

立正大学 パラアスリートとしての歩みと今後の挑戦

みなさん、改めましてこんばんは。私は、ただいまご紹介いただきました平井美喜と申します。「パラアスリートとしての歩みと今後の挑戦」ということでお話をさせていただきます。みなさんの前でお話しするのは得意ではないので、お聞き苦しい点もあるかと思いますが、よろしくをお願いします。

まず、最初に平井美喜という人間を知っていただくために、自己紹介から入っていきこうと思います。私は、先ほどご紹介いただいたように九州で活動しているのですが、熊本県熊本市在住で、年齢は37歳です。今年の5月から、こちらの立正大学総務部の職員として入職しました。2020東京パラリンピックの車椅子バスケットボールの代表選手として出場を目指し、普段は、地元熊本や福岡でバスケットの練習をしたり、筋力トレーニング、体幹トレーニングを行い、大会代表の各合宿に参加したりしています。あとは、大学に出勤をしております。車椅子バスケットボール歴は、2000年から始めましたので、今18年目になります。高校卒業してから始めました。後ほどチームの説明もしますが、クラブチームに2つ入っています。九州ドルフィンというチームと福岡ブリーズというチームに所属しています。2018年車椅子バスケットボール強化指定選手です。

続きまして、幼少期の頃からの話を少し取り入れさせていただきました。私はこの通り、車椅子に乗った生活をしています。車椅子になった理由は、2歳のころ病気で手術をしました。そのときの影響で脊髄を傷めてしまいまして、2年半ほど入院し、4歳ごろから車椅子での生活しております。30年以上車椅子の生活といったことになります。2歳のころの病気だったので、少し歩いた時期もあったようですけれども、私は、歩いた記憶は全くありません。子どもの頃は、外では車椅子、家の中では、自分の腕で這った生活をしておりました。今は、寝るとき、お風呂に入るとき、車も運転するのですが、そういった移動時など以外、この車椅子は、欠かせないものです。子どものころ、家の中を這っていたことを思うと、我ながらすごいなと思ったりもしています。

車椅子生活を送りながら小学校、中学校、高校と普通校へ通いました。学校生活を送るうえで、体を動かすことが、子どもの頃から好きだった私は、学校行事の運動会やマラソン大会、水泳大会など自分ができることは積極的に参加しました。この当時を思い出すと、やはり何でも自分でやってみないと、と好奇心旺盛な子だったのかなと思っています。

小学校4年生から部活動に入ったのですが、今はバスケットボールをしているので、バスケ部だったと思われるかもしれませんが、私の2つ上の姉が吹奏楽部に入っていたので、姉の影響かなと思うのですが、何となくの気持ちで姉と同じ吹奏楽部に入りました。

学校生活で大変だったことは、階段です。今の学校は、よくエレベーターがあつたりしますが、私の通った小学校、中学校、高校もですね、学校にはエレベーターが無かったです。小学校1年生の頃は、教室が1階で、教室を移動しての授業が少なかったのですが、2

年生になり、教室が2階になったので、2階にも車椅子を置いて、階段を上がる際は、1階に車椅子を置いて、2階にある車椅子のところまでは、自分の力で一段一段、腕の力でおしりをついて昇り降りをしていました。小学校の高学年になると、教室を移動して授業などがあったり、部室も3階でした。先生や友達に「車椅子を上げて」とお願いしないと昇ることができなくて、普通にみんなと動けないとか、お願いするのが面倒くさいなという気持ちを持ったりしたのですけれども、友達や先生に気持ちをぶつけることもできず、親に、「どうしてこの体に産んだの」と言ったこともあって、今思うと親が何と答えたかはわからないのですが、何てひどい言葉を言ってしまったのだろうと、今では心が痛くなります。

