

101年の歴史あるスポーツの祭典 「デフリンピック」

デフ(deaf)とは「耳が聞こえない」という意味。つまり、デフリンピックは、ろう者のためのオリンピックである。パラリンピックには、耳が聞こえない選手のための種目がない。そのためこの大会がある。実はパラリンピックよりも歴史が長い。この大会をもって、日本はオリンピック、パラリンピック、スペシャルオリンピックス、デフリンピックの4大会をすべて開催した国となる。

デフリンピックについて詳しく知りたい!

2025年の東京大会開催前に押さえておきたいルールなどを紹介します。

ルール

- オリンピックとほとんど同じだが、視覚的工夫がある
視覚的工夫の具体例/水泳や陸上競技のスタートの合図、球技や空手の審判の合図にはピカッと光るフラッシュランプや旗の上げ下げを利用。
- 補聴器着用禁止
試合中はもちろん、練習中も着用禁止。補聴器を外して聞こえが良い方の耳の聴力損出が55デジベルを超えていること。

歴史

- 1924年 フランス大会(夏季) 9カ国、148人が参加。最初の大会
- 2017年 サムスン(トルコ)大会 86カ国、約3000人の選手・関係者が参加。過去最多
- 2025年についてはデフリンピックが東京で開催されます!
みんなで応援して大会を盛り上げよう!

デフリンピックには どんな種目があるの?

夏季

・陸上・バドミントン・バスケットボール・ビーチバレーボール・ボウリング・自転車・サッカー・ゴルフ・ハンドボール・柔道・空手・マウンテンバイク・オリエンテーリング・射撃・水泳・卓球・テコンドー・テニス・バレーボール・レスリング(フリースタイル)・レスリング(グレコローマン)

冬季

・アルペンスキー・クロスカントリースキー・スノーボード・カーリング・アイスホッケー・チェス・フットサル



デフスポーツにとって手話通訳士は欠かさない存在



01 上智大生が「手話」を 体験&レポート

上智大学の学生団体Go Beyondのメンバーが「手話」について学んだ。
手話の基礎知識を独自にリサーチ、そしてデフスポーツの現場で活躍している手話通訳者を直撃!
東京2025デフリンピックに向けて注目される手話をひもといていく。

取材・文/上智大学 Go Beyond 写真/高橋淳司 取材協力/ケイアイスター不動産株式会社

小さな共生社会

スターバックスコーヒー、通称スタバは誰もが知るカフェのひとつつたろう。しかし、その中にひとつ「特別な」スタバがある。「nowa国立店」は手話、指差しなどで店員とやり取りできるサイニングストアである。

手話未経験の私にとって注文を手話で伝えることはむずかしかったが、商品を受け取る時、お札を手話で伝えることができ、手話でコミュニケーションをとる楽しさを実感した。nowa国立店で働く方々の笑顔はとても素敵で、私は魅了された。さらにこの店舗は聞こえる人も聞こえない人も共存できる空間であり感銘を受けた。店内には基本的な手話の表示もあり、手話がわからなくても筆談で頼むことや、指差しでの注文もできる。このスタバの中には確かに小さな共生社会があった。聞こえる人も聞こえない人も空間を共有しているのを素晴らしいと感じ、もっと広まってほしいと感じた。

Go Beyondの 活動紹介



上智大学 ソフィア オリンピック・パラリンピック 学生プロジェクト Go Beyond

Go Beyondは、2020年の東京オリンピック・パラリンピックをきっかけとして、共生社会の実現を目指し活動しているソフィアオリンピック・パラリンピック学生プロジェクトです。小中高校での多様性理解に関する授業やパラスポーツ体験などを行っています。大学生だからこそ持つ視点や観点から、同世代はもちろん幅広い世代や社会に対して、誰もが輝ける社会の実現に向けてアプローチをしていきます。平昌冬季パラリンピック調査に参加した学生2名が2018年6月に立ち上げ、約40名のメンバーで活動しています(2023年9月現在)。

実は私たちGo Beyondも、小さな共生社会を広めるために活動を続けてきた。Go Beyondは、東京五輪・パラリンピックをきっかけに、パラスポーツを通じた共生社会の実現を目標に尽力している。

パラスポーツは、用いる道具やルールが工夫されていることから、障がいのある人もない人も、楽しむことができるという魅力を持つ。私たちは、パラスポーツ体験会を実施し、その魅力を伝えつつ、すべての人がス

