

AS患者として、障害者ゴルファーとして出来ること

小池 良太郎



日本代表として頑張っています！！

子供の頃から運動が大好きで、小、中、高と野球部で練習に明け暮れる日々を過ごしました。大学も、東海大学体育学部社会体育学科に進み、スポーツと、その縁辺にある事柄を理論的、専門的に学びたいと思いました。

大学入学を1か月後に控えた春休みにスキーで右ひざの靱帯2本を断裂し手術、1年間の休学中にもリハビリが度を越し

て(?) ホノルルマラソンを完走したりして・・・、どんな時でも、スポーツなしの生活は考えられないほどの運動好きでした。

大学在学中に始めたスポーツクラブに付帯したゴルフ練習場のアルバイトでゴルフに夢中になり、在学中の4年間は大学の授業が終わるとすぐにアルバイト先に行って、仕事の時間以外はずっとボールを打ったり、体力をつけるために走ったりトレーニングをするという日々でした。

この頃には、ゴルフのプロになりたいという夢を持っていました。23歳の時、大学卒業後すぐにインストラクターの資格試験に合格し、アルバイトで貯めた貯金でフロリダに数か月ゴルフ修行に行きました。地方の試合に出たり、練習をしたり・・・、すべてが初めての経験で、短い期間でしたが充実感が凝縮された、今でも大事な財産になっている出来事です。その時に出会った恩師が居なければ、今のゴルファーとしての僕はなかったかもしれません。

スイング論はもちろんですが、ゴルフに対する真摯な姿勢、考え方など、今でも僕のゴルフの基礎となるものを多く学ばせていただきました。

帰国後、練習場でインストラクターとして生計を立てながら自分のトレーニング、練習をして、少しずつではありますが3年ほどすると試合などでも結果が出始めて、自分の中でも手応えみたいなのがようやく

あること

小池 良太郎

を完走したりし
スポーツなしの
運動好きでした。
パーククラブに付
バイトでゴルフ
年間は大学の授
バイト先に行って、
ボールを打ったり、
トレーニング
ロになりたいと
23歳の時、大
ストラクターの資格試
貯めた貯金でフ
行に行きました。
をしったり・・・、
短い期間でした
今でも大事な財産
その時に出会っ
のゴルファーとし
れません。
ですが、ゴルフに
方など、今でも僕
の多くを学ばせて
ストラクターとし
のトレーニング、
はありますが3年
結果が出始めて、
いなるものがようや

くつかめてきました、さあこれからだ！！、
そんな風に毎日が充実してきておりました。

そんな矢先でした。26歳の頃、最初に
腰背部痛が発症しました。ゴルフというス
ポーツは左右非対称の動きなので、体のバ
ランスが歪み易く、腰痛などになりやすい
故障の多いスポーツといわれています。整
形外科で診てもらったときも、「過度のゴ
ルフで筋肉に疲れがたまって痛みが出たの
だろう。ヘルニアなどではないから、少し
練習を控えて体を休ませれば痛みも引くは
ず・・・。」というものでした。

たしかに、しばらくすると痛みも消えて
練習を再開することができました。ところが
しばらくすると、また腰背部に最初より
強い痛みが出るようになりました。病院に
行ってもまた同じ診断で、患部に電気を当
てて湿布をもらって帰ってくる・・・とい
うものでした。

そのうちに、痛みの異変に気づきました。
筋肉的な痛みだと診断されて、自分でも疑
うことはなかったのですが、腰骨というの
でしょうか、腰の横の出っ張りが触るだけ
でもひどく痛むのです。普段ズボンを履い
ていても、歩くとそこが少しこすれる感じ
になってひどく痛いのです。ここは骨とい
うか皮で、筋肉はない筈なのに・・・。

そして徐々に、少しずつ、痛みが体の各
部に広がっていきました。最初に痛みが出
てから3～4年経つ頃には、腰背部の痛み
はもう慢性化していました。触るだけで強
い痛みがある箇所も体中に広がっていきま
した。頸椎から脊椎、腰椎にかけて、どつ
どつしているところを触ると飛び上がるよ
うな痛みが日常的にありました。鎖骨の両
端も同じでした。痛みで腕の上げ下ろしも