当時からみんなと同じようにやっていた私は、高校進学の際、とても悩みました。楽器がもっとうまくなりたい。音楽を学びたい。吹奏楽をすることが一番ですが、あとは、親元を離れて自立したいという気持ちがあり、地元から少し離れた高校を希望しました。親や先生に進学の相談をしましたが、相手にされず、「まったく何を言っているの、そんな車椅子の体でできるわけないでしょ」と親に言われたこともあり、とても悔しくて毎日けんかをしたこともありました。まったく話をしなくなった時期もありました。何でもやってみないとわからないという気持ちが、私の中では強くて、私は、子どもの頃から車椅子に乗って生活していることが普通だったから、障がい者という自覚があまりなかったのですね。何度も親に掛け合い、最後には納得してもらって、受験し合格することができました。吹奏楽やマーチングの強豪校だったので、うまく楽器が吹けず悩んだりしたこともありましたが、やはり、うまくなりたい、負けたくないという気持ちが強くありました。先輩が厳しいとか、人間関係がうまくいかない、と思ったりして辞めたいと思ったことも何度かありましたが、そんな弱音を吐く暇もなく3年間、学校の勉強よりも、日本国内での演奏はもちろんですが、海外で演奏したりと本当に吹奏楽に明け暮れた高校生活でした。この当時から、負けず嫌い、特別扱いは嫌い、といった感じだったと思います。

さて、障がい者スポーツのことは、ほとんど私は知らなかったのですけれども、私は高校を卒業して車椅子バスケットを始めました。高校生の時に一度車椅子バスケットを観たことがありました。観に行ったきっかけは、普段乗っている車椅子を修理してくれた業者の人が、車椅子バスケットを教える人だったのです。「大会観に来ない」と言っていたので、日程があったので、観に行く機会がありました。初めて観たときは衝撃的で、車椅子に乗っている人達が、激しく車椅子同士がぶつかっていたり、車椅子のスピードが速い、リングにシュートを入れたりしているところを見て、なんだか生き生きしているな、元気をもらった、と思って、何だこの人達、私もやってみたい、とビックリしたのを覚えています。

競技以外でも車椅子の人と接するのが初めてだったので、運転する姿も見せていただいたのですけれども、すごいな、格好いいなと自分の知っている世界と違ったため、驚いたのを覚えています。

車椅子バスケットを観た当時は、私は音楽をするために高校に入り、寮生活をしていたので、卒業したらやってみたいなど、頭の片隅に残している程度でした。将来、音楽関係に進みたいと思っていました。障がいがあるという現実を受けとめたのか、映像の勉強もしたいなど、当時は思っていたこともあったのですが、20年前程の話になるので、はっきりは覚えていないのですけれども、高校卒業後はパソコンを扱えるようになろうと思って、障がい者の訓練校に2年間通いました。それで、パソコンの技術を学びました。訓練校も親元を離れたところだったので、訓練校に入りたての1年間くらいは、姉と二人暮らしをしながら通いました。

訓練校に通うためにも、高校卒業前後で、車の免許も取りました。あとで、車に乗る際の動画も撮っておりますので、みなさんに見ていただこうかなとは思っています。運転ができるというだけで、本当に世界が広がったと感じたのを覚えています。

訓練校時代は、車椅子バスケットをしている人もいたので、紹介をしてもらい、体育館に行きました。最初は遊びで始めたバスケットだったのですけれども、練習をしていくうちに、うまくなりたい、試合に出たいと思うようになっていました。バスケットを始め、訓練校に通う中でも、今まで健常者の中で生活していた私は、なんだか面白い世界に入ったな、と思って、今までは、なんで自分だけ車椅子なんだろうと思っていたのに、周りには、自分より障がいがあったり、例えば、耳が不自由な方だったり、手が不自由な方、目が不自由な方などいろいろな障がいを持った方に出会いました。なんだ、自分は障がいはあるけれども、できないことは誰かに伝えてやってもらうことができるし、障がいを持っていても、私も他の障がいを持っている人の手伝いをすることもできる。自分だけではないじゃないか、と感じたのを覚えています。子どものときに感じた「自分だけ」という気持ちが、吹っ飛んだ気がしました。

小学校や中学校の体育の授業でしかボールを扱ったことが無かった私は、ボールにも慣れていないし、ルールもわからない。ましてや、障がい者の中に入るのも初めてで、運動することにも慣れていない、と初めてだらけでした。シュートをして、全然リングまで届かなかったことを覚えています。チームメイトやコーチからたくさんの指導とアドバイスを受け、少しずつですけれどもボールが飛ぶようになり、車椅子を早く動かすことができるようになってきました。