スポーツを通して喜びを共有する空間づくりを心掛けてきた。

そんな中、2025年に東京でデフリンピックが開催されることを知った。デフリンピックの開催は、ろう者と聴者がともに生きる社会を創造する契機になると同時に、社会を実現する重要性を、東京から世界へとアピールするきっかけにもなるだろう。今回はデフフットサル女子チームの手話通訳スタッフの方への取材も踏まえながら、デフリンピックについて紹介する。この記事を読み終わるころには、読者のみなさんがデフアスリートを応援したいと思っただけなら、うれしく思う。

日本手話と国際手話の違い「ありがとう」

同じ「ありがとう」でも日本手話と国際手話はまったく違う



日本手話



国際手話

手話の基礎知識

「手話」と聞いて、どんな印象を持つだろうか。手話は耳の不自由な人たちがコミュニケーションを取るために使っていると思われがちだが、彼らは手話だけを使っているわけではなく、全員が手話を使えるというわけでもない。あくまでもコミュニケーション手段のひとつだということ念頭に置いておくといいたい。

日本では「日本手話」と「日本語対応手話」と呼ばれる2種類の手話が主に使われている。日本手話は、約140年前に「京都盲啞院」が設立されてから耳の不自由な子どもたちが集まる

場所ができたことで自然と生まれたとされる。日本語と文法は異なるものの、独自の単語を用いて意味を伝えることができる。これに対し日本語対応手話は、文字通り日本語の単語一つひとつを手話に対応させたもので、語順が日本語と同じになっているという特徴から、1960年代半ば以降にろう者だけでなく手話に興味を持った聴者にも広まっていった。

国外に目を向けてみると、ヨーロッパでは「国際手話」が基本で、アジアでは多くの国で各国特有の手話が使われている。国際手話は、国境を超えらる者の会議や旅行、カジュアルな交流に使われることが多いが、日本では国際手話を学ぶ機会があまりないため、使える人もまだまだ少数派である。

9月23日は国連によって「手話言語の国際デー」と定められている。世界中で、手話という音声がなくとも表現豊かな言語への理解が広まり、興味を持つてくれる人が増えることで、社会の中でろう者が聴者と対等な関係を築けるようになることを願う。

デフスポーツの現場ではたらく 監督&コーチにインタビュー

デフフットサル女子チーム監督の山本典城さん（左）と
メンタルトレーナー兼手話通訳の高橋基成さん（右）



GB 初めに、お仕事やデフスポーツについて伺いたいと思います。スポーツ手話通訳士はどんなことをしているのですか？

高橋 私は、手話通訳士の資格を持っていて、学校で勤務しては、以前、ろう学校で勤務していた時に生徒や先生方とのコミュニケーションの中で学び、また地域の手話講習会などで手話を身につけていきました。チームの中では手話を使い、選手とコミュニケーションを取って、監督の話や選手の話などを伝えています。監督も手話ができますが、横に付いて手話で通訳を行い、監督を補っています。イベントや来客者がいるときも手話をしています。

GB 大会の時の進行で、工夫はありますか？

山本 審判が笛を吹くことはなく、サッカーでいうラインスマンのように、主審、副審がフラッグを持っていきます。選手が主審、副審の旗を見て試合の流れ、反則などに気づきます。選手が主審、副審の旗に気づかないときはベンチ側から監督や手話通訳が声掛けすることもありますが、監督や通訳者が指示をすることはありません。

GB 山本監督は手話ができるということですが、監督になる前から手話ができただけですか？

山本 監督になってから手話の必要性を感じて学びました。2013年に監督に就任し、今年で10年目になります。最初は手話ゼロベースからスタートしました。最初は筆談なども使いましたが、口話のレベルは選手によって違い、筆談の限界を感じました。最初選手のグループの中にいった時、自分だけが手話ができず、コミュニケーションが取れませんでした。その環境の中だと自分がいゆる障がい者だと感じ、孤独も感じました。それで選手を理解しないといけない、選手との信頼関係を築きたいと感じ手話を覚えました。現在高橋さんが通訳してくれるため、甘えてしまっています（笑）。高橋さんとは2017年からの付き合いです。高橋さんがいてくれることで、ミーティングで映像を流しながら説明をすることもできるようになりました。