きつい状態になってきました。椅子に座っ
ただけで坐骨が痛んで、何でだろうと思ひ
ました。肋骨全体から胸骨も1年以上ひど
い痛みでした。少し深く息を吸うと、胸部
全体に渡ってきしむような強い痛みで、咳
やくしゃみをするとしばらくその場にうず
くまってしまう激痛が襲って来ました。

咳、くしゃみは今でもかなり激痛ですが、
もう慣れてきたようです(笑)。

痛みの発症から5～6年経つ頃には、自
分のゴルフはほぼ出来ない状態になってい
ました。仕事でレッスンのときに、身振り
手振りでレクチャーすることはありましたが、
しっかりとしたスイングはとても出来る
ような状態ではありませんでした。

日常生活にも支障が出始めていました。
まず背中が全く曲がらなくなってしまっ
たような気がしました。痛みでかばっ
ていたためかと思いましたが、反ることも
出来ない感覚でした。靴下がふつうに履け
なくなって、他の着替えや入浴時も、痛み
と動きにくいことで、時間がかかりかかる
ような状態になっていました。

歩くのもぎこちなくなり、スムーズに
足を運びにくく感じるようになりました。
走ったりジャンプしたりも、痛み、こわば
りで出来なくなっていました。寝るときも、
うつ伏せになれなくなってきて、平らなど
ところに仰向けになるのが辛くなり、背中と
首の下にクッションを入れるようになった
り、側臥位で寝るようになり始めたのもこ
の頃からです。

実際、整形外科をいくつも訊ねました
が、「ゴルフが原因で、腰痛から体中に痛
みがあるのだろう」という診断ばかりでし

た。骨の出っ張りの部分も触るだけで痛いということには首をひねるばかりで、「きっとストレスから痛みもきてるのだろう」と言われたりしました。自分では、「この痛みの原因は、何か別のものからではないか・・・、早く痛みのない、動き回れる体に戻らないかな」等と思いつつもどうしようもなく、24時間何をしていてもしていても、痛みとこわばりに付き合う日々が続きました。薬にもすがる思いで、霊感療法的な治療もいくつか受けたりしてみました。しかし、物事はいい方向へは向かいませんでした。

そんな中、数年間、癌と闘っていた父が亡くなりました。僕がゴルフと出会えたのは父のお陰です。子供の頃に、練習場によく連れていってもらいました。父なりに、小さな僕に一生懸命ゴルフを教えてくださいました。あまり上手くはなかったけれど、ゴルフが大好きだった父でした。僕がゴルフに真剣に取り組んで、父よりいいスコアで回れるとなると、悔しそうな、でも嬉しそうな顔をしていたのを覚えています。父がいなかったら、ゴルフ練習場でアルバイトすることもなかったでしょう。

抗がん剤治療や放射線治療などの副作用で、頭髮は抜け落ち、食べることもままならず、元気だった頃の面影もなく痩せこけてしまった父が、見舞いに行った僕に対して、「お前、体は大丈夫なのか？」と心配してくれていました。「大丈夫だから、親父も早く治して退院したら一緒にゴルフ行こうよ。」と話していましたが、それが叶うことはありませんでした。

そして、自分の体の状態もまた、徐々に

辛くなっていくようでした。「もしこのまま更に悪くなるようなら、今の仕事は続けられない。今のうちに何か資格でも取っておいた方がいいのでは・・・」と、宅建（宅地建物取引主任者）の国家資格試験にチャレンジしました。最初はどんな資格かもよくわかりませんでしたが、書店の「資格」コーナーで一番目立っていた資格だったので（笑）、チャレンジしてみました。痛みを忘れたいが為に集中できたのでしょうか、半年間の独学で、一度の受験で合格できました。

これで今の仕事が続けられなくなっても大丈夫と思いながらも、どこかで漠然と、いつか痛みも消えて、また元の運動ができる体になると考えていました。「痛いしうまく動かないけど頑張って今は我慢しよう、気持ちを折らないで耐えていればきっといつか治る、その内またゴルフもできるようになるかもしれない。」そう自分に言い聞かせていました。

しかし、現実はその甘くはありませんでした。

34歳の時でした。この頃には（今でも）、体中に有刺鉄線が巻かれているような強い鈍痛がありましたが、何とか笑顔で冷や汗をかきながら、週5日の仕事をこなしていたのをよく覚えています。我慢して、なんとか仕事を続けていました。