九州には、各県だいたい1~3チームあります。年々登録チームは少なくなっているのですけれども、健常者の登録も認められていますので、障がい者、健常者別々ではなく、一緒に活動しています。先ほど、冒頭で話しましたが、私が所属しているチームは福岡にある福岡ブリーズというチームと、女子の人口は少ないため、九州には1チームしかありませんが、九州ドルフィンというチームにも所属しています。各県みんなバラバラの地域に住んでいるので、月に1~2回、休みの日に集まって練習します。月1~2回の練習では足りないのです、男子のチームにも登録している女子は少ないのですが、普段の平日は、男子の地元チームに混ざって練習している選手もいます。こちらは、九州ドルフィンで出場す

る大会や、熊本県で出場する国体予選の年間の大会です。あとは、福岡のチームで出場する大会は年5～6回、この他にもあります。

当初、高校を卒業して始めた頃は、大会に出ることによって、すごいお金がかかるスポーツだな、幾らあっても足りない。例えば、交通費、ホテル代、食事代、連盟の登録費、スポーツ保険代など資金が大変でした。今となっては大丈夫になりましたが、若い頃は親に頼るわけにはいかず、自分で生活をやりくりしてと、当時は大変でした。遠征に行っても、試合時は実力が足りなくて、出られないときが多く、私が始めたのは2000年だったのですが、シドニーパラリンピックの年でした。当時、九州ドルフィンというクラブチームには、5人シドニーに出場した選手がいました。神戸で行われる全国大会は、毎年行っていたのですが、神戸に行っても出場できたのは、チームに登録して5年後ぐらいでした。それまで、ベンチで声を出して、休憩の時はドリンクを配ったりといった感じで下積み時代を送りました。

ボールがとどかない時期があったのですが、私は脚にはほとんど力が入らないので、手だけの力でボールを投げます。うまくならない下積み時代が長かったのですが、周りにできて自分にもできないわけがない、という思いがあり、ずっと練習を続けていました。

2004年のアテネパラリンピックの前に代表の合宿に呼んでもらえました。何もわからない状態で合宿に入れてもらえたのを覚えています。もちろんですが落ちてしまいました。今思えば、代表とは何なのか、をわからないまま合宿に参加していたな、と恥ずかしく思います。ずっと練習を積み重ねて、2007年に代表入りをして、2008年北京パラリンピックに出場しました。出場機会は少なかったのですが、それからずっと代表として活動を続けています。

北京パラリンピックの当初から、福祉施設で勤務しながら車椅子バスケットを続けていました。週5日間勤務、平日は週2回夜2時間程度の練習、あとは土日にバスケットを、としていました。北京パラリンピックの後も、バスケットをもっとやれる環境を求め転職したこともあったのですが、環境は変わらず再度、福祉施設の仕事に戻ったこともありました。

合宿や遠征に行くと、1週間から10日間くらい抜けることが多く、それが2か月に1～2回などあります。仕事のやりくりも当初は大変でした。社会人として仕事もしっかりやりたい、若い頃は、夕方からバスケットに行き、終わったら職場に戻って仕事をし、深夜に帰って、またバスケットに行きたいので早く出勤することもありました。何事に対しても、負けず嫌いといった性格は、仕事にも出ているようです。

こちらは、2008年の北京パラリンピックの大会会場で撮った写真です。

こちらの写真は、2015年、リオパラリンピックの予選が千葉で行われたのですが、そのときは、千葉のモノレールに写真をデザインしていただきました。

2008年の北京パラリンピックには出場できたのですが、2012年のロンドンパラリンピック、2016年のリオデジャネイロパラリンピックは、アジアオセアニア地区の予選で

敗退してしましまして、本選の 2012 年のロンドンパラリンピック、2016 年のリオデジャネイロパラリンピックには出場することはできませんでした。

この結果を受けて、2015 年以降、周りの選手は、アスリート雇用へ移行し始めて、バスケットに専念し、練習を行う選手が増え始めました。私は、2008～2015 年までは一度も代表を落とされたことが無かったのですが、ここ 2 年程は、代表に入れたり、入れなかったりが続いています。バスケットだけでは生活ができないので、仕事と向き合いながら、2020 東京パラリンピックに出場し、結果を残すために、今の自分に何が足りないのか、このままでよいのか等を考えて、立正大学に入職し、今挑戦しているところです。

バスケットボールを続けて 18 年、誰にでもあるチャンスではないと思います。このままでは終わらせたくない。2020 東京パラリンピックで、メダルを獲得することを夢で終わらせないために、目標を持って進むと覚悟を決めました。人に言われて決めたことではありません。自分で決めた覚悟です。2020 東京パラリンピックに出場し、結果を残すということに対しては、とても簡単なことではないと思っています。しかし、子どもの頃から、いろんなことに挑戦してきたから、無理と思えば無理でしょうし、やってみないとわからないという気持ちがあります。

