

## 【9月の活動】

北海道マラソンから戻った9月は、走ることで伝えること、その両方に力を注いだ1か月でした。 経営者交流会での新たな出会いにはじまり、NHKの取材撮影、ボートレース協会様での講話、そして長崎市民生委員大会での特別講演と、社会とのつながりを実感する機会が続きました。

天気のよい日は「ロード練習で体力向上を目指す！」を9月の目標にしていたのですが、現在は自分で車を運転できないため、移動の大変さからロード練習は2日のみ。それでも事務所で室内ローラーや筋トレを続け、できる範囲で体を動かし続けました。

9月の抗がん剤治療では、初めて朝がきつく感じる日もありましたが、その分、自分の体と向き合う時間が増えたように思います。思うようにいかない日もあるけれど、やっぱり走っていると、自分の中に“生きる力”があると感じます。そんな実感をもたらした9月でした。



## 【経営者交流会】（9月2日）

ソシオSOEJIMAのサポート企業である株式会社オオスミの大角社長にお声がけをいただき、「コーポレートコネクションズ CC福岡1」の定例会にゲストとして参加しました。

会では、各メンバーによる活動報告やプレゼンテーションを通じて、それぞれの事業内容や直近の取り組みを伺うことができ、大変刺激を受けました。

皆さんがそれぞれの分野で精力的に活動されており、経営に対する意識の高さを感じました。

私はゲストとして3分間の発表の機会をいただき、自身の活動を紹介。

福岡の企業の皆様に講演のご依頼をお願いし、興味を持ってくださった方にはソシオSOEJIMAのスポンサー支援についてもご案内しました。

また、専門学校を運営されている方やロータリークラブ関係者の方々から講演活動に関する具体的な質問やご相談をいただき、今後の展開につながる手応えを感じました。

このような貴重な機会をくださった株式会社オオスミの大角社長に、心より感謝申し上げます。



## 【一般財団法人モーターボート競走会】（第11回・第12回選手定期訓練講話／9月11日・25日）

今月は、モーターボート競走会の選手定期訓練で2回講話を行いました。20～40代の選手が多く、各回とも約100名ほどの参加でした。11日の講話は、NHKの取材が入っていたこともあり、少し緊張してスタート。

前半はリズムがつかめず、思うように話がつかない時間もありましたが、休憩のときに選手たちがレーサーに興味を持って集まってくれて、実際に触ったり、乗ってみたりしながら話が盛り上がりしました。その時間で一気に気持ちがあぐれ、後半は自分のペースで話すことができました。

講演後には、病気から復帰された選手や、ご家族が私の活動を知っているという方との出会いもあり、互いの経験を共有する貴重な時間になりました。

25日の講話では、トップ選手として活躍中に怪我をされ、復帰後はなかなか思うような成績が出せずに悩んでいる選手が、「どうやってモチベーションを保っていますか？」と質問しに来てくれました。自分の経験や言葉が、誰かの力や励ましになったことが本当にうれしかったです。

講演を重ねるたびに、話すことの難しさと、伝わる喜びの両方を感じます。

そして何より、ひとりひとりが挑戦を楽しんでほしいー

その気持ちを胸に、これからも心を込めて話していきたいと思います。





## 【第73回 長崎市 民生委員・児童委員大会】（9月25日／15:00～16:00）

第73回長崎市 民生委員・児童委員の皆さまの前で講演をさせていただきました。「民生委員」って、よく耳にはするけれど、実際の役割は意外と知られていないかもしれません。地域の暮らしを支え、見守る相談役。そして「児童委員」は子育てを応援する存在です。

表彰では、なんと45年も民生委員を務めてこられた方がいらっしゃいました。地域の思い、支えてこられた歩みに心から敬意を覚えました。

大会参加者は民生委員という特性からか、年配の方が多く、皆さんがうなずきながら熱心に聞いてくださり、反応もあたたかくて、とても話しやすい雰囲気でした。私自身も楽しくお話しすることができました。