そんなある日、工作中にふと一歩足を踏み出したときに、今までにない、腰背部に雷が落ちたような激痛が走りました。体中から汗が噴き出しました。「うっ」と思わず声が出て、倒れそうになりましたが、ゴル

フスクールの生
わけにもいかず
まっていた

なんとかその
りましたが、そ
住宅の4階で階
分で、この頃
ところを、この
のを覚えていま
はもう明日から
と思ったのでし
し経って、退職

翌日から、そ
の戦いでした。格
を踏み出す・・・
作を注意深く慎重
昼夜を問わずちょ
襲ってきました。
を強く食いしぼる
で、タオルをくわ
ちろん体中には、
びっしりと張り付
24時間、常に
え、体中の痛み
した。

横になることが
を動かすと激痛が
が怖く、夜はソフ
んど眠れない睡眠
をするにも、茶碗
痛みでままならす
になってしまいく
欲も減少、酷い時
体重が落ちてしま

歩くこともま
中で過ごしました。

。「もしこのま
今の仕事は続け
資格でも取って
」と、宅建（宅
資格試験にチャ
んな資格かもよ
書店の「資格」
た資格だったの
みました。痛み
たのでしょうか、
験で合格できま
れなくなっても
こかで漠然と、
元の運動ができ
した。「痛いしう
今は我慢しよう、
いればきつとい
レフもできるよう
う自分に言い聞
くはありませんで
頃には(今でも)、
ているような強い
とか笑顔で冷や汗
仕事をこなしてい
我慢して、なん
ふと一步足を踏
ない、腰背部に
走りました。体中
「うっ」と思わず
りましたが、ゴル

フスクールの生徒さんたちがいる中そんな
わけにもいかず、数十秒倒れないように固
まっていました。

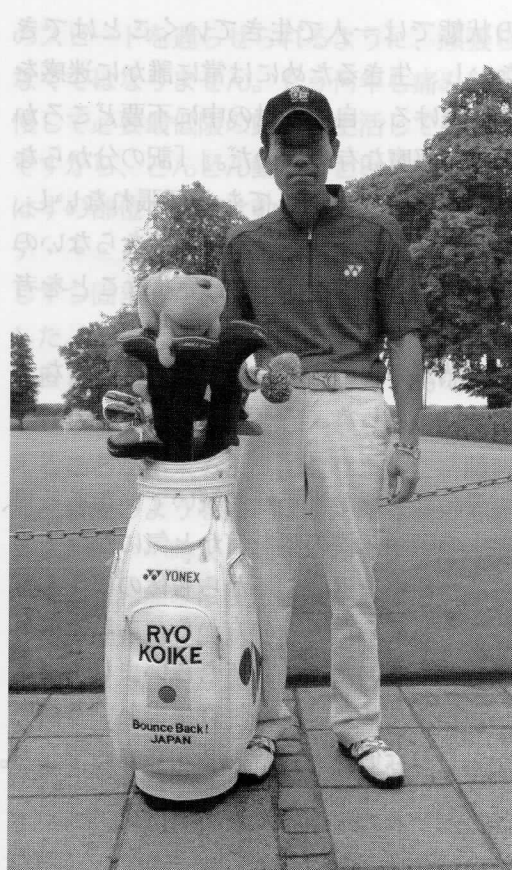
なんとかその日の仕事が終わりと、家に帰
りましたが、その頃住んでいた部屋が集合
住宅の4階で階段しかなく、元気な頃は1
分で、この頃には5分くらいかかっていた
ところを、この日は30分かかって上がった
のを覚えています。残念でしたが、「これ
はもう明日から仕事を休まざるを得ない。」
と思ったのです。結局、仕事はその後少
し経って、退職することになりました。

翌日から、その「雷」のような激痛と
の戦いでした。横になる、起き上がる、足
を踏み出す・・・、体を動かすすべての動
作を注意深く慎重にしている、「雷」は
昼夜を問わずちょっとした拍子に容赦なく
襲ってきました。恥ずかしいのですが、歯
を強く食いしばると悲鳴が出てしまうの
で、タオルをくわえて耐えていました。も
ちろん体中には、今までの慢性的な痛みも
びっしりと張り付いています。