代表ではスキルテストというものが、ほとんど毎回の合宿ごとに行われます。例えば、20m 走のタイムであったり、ボールを飛ばす飛距離、ドリブルのスピードなどのテストがありますが、同じぐらいの障害の重さの人と比較しても、少し劣っている数値が多いのが現実です。年齢が上がってきて、体力的にも精神的にもしんどいなと思うときもあるのですが、結果を出すために、自分を信じて一步一步前へ進もうと思っています。小さな一歩かもしれませんが、大きな一歩につながると信じてやっています。こちらの立正大学に入職し、例えばスピードアップのために、初速を上げたい。瞬発的な力を出すためには、大きく漕ぐのではなく、細かく早くプッシュするため、車椅子とは別でトレーニングを加えたり、おなかから下の残っている機能は少ないですけれども、体幹トレーニングを入れて、例えば、当たられてもぶれないように、どこに力を入れたら体幹がぶれずにシュートまで持っていけるかを考えたり、疲労が溜まってくると、ボールが飛ばなくなってくるんですね、疲労が残りにくい体づくりをするためには、食事にも気を使いますし、量や、食べる時間、食材も選ぶようになりました。まだ、試行錯誤しながらなので、バランスの良い食事などを勉強しています。普通に仕事をしていた頃は、食べる時間もバラバラでしたし、睡眠時間も少なく、毎日がいっぱいいっぱいの生活でした。

今年の 6 月、夏から、先ほども言いましたけれども福岡の男子チーム、福岡ブリーズというチームにも所属し練習に参加、大会に出場し、バスケットのできる環境を増やしました。

海外勢に勝つためには、当たり負けしないフィジカルが必要になってきます。この環境だからこそ、挑戦できていると思います。とはいえども、ガンガンやりすぎて怪我につながっては怖いので、休息を入れることもトレーニングのひとつとして考えています。今挑

戦していることは、ボールを飛ばす力をつける、早く走れるスピードも、もちろん大事なことはあるのですが、試合があった後に映像などで、見直すようにしています。後で試合の動画も見ていただこうと思いますが、私は小柄な方なんですよ、2歳で病気になったということもあり、先ほどもお伝えしましたが、立って歩いたという記憶がありません。座った世界しかわからないんですよ。人より小柄なので、コート状況を把握するにもこの目線からです。視野をもっと広げてコートの中を見て、状況判断ができるように、プレイはもちろんですけども、視野を広げて、その状況を声に出して仲間に伝える、といったことも自分の武器にして、チームに貢献していきたいなと思っています。

今は、この目線でしか見えないところをもう少し視線を上げて、上からコートが見下ろすかたちにしたらどう見えるのか、空想の世界ですけども、自分が出た試合を見直したりする時間も作って、もっとここのスペースに目を向けることができたなら、と振り返りの時間も作っています。自分はまだまだ甘い、弱いなと思うことがあります。今日は疲れたから明日やれば、とつい思うこともあるのですが、目標を見失わないためにも、目標を数字で設定するというのも大事だという指導を受けました。例えば、ボールの飛距離を伸ばしたい、ボールを飛ばせるようになりたいだったら、漠然とした目標になってしまいますよね。いついつまでに、何メートル飛ばせるようになる、という数値をつけて具体化することが大事だと聞いて実践しています。例えば、シュート確率アップのために、何本打って、何本入ったかなどといったことをつけています。練習中のビデオも撮って、自分のシュートの癖を見つけたりし、いろんなことに目を向けています。

では、ここで普段私がトレーニングしているところを動画にしてみました。時間の関係で早送りなどをしていきますので、わかりにくい点、見にくい点などあるかもしれませんが、再生していきます。