民生委員・児童委員の皆さま、本当にありがとうございました。これからも地域の頼れる存在として、見守りと支えを続けていただければと思います。



## 【NHK長崎にて副島選手の特集が放送】（9月25日／18:10～「ぎゅっと！長崎」）

9月25日18時10分から放送されたNHK長崎の番組「ぎゅっと！長崎」で、副島正純選手の特集が放送されました。8月からNHK長崎の皆さんに取材していただき、インタビューや練習風景、イベント、講話の様子などが紹介されました。

活動の裏側や日々の思いを丁寧に取材していただき、これまでの歩みや、今挑戦していることを多くの方に知っていただく機会となりました。

また、この取材は続編として、11月16日に開催される「大分国際車いすマラソン」までの取材が行われ、その様子が11月23日の「サンデースポーツ」で放送予定です。

今回の特集は、\*\*NHK ONE（NHKプラス）\*\*でもご覧いただけるようです。見逃された方も、ぜひ配信でご覧ください。



## 【ポッドキャストに出演】（「はっぴー昭和地区」）

ポッドキャストとは、インターネット経由で配信される音声の番組のことです。

友人がやっているポッドキャストに、今回初出演しました（笑）。

番組名は「はっぴー昭和地区」——昭和思い出し笑いポッドキャスト！芸能ネタ多めですが、ジャンルにとらわれず昭和の話を楽しく語る番組です。テーマは“笑って免疫力アップ!!”。その明るさがとても心地よい番組です。

前編では、事故からパラアスリートになるまでの道のり、そして“モチベーション”の源について語りました。後編では、抗がん剤治療を続けながら現役で挑み続ける“今”のリアルを、友人と語り合うような感覚でお話ししました。

講演や取材とはまた違う形で、自分の言葉を届けられた貴重な機会でした。よかったら、ぜひお好みの配信先からご視聴ください。

・Apple <http://apple.co/2A0RLzW>

・Spotify <http://spoti.fi/2BurFpe>

・Amazon <http://amzn.to/3roiCvH>



## 【育成選手：中村選手からの報告】

9月は北海道・東北パラを控えていたため、トラック練習を中心に行いました。ポジションを変更して長くリムに触り続けることを意識した漕ぎ方に変えました。上半身の使い方と合わせて同時に意識しやすい漕ぎ方を見つけられたのが良かったと思います。

北海道・東北パラでは400.800.1500mに出場しました。1日目の1500mではフォームや漕ぎ方をあまり意識できなかったのですが、2日目800mのラスト1周で疲れが出てきた時に、指導していただいた漕ぎ方を意識しながら走れました。2年前の自分のタイムと比べてかなり落ちていて blanksを感じたので、少しでも取り戻せるように10月のトラック・ロードレースに備えて練習量を増やしていきたいです。

\* 中村選手は、10月に滋賀県で開催される「第24回全国障害者スポーツ大会」に、東京都代表として出場します！



## 【今後の予定】

- ・10月29日 モーターボート競走会 選手定期訓練 講話
- ・11月6日 モーターボート競走会 選手定期訓練 講話
- ・11月16日 大分国際車いすマラソン 出場
- ・11月23日 NHK「サンデースポーツ」放送予定（特集）
- ・12月2日 モーターボート競走会 選手定期訓練 講話
- ・12月4日 長崎県佐世保市 広田小学校 講演
- ・12月14日 ホノルルマラソン 出場

講話やレースを通して、多くの方と出会い、挑戦することの大切さを伝える機会が続きます。活動と治療の両立を続けながら、“挑戦を楽しむ”気持ちを忘れず、これからも一歩ずつ前へ進んでいきます！



←・BS-TBS  
・OBS大分  
9:55～12:00  
実況生中継

→10kmの部  
もあります！  
一緒に走りませんか？