24時間、常に電流のような痛みにも身構
え、体中の痛みにも耐えているだけの生活で
した。

横になることが殊の外辛く、無意識に体
を動かすと激痛がきたりするので、眠るの
が怖く、夜はソファに座った状態で、ほと
んど眠れない睡眠をとる生活でした。食事
をするにも、茶碗、箸を持つことでさえも
痛みでままたらず、箸を口に運ぶのにも厭
になってしまうくらい時間がかかるので食
欲も減少、酷い時は1か月で15キロ近く
体重が落ちてしまいました。

歩くこともままならず、ほとんどを家の
中で過ごしました。近所に外出した折、大



今からコースに出ます！！

通りの横断歩道を渡るとき、横断中に激痛
がきたらどうしよう、この歩く速さでは信
号が青のうちに渡り切れないかもと怖くて、
30分以上渡るのを躊躇したことも度々あ
りました。

「頑張ろう、頑張ればきつといいことが
ある・・・。」とはもう思えなくなりました。
この体の状態にどう対処していいか分
からないし、先も全く見えないし、こんな
時は大方の人がきつとそうであるように、
「一生このままかもしれないあ・・・」と、
悪い方にしか考えることができませんでした。

正直、心が完全に折れていました。「こ

の状態で一人で生きていくことはできないし、生きるためには常に誰かに迷惑をかけ続ける、自分は世の中に不要どころかきっと邪魔な存在なのだ。」「訳の分からないこんな痛みに対してもう頑張れないし、頑張りたいくもない。痛みがなくなるのならどうなってもいい。」そんなことを考えていました。

当然ゴルフの事は完全に僕の中からなくなっていました。

そんな状態が半年ほど続いていたある日、学生の頃から僕の事を何かと気にかけてくれて、仕事を退職してからも体の事を心配してくれていた恩人の方から、ある整形外科を教えてくださいました。「もしかしたらこれは強直性脊椎炎という病気かもしれない」と、その時知らされました。

「キョウチョクセイセキツイエン？」

どんな字なのかも、どんな病気なのかもわかりませんでした。痛みが出てから10年近く経って、初めて自分の体の異変に、病名がある可能性が生まれたのでした。「この痛みは何かの病気の症状だったのか？」という自分でも予想外の展開だったので、先生の言葉はあまり耳に入りませんでした。ただ、「靱帯が骨になる」、「治らないで進行する」、「発見が早期でも遅くても治らないから、もっと早くわかっていればとは思わないで・・・。」の3点だけが頭に残りました。

もちろんまだその初めて耳にする病名が確定したわけではなかったのですが、家に戻ってネットで病気の事を調べ、専門の診

察ができる医療機関を探しました。そして、A Sの専門医井上先生に診てもらおうべく、順天堂大学医院に診察の予約をお願いしたのです。

初診の前に井上先生と電話、FAXでやりとりをさせていただき、「診察してみないとはっきりとは言えないが、あきらめたり投げやりにならないように、そして決して将来を悲観することなく前向きに生きられるよう・・・。」等温かい言葉をいただきました。

そして何より驚いたのが、井上先生ご自身がA Sであるということでした。

そして2週間後くらいだったでしょうか、待ちわびた(?)初A S診の日がやってきました。

御茶ノ水駅まで自宅から電車で1時間弱ですが、久しぶりに乗る電車の振動がとても大きく感じて、体に痛みが響き続けました。御茶ノ水駅に着いたときには相当ぐったりしていたのを覚えています。

ネットで調べた素人の予備知識を元に、いろんなことをこの日まで考え続けていました。

ついにこの原因不明の痛みから抜け出せるのかもしれない、訳が分からずにこんな痛い思いをするくらいなら、ちゃんとした病気であるほうがすっきりする・・・、でもA Sと診断されれば、治ることはないし、進行するだろうから今よりもっと辛いことになるのかもしれない等々、思いは千々に乱れるばかりでした。

