに、通っていた整骨院の先生にお世話になった。その経験から、自分もがで困っている人を助きたい」と将来の夢を話してくれました。

アジア大会に向けて

今回アジア大会が開催されるサウジアラビアのリヤドは、山本さんにとって初めての海外渡航先になります。「環境が違うので、調子を崩さないように食事面などで体調管理に気を付けたい。大会で優勝して、ドッジボールの知名度を上げ、盛り上げていきたい」と話します。



▲可愛赤ずきんでプレーする山本さん

「ふんふんの病」を抱える方の地域での生活をみんなで支えましょう

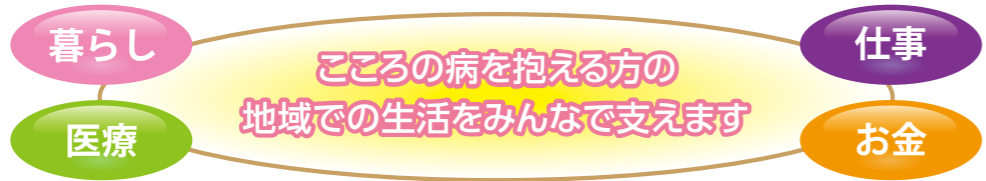
●「ふんふんの病」は誰にでも起こり得る病気

「ふんふんの病(精神疾患)」とは、脳に何らかの変化が起こったり、脳の働きが損なわれたりすることにより、さまざまな精神症状、身体症状、行動の変化がみられる状態です。風邪をひいて熱が出るように、決して特別なものではありません。家族や友人、同僚など、周囲の方が「いつもと違うな」と感じたときは、早めに声を掛け、サポートできる体制を作りましょう。

●地域で生活するためのサポート体制

本市では、こころの病を抱えながら地域で生活する方を支えるための相談窓口を設けています。当事者、家族、周囲の方たち、ご自宅でも相談できます。また、地域の皆さまへの講演などの普及啓発活動についてもぜひご相談ください。

地域で生活するためのサポート体制～こころのサポート相談～



●自立した生活を送るためのサポート
【訪問介護～ヘルパー～】生活するための家事などを一緒にに行い、練習をします。
【グループホーム】グループホームで共同生活をしながら、自立した生活ができるよう経験を積みまます。
【居住支援法人】1人暮らしをする際の家探しの手伝いや、保証人の相談を受けまます。

●仕事を探す方へのいろいろな相談や支援を行う場所
【ハローワーク/ほくさつ障害者就業・生活支援センター】一般の企業に障害者雇用枠などで就職したい場合、紹介や調整をします。
【就労移行支援、就労継続支援事業所】一般の企業に就職する前に、障害福祉サービス事業所で働く準備や経験ができます。
【精神科医療機関デイケア・地域活動支援センター】働くことに向けて、まずは日中のリズムを整えるなど、社会復帰への支援を行います。

●病院と自宅などでの生活の懸け橋
【精神科訪問看護】薬の飲み方を一緒に確認したり、病院と連絡を取るなど、自宅などでの生活を支援します。家族からの相談にも応じます。
【地域移行・相談支援事業所】病院から退院して、自宅などへ帰る際のさまざまな相談に応じ、調整を行います。

●生活するための経済的な支援(条件に当てはまる方が利用できます)
【年金事務所】障害により生活に支障がある方への年金制度(障害者年金)について、相談に応じます。
【医療機関、市役所】精神科医療機関へ通院している方への医療費を助成する制度があります。(自立支援医療)
【市役所・精神保健福祉センター】障害に応じて手帳の取得もできます。手帳の程度に応じて税の助成などの制度が使えます。(障害者手帳)

●治療だけでなく、病院でもさまざまな相談に応じます
引きこもっている家族の治療が必要なのか診断してほしい、どう接したらいいかわからないなどの相談に応じます。
【精神科医療機関】精神保健福祉士やメディカルソーシャルワーカー、外来看護師がさまざまな相談に応じたり、診療につないだり、必要な窓口を紹介します。

●お金の管理が一人では心配…という場合のサポート
【権利擁護センター】成年後見制度、日常生活自立支援事業について、相談に応じます。

問合せ先/本庁障害福祉課
支援G(内線2134)

主要な相談窓口		名称	電話番号	対応時間
行政	市	薩摩川内市役所 障害福祉課	(23) 5111	月～金
	県	川薩保健所	(23) 3166	8:30～17:15
		精神保健福祉センター	099 (218) 4755	(祝日・年末年始を除く)
総合相談	障害者基幹相談支援センター	えの可愛会(宮内町2633)	(22) 0112	月～金
		サニーサイド(中郷町4708-1)	(24) 0331	8:30～17:30
		えん縁joy(水引町3247-1)	(26) 2463	月～金 8:00～17:00
		つくし園(永利町4107-16)	(24) 2385	月～金 8:30～17:15

毎年10月10日は世界メンタルヘルスデー(国際記念日)です。

▲市ホームページ こころのサポート相談窓口連絡先