GB デフフットサルと通常のフットサルの違いや特徴を教えてください。

山本 審判がフラッグを持っている以外違いはないです。身体的な障がいではないため、ルールもコートの大きさも同じで、デフ独自のルールはあまりありません。スタートの合図を変えたりなど、視覚的な補助が必要ですね。

GB メンタルトレーナーのお仕事について伺いたいのですが、聴覚障がいの選手に対するメンタルトレーナーとしての役割、聴者との違いは何ですか？

高橋 基本的には聴者とうる者でメンタルトレーナーの役割は変わりません。本番でどう力を発揮するか、悩みを持っている選手はたくさんいます。悩みを持っていても、自分でどう切り替えて、受け止め進んでいくかは、聞こえる、聞こえないに関わらず一緒です。聞こえない人に起こりがちなのは、まわりから情報が入ってこず、自分の枠の中だけで解釈しがちなことですね。偏った考えになったり、イライラしたりすることがあります。私はろう学校で教師として働いていたので、聞こえない

人にそういった悩みがあることは、基礎知識としてありました。個人で話をする時に、伝えたり、自分で気づいてもらうようにしたりしています。

GB メンタルケアで意識していることはありますか？

高橋 選手は自分でやってきたプライドや自負があり、世界で闘う強さがあります。ただうまくいかない、ベクトルを他の人に向けてしまうことがあります。自分の中に、理由や可能性改善すべき点があるのに、他の選手がもっとこうすればいいのにと感じてしまうのです。監督もよく言いますが、選手には自分にベクトルを向けるように伝



選手のベクトルをチームメイトではなく、自分自身に向けさせることが大事という

えています。

GB 選手同士の手話によるトラブルはありますか？ 監督や通訳が知らないところで口論やこじれはありますか？

山本 全部を把握することはむずかしいですが、ただ比較的手との関係性はつくれているので、困ったことあれば選手から相談してくれます。高橋さんが対応する時もあれば、私が対応すべき時は対応します。

GB 最後にデフスポーツの魅力をお話してください。

高橋 音がない中で、選手たちが共通意識を合わせてゴールを守る、狙うスポーツをしていることが特徴であり、魅力です。私たちのチームの中には聴者の試合に混じってプレーをする選手もいます。普段と違う環境に身を置きながらも、志を持ってプレーできるのが今のチームの魅力です。

山本 障がいの有無に関わらず壁があります。乗り越え方は人によって違いますが、ひとつの方法としてスポーツを行い、壁を乗り越えられるのは、スポーツ全体の魅力とも言えます。私



のと同じように、ろう者の人の中には聴者の中に入っていきが怖い、恐怖心がある人もいます。最初、監督を始めたころ聴者のチームに所属しているデフ選手は少なかったですが、日本代表として強くなることを軸にするためには、聴者とも交わった環境に飛び込まなければなりません。スポーツを通して壁を越えてきています。このことは、デフだけでなく、パラスポーツ全体の魅力です。

GB ありがとうございます。優勝を目指して聴者のチームの中でも練習を積むデフフットサル選手のように、私たちも障がいという垣根を越えて誰もが輝ける「共生社会」の実現に向けて尽力していきたいと思

手話を教わった!

ここまでではデフリンピックや手話の基礎知識について紹介してきました。ここからはデフリンピックや日常生活で使うことのできる手話について4つ紹介します。みなさんもぜひ使ってみてください。

応援編

がんばれ!

両手をグーの形にして両肘を張る。その後、両手を力強く下へおろす

拍手

両手を広げて頭の高さまで上げ、手首を左右に回転させる

日常編

困っていることはありますか?

片手で「コ」の字を作った後(「困る」を表す)、人差し指を頭の横で振る(「…ない?」を表す)

大丈夫ですか?

片手で左肩、右肩の順にさわり、次に手を差し出す

取材を終えて

- デフリンピックについて知らないことばかりだったが、今回の企画を機にデフリンピックが楽しみになった。
1年 山田莉那
- 手話やデフリンピックの魅力を知って、ろう文化がより多くの人に認知されるようになればいいと思った。
1年 波多野まなみ
- 東京2025デフリンピックをきっかけに、ろう者と聴者が生きやすい社会を共創していく機会が増えたらと思う。
3年 平陽菜子
- 手話の重要性と手話以外のコミュニケーション、ジェスチャーなど、伝えたいという気持ちが大切であることを学んだ!
3年 瀧井南咲希