血液検査、尿検査、レントゲン撮影を終え、検査結果が出た後に診察室へ入り、井上先生の問診が始まりました。

診察の結果は「立派なA Sだね」でした

(笑)。

脊椎から仙骨骨化して強直し真で教えてもらい強直しかけていた瞬間はほっばり・・・とがと落胆が入り混の中にありまし

ただ、同じ病ると、「初めて目ている人に会えばいになり、失ても嬉しくなりきたような気が感情になれたのしょうか・・・。

その日は湿布(今でもこれで医院を後にしま

帰りの電車もと思います。だいが軽くなったよで、本当に、本前向きな意味でるか」という気持

診察の翌日から今まで、痛いとき方がいいうてきましたし、そんでした。しかしA Sはそうはいき位は無理しない程んどん動かすこ

ました。そして、
診てもらうべく、
約をお願いした
話、FAXでや
「診察してみな
が、あきらめた
に、そして決し
前向きに生きら
い言葉をいただ
、井上先生ご自
でした。
ったでしょうか、
の日はやってき
電車で1時間弱
車の振動がとて
が響き続けまし
ときには相当ぐっ
います。
予備知識を元に、
考え続けていま
痛みから抜け出せ
分らずにこんな
ら、ちゃんとした
する・・・、で
ることはないし、
もっと辛いこと
な、思いは千々に
レントゲン撮影を終
診察室へ入り、井
した。
「A Sだね」でした

(笑)。

脊椎から仙骨まで骨の周りを覆う靱帯が骨化して強直しているのを、レントゲン写真で教えてもらいました。その他の部分も強直しかけていることもわかりました。聞いた瞬間はほっとしたような、ああ、やっぱり・・・とがっかりしたような、安堵感と落胆が入り混じった不思議な感覚が自分の中にありました。

ただ、同じ病気の井上先生と話をしていると、「初めて自分の辛さをわかってきている人に会えた。」という気持ちでいっぱいになり、失礼かもしれませんが、とても嬉しくなり勇気みたいなものが湧いてきたような気がしました。そんなプラスの感情になれたのは本当に何年振りだったでしょうか・・・。

その日は湿布と痛み止めのロキソニン®(今でもこれです)をいただいて、順天堂医院を後にしました。

帰りの電車もきつと朝と同じ振動だったと思います。だけど、朝より体に響く痛みが軽くなったように感じました。自分の中で、本当に、本当に少しではありますが、前向きな意味での「さあ、これからどうするか」という気持ちが芽生えていました。

診察の翌日からリハビリを始めました。今まで、痛いときは痛い部位を動かさない方がいいという一般的な考えの元に生活してきましたし、それを疑うこともありませんでした。しかし、皆さんご存知のようにA Sはそうはいきません。痛くても動く部位は無理しない程度にどんどん動かす、どんどん動かすことによって少しでも強直

のスピードを遅らせられるように、頑張らなくてはなりません。もう何年も痛みを我慢して必要最低限の動きで生活してきたのですから、どんどん動かすといっても動くはずの部位も最初は動きません。イテテテテ・・・と言いながら本当に少しずつ、少しずつ固まった筋肉を動かすように必死でした。

ロキソニンを常用し始めたおかげで、100あった痛みは50～60ぐらいに抑えることが出来るようになりました。腰背部に電流のような痛みはまだ時々襲ってききましたが、一時よりは頻度が少なくなってきました。痛みには注意しながら体を動かすことには変わりはありませんが、動かしても悪くなる心配がない分、いえ、悪化しないために動かすという、前を向いた痛みなんだと自分に言い聞かせて、リハビリに励みました。腕を上がるころまで上げてみたり、回してみたり、屈伸もどきをしてみたり・・・、散歩も始めました。

一步一步慎重に踏み出しながら、ぎこちない動きと痛みですぐ疲れてしまい、5分歩いては休み、また5分・・・と、家の近くを歩きました。毎日続けるうちに、段々と長い時間と距離を歩けるようになっていきました。