【映像】

こちらはマットでストレッチをして車椅子に乗って始めるところです。

坂道ダッシュをしてパワーアップを図っています。本数にすると25本を2セットくらい昇り降りします。30分はかからないくらいで行けます。

こちらはコートの横を使って、ダッシュをしています。これも片道20本とか、これは片道ですが、往復を20本したりも入れています。

これはシュート練習ですね。ドリブルしながら相手をかかわすというイメージも持っています。

こちらはフリースローです。健常者のバスケットと同じところから打ちます。これは100本中何本入るかということをやっています。

こちらはスリーポイントですが、私はまだ届かないのですが、やることをやって、まず

は飛ばすことができるようになると思って、スリーポイントにも挑戦しています。

こちらは、週 2 回トレーナーについてもらって、筋力アップするためのトレーニングをしております。車椅子ごと懸垂をしています。これが、とても腕や腹筋にきます。

これは実際の試合です。今からシュートを打ちます。私は 10 番です。今ボールを持っています。ミドルショットをよく打ちます。パスを回しながら自分が打てるな、と思ったところは、狙うようにしています。

これは、先日、神戸であった試合ですが、今からカットインします。相手をかかわしてバックシュートを決めたシーンです。

このような感じで映像を作ってみました。小さな一歩が大きな一歩につながるのではないかなと思ってやっています。

私は、これまで周りの人に支えられてきました。家族、友人、バスケットボールの仲間、職場の同僚など、一人ではここまで来られていません。周りの助けがあったからこそ、こうやって車椅子バスケットに挑戦し続けられてきたと思います。支えてもらっている人に感謝をし、私がバスケットボールで結果を出すことが、恩返しにつながるかなと思っています。例えば、大会ができるのも、それまで大会の準備をしてくださったり、当日もボランティアさんがいらっしやったり、審判さんなど、支えてくださる方など、たくさんいらっしやいます。その人たちがいなければ、試合はできないので、常に感謝をしています。私は、人に応援してもらえる選手でありたいと思います。応援してもらっていると思うと、「よーし、頑張るぞ」とパワーがわいてくるので、2020 東京パラリンピックに向けて、努力していきますので応援よろしくお願いします。

【パスの実演】

(司会) 本日の残りのお時間は、私たちの身近な場面を例に挙げまして、本学に所属しております 2 人のパラアスリートの想いを、ここにいらっしやる方にお伝えする時間とさせていただきます。ではまた、平井さんよろしく申し上げます。

みなさんの中に、障がい者スポーツのことを初めて知っていただいた方もいらっしやるかと思うのですが、少しでも普段のちょっと困ったこと、不便だな、と思ったことをみなさんと一緒に考えてみようかなと思います。次にいくつかのスライドをお見せしますので、みなさん少し考えてみてください。まず 1 枚目。

(司会) 今、こちらは、平井選手に撮っていただいていた写真ですが、みなさんお気づきの点等ありますでしょうか？何となく気づいていただいた方もいらっしやるでしょうか。

では平井さん解説をお願いします。

私の地元のコンビニの駐車場です。このマークのついている駐車場を、みなさんよく見たことがあると思いますが、どんな人が停めるかご存知ですか。

私のような車椅子の人が乗り降りするところであったり、車椅子以外でも妊婦さんは、お腹が大きいのでドアを広く開けて乗り降りしないといけないと思いますが、そういった方用の駐車場ですね。ここは、残念ながら車椅子用駐車場に自転車が停められていました。車線近くにもバイクが置いてあって、停められなかったということがあったのですが、もっとバイクも右側の方にあると大丈夫なのですが、こういった困ったことがありました。

みなさん、車椅子の人がどんな感じで車に乗っているかご存知ですか。全然知らないという方いらっしゃいますか。私が、普段乗っているところを動画に撮ってきましたので見ていただこうと思います。

これが、私が普段乗っているマイカーです。自分の腕の力で車に乗ります。今、車椅子にもブレーキがかかっています。私の車椅子は、実は折りたたみのできない車椅子なんです、なので、タイヤを両輪外して載せています。まず片方を外します。今、ブレーキがかかっているんで、もう片方もブレーキを外して、車輪の真ん中を押すと外れるので、車輪を外して、本体を後部座席に投げます。それで、タイヤを後ろに置いて出発します。

ドアを本当に全開にしないといけないので、広いスペースが必要といった感じです。

2枚目です。こちらも同じような感じですけども、ドラッグストアの駐車場の一コマです。自転車が停めてありました。この日は晴れた日だったので、端っこが空いていたので、そちらに停めたのですが、ちょっと残念だったなと思った瞬間でした。