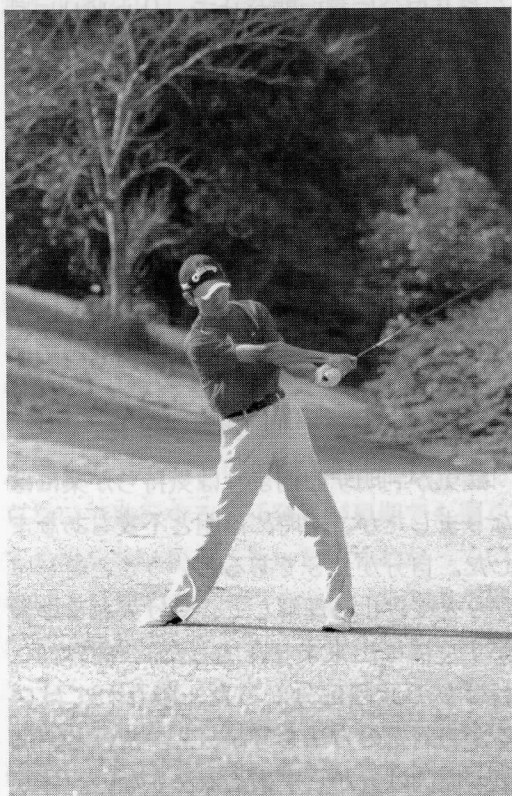
病気が判明する前よりは気持ちが楽にはなりましたが、同時に落胆と不安もありました。自分がA Sであるということをしっかりと受け止め理解して、受け入れる準備がすぐには出来ませんでした。「痛み、こわばりの原因は分かった、限られてはいるが、対処の方法も分かった。だけど、病気の原因は分からず根治療法もない。体が今の状態より良くなることはなく、進行し

ていく。」リハビリを続けてはいましたが、前途洋々といった気分にはなれませんでした。

だけど、自分は嫌だろうが何だろうがASと一緒に生きていかなければならない、受け入れなくちゃならない。でも、すぐに「はいそうですか」という気分にもなれない・・・と、気持ちの方向性が定まらないままでした。

そして、これから生きていくためには仕事に就かないといけません。このまま無職でいるわけにもいかないし、かといって自分にできる仕事があるのだろうか、リハビリを続けながらも、不安ばかりが頭を埋めていました。

ASと分からず痛みが続いていた数年間、



AS流 フルスイングです！！

仕事以外は人に会って自分の姿を見せるのが嫌で、友人とも距離を置いていましたが、久しぶりに連絡を取って親友夫婦と会い、この数年のこと、そして強直性脊椎炎であることなどを話しました。その中で、「動かし方がいならまたゴルフできるじゃん」と言われました。思ってもいなかった言葉でした。

もう3年以上もゴルフをしていないし、あの痛みの中で、もう二度とゴルフは出来ないと完全に諦めていたし、それが当然だと思っていたからです。テレビで観たりはしましたが、自分が再びプレーするなどは考えることもありませんでした。

ASと診断された後も、自分の中ではなんとか日常生活を一人で出来るように、そして何か出来る仕事を見つけるためのリハビリだったのですが・・・。

「ゴルフしたいけど、もう元の動ける体には戻らないどころか、まだまだ病気は進行するし体中痛いんだから、ゴルフなんかできるわけないよ。」と友人に話しながらも、またゴルフが出来たらどんなに幸せだろうか・・・と、考えたりもしていました。

その後、そんな気持ちを友人は察したのでしょうか、「ゴルフの練習場に行こう」と言い出しました。「じゃあ俺は打てないから見てるだけだけど、久しぶりにスイングをチェックしてやるよ」と冗談を言いながら、練習場に向かいました。

久しぶりの練習場の雰囲気、ボールを打つ音、いい大人が喜んだり悔しがったりしている姿、そして放物線を描いて飛ぶたくさんのボールが空中で交差する風景・・・、何年か前には自分にとって当たり前だった

光景が、目に飛び込んできた。何かが変わっていた。あふれてきました。あつて、しばらくはめっていました。

そして、「ちょっと友人に言われたアイアンを持って来たら軽いから使いたが、久しぶりで振れないような感じがした。

クラブを握り、てみました。首、な部位がきしんてを動かすことが、ルに当たれば少し思いました。

た時に、その衝撃か？うまく当たたら、酷いことう思いながらも、強く思い、クラブボールをゴムのテ

クラブヘッドました。初めてホールでのティショットは緊張しました。

「当たるかな、やっぱり無理かな」

手首を使って、し、腰の高さまでの腰の高さまで

の姿を見せるの
いていましたが、
友夫婦と会い、
直性脊椎炎であ
その中で、「動
レフできるじゃ
てもいなかった

していないし、
とゴルフは出来
それが当然だ
レビで観たりは
レーするなど
でした。自分
自分の中ではな
来るように、そ
けるためのリハ
元の動ける体
だまだ病気は進
ゴルフなんか
人に話しながら
どんなに幸せだ
もしていました。

を友人は察した
練習場に行こう
あ俺は打てない
しぶりにスイン
と冗談を言いな
た。気、ボールを打
悔しがったりし
描いて飛ぶたく
する風景・・・、
当たり前だった

光景が、目に飛び込んできた瞬間に、自分
の中で何か蓋が外れたような気がして、「ま
たプレーしたい」という気持ちが一気に
あふれてきました。でも躊躇する気持ちも
あって、しばらくは友人夫婦が打つ姿を眺
めていました。

そして、「ちょっと打ってみたら？」と
友人に言われたので、友人の奥さんの7番
アイアンを持たせてもらいました。「女性
用なら軽いから振れるかな？」と思いまし
たが、久しぶりに持つクラブはとても重く、
振れないような感じがしました。

クラブを握り、左右にほんの少し動かし
てみました。首、肩、背中・・・、いろん
な部位がきしんで痛みます。でも、クラブ
を動かすことができました。「これでボー
ルに当たれば少しなら飛ぶかもしれない」
と思いました。「クラブとボールが当たっ
た時に、その衝撃が体に響かないだろう
か？うまく当たらずに地面を叩いてしまっ
たら、酷いことになるんじゃないか？」そ
う思いながらも、ボールを打ってみたいと
強く思い、クラブを支えにしてしゃがみ、
ボールをゴムのティの上に乗せました。

クラブヘッドをボールに合わせ、構え
ました。初めてコースに行ったときの1番
ホールのティショットを打つときと同じく
らい緊張しました。

「当たるかな、痛いかな、出来るかな、やっ
ぱり無理かな」

手首を使ってクラブをゆっくり右に動か
し、腰の高さくらいまで動いたら今度は左
の腰の高さまでゆっくり動かしました。「ポ

コン」という音がして、力のない低い打球
が30ヤードくらい先へ落ちた後、ころこ
ろと転がっていきました。総飛距離は50
ヤードほどだったのでしょうか。打ったと
いうよりも、ボールとクラブがぶつかった
という表現の方が正確かもしれません。で
すが、この時のうれしさを僕は一生忘れる
ことはないでしょう。「またゴルフができ
る！」これなら、うまくいけば10打以内
でグリーンに届いて、パターして・・・と
考えたら、こりゃコースで回れる、早くコー
スに行きたいと、1球打っただけでなんと
も気が早いのですが、「コースデビューが
今の第一目標」と決めてしまいました。

飛距離やスコアよりも、自分でクラブを
握ってボールを飛ばせたというこの瞬間の
感激が、再びゴルフが出来るという喜びが、
自分の中の何かを変えた、モヤモヤしてい
たものが一気に晴れた、そんな気持ちにさ
せてくれたのでした。

こんなふうにして、2006年、35歳
の時、第二のゴルフ人生がスタートしまし
た。

そして井上先生に、ゴルフをしても大丈
夫かどうか伺ったところ、「してもいいけ
ど準備運動をたっぷりして、無理な動きは
しないように・・・」と、許可をいただき
ました。

ついに、リハビリとしてのゴルフの練習
が始まったのでした。クラブを数本持って
地元の練習場に通り、手すりにつかまりな
がらようやく人気のない二階の打席に上が
り、人に見られたくないので一番奥の打席
に行きます。準備体操を入念にして、ゆっ
くり素振りをしてからボールを打ち始めま

す。一度にたくさんの球数は打てませんので、一球一球時間をかけて、ゆっくりゆっくり練習しました。

もちろん、小さなスイングですが、クラブを振るたび、ボールを打つたびに体中が痛みます。時々、力が入ったり無理な動きをして、激痛が来たりします。だけど、リハビリのために体を動かして痛いのが同じなら、楽しくて痛い方がいい。昔と同じようにクラブを振れないし、ボールも飛ばないけど、二度と出来ないと諦めていたゴルフがまたできる。クラブを振れる、ボールを打てるという事の楽しさ、幸福感……。そして、ゴルフが出来るという決して当たり前の事ではないありがたさは、今でも、そしてこれからも持ち続けています。