次、3枚目です。これは8月ごろにバリアフリーの部屋をとって、泊まったホテルですが、何かみなさん、お気づきのことはありますか。これは、洗面所の写真なのですが、バスタブがあると思って入ったけれども、ここはバスタブがありませんでした。部屋に濡れても大丈夫な椅子があったので、私はそれでお風呂に入りました。あと写真からは見えにくいですが、トイレの上にドライヤーがあったりと、鏡も目線から上にあるので見えない感じでした。

この写真を、車椅子の知り合いに見せたんです。そうしたら知り合いは頸椎損傷の人なのですが、この部屋いいじゃないかと言っていました。何でだろうと思ったら、車椅子のまま洗面台まで行って、浴槽もないのでそのまま髪を洗えるということで、この部屋は、障がいの違いによって、便利だったりとか、不便だったりとかがあるんだなと思って、私も、障がい者の人と一緒にいることが多いけれども、いろいろ障がいによって違うんだなということが、改めて気づいた点でした。障がい者の方のことはわかっている、自分はそのつもりだったんだなということを感じました。こうやっていろんな人に会って、勉強さ

せてもらっているなあと感じた写真です。

次に、4枚目。こちらは、私の自宅のスロープですが、出かけようとした際にスロープを使って下ろうとしたら、トラックが停まっていた。この日は、通る幅があったので大丈夫だったのですが、結構、スロープの半分ぐらいを駐車されているトラックとか、車とかがあったので、不便だなとちょっと思ったこともありました。私が通る姿を見られたら、あっ、という顔をされたので、やっぱり気づいていただけるのだなと。そのときは「すぐ、どかしますね」と言ってくださるので、ありがたいなと思いました。言葉のかけ方の一つでも「少しどかしてもらえますか」と言うだけでも、相手には次からは気をつけようって思ってもらえるのではないかな、と思っています。

次も同じようなところなのですが、こちらも左奥にスロープがあって、ここもバイクが停まっていた。これは、美容室に行った時のシーンなのですが、このときは、ぎりぎりで通ることができなかったので、お店の人に言って、少しどけていただいたということもあるのですけれども、たぶん言ったことで、次からは気をつけていただけるのではないかなと思っています。やっぱり知らないからそうしてしまうと思うので、みなさんにも知っていただくことが大事なんじゃないかなと思います。

最後の写真ですが、私は遠征に行く際、この写真のように競技用の車椅子を持って移動しています。これは、つい最近神戸で女子の全国大会があったので、帰りに地下鉄で移動しているときの写真です。競技用車椅子の前に、パンクしたときのためのスペアのタイヤなのですが、これも持って移動しています。そのまま置いてしまうと倒れてしまうので、みなさん見えますか、この辺に（脚のあたり）紐をつけてスペアタイヤと括りつけて落ちないようにしています。あとは、パンクすることもあるので、青いものが見えていると思うのですが、電動の空気入れを持って、あとはバスケットシューズやボール、荷物ですね、リュックも背負って移動しています。この時は一泊二日ぐらいだったので、車椅子に置いている赤いバッグも小さいですが、海外遠征になると、もっと大きくなって大荷物で移動します。

先月、10月の頭に大学に出勤したときの帰りの駅での話なのですが、エレベーターに乗ろうとした際、男性の方が、先に乗っていらっしゃって扉を開けてくださいました。「どうぞ」と優しい言葉をかけていただき、降りる際もボタンを押してくださったのですが、自分との方が降りたら、さっへ行かれてしまって、そのとき、次に乗る方が、ベビーカーを押して荷物をたくさん持ったお母さんが何人かいらっしゃいました。ということは、乗るときに、そのお母さんたちも困られるなあと思って、ベビーカーを乗せるときに扉が閉まったら大変じゃないですか、なので、私は咄嗟にボタンを押して「どうぞ」と言ったのですが、私ももちろん手伝うこともできるな、とそのときに感じたことではあったのですが、障がい者の人だけに優しくするというだけではなくて、ちょっとした気配り、心配りと言った思いやりが、世の中には大事ではないかな、と思った瞬間でした。

みなさん、世の中にはいろいろと困っている方がいらっしゃると思いますので、みんな

で助け合ったりできれば、いい世の中になっていくのではないかなと思います。最後になりましたが、誰にでもあるチャンスではない、ということに挑戦できていると今思います。夢だけでは終わらせないために、日々成長していけるように、相手にはもちろんですが、自分にも勝てるように、一步一步努力していこうと思います。演題に見合ったお話ができたかわかりませんが、ご清聴ありがとうございました。