そして、「第二のゴルフ人生のコースデビュー」という目標ができたことで、気持ちの方向が決まりました。

そして、ASである自分の体に合った、新しいスイング方法を必死で研究しました(今もですが)。スイングの軸となる脊椎の前弯具合、動く関節と動かない関節、強い痛みが伴う動きと、我慢できる程度の痛みの動きを知ることがまず第一でした。出来ることと、出来ないことをはっきりさせる、自分の体の状態を知ることから始めました。

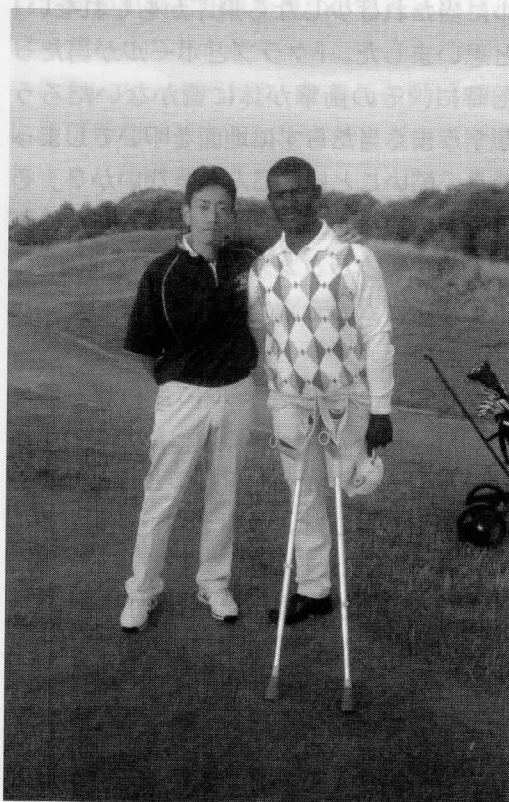
そしてスイングするときに、今の自分にとって各関節の残存する可動域をどう使えば、強い痛みを伴わずにできるか。そしてこの少ない体力でエネルギー効率のいいスイングをするにはどうすればいいか、さらにはミスの少ないスイングをするために、この体をどう使って、クラブをどんな動きで振ればいいのか。一般的なゴルフスイング

の体の動きは通用しないので、自分用のスイングを一から作るようになりました。その作業は大変でしたが、ゴルフが出来ることが楽しくて楽しくて仕方ありませんでした。

最初は以前の「動いていた頃の体の動き」を体が覚えていて、ボールに当たらなかったり、変な動きになって激痛があったりしました。しばらくすると、「動かない体の動き」にも慣れ始めてきて、徐々にボールにも当たるようになってきたりしました。

そして、再びゴルフを始めるきっかけを作ってくれた親友夫婦と一緒に、「ASゴルファーとしてのコースデビュー」の日がやってきました。

「7番アイアンで50ヤード」から約2



世界の仲間と共に…。

か月、この日
してきました。
り出来なかつ
楽しくてゴル
と幸せを満喫
でした。

僕にとって
に心のリハビ
だと実感しま

2006年
第2種5級・体
帳の交付を川

「身体障害者
れは最初複雑
けれどすぐに
当然なのかな
した。そして
大会を何かの
ネットで検索
ためにゴルフ
そして世界各
いる「日本障
見つけ、さっ

活動内容とし
される月例会
公式大会、海
征、そして、
豪選手も来日
一を決定する
「選手権大会」
参加者は、ゴ
を目的とする
方まで色々とい
月に茨城で行わ
にしました。

で、自分用のス
になりました。そ
ルフが出来ること
ありませんでし
頃の体の動き」
に当たらなかつ
痛があったりし
「動かない体の
、徐々にボール
たりしました。
めるきっかけを
一緒に、「A S ゴ
ビュー」の日が
ード」から約2



に…。ち高の題の

か月、この日のために毎日リハビリ練習をしてきました。天気も良く、上手く出来たり出来なかったり・・・、でも、すべてが楽しくてゴルフが出来ることのありがたさと幸せを満喫した、本当に夢のような一日でした。

僕にとってゴルフは、体のリハビリ以上に心のリハビリとして、とても大切なものだ実感しました。

2006年（平成18年）5月16日、第2種5級・体幹機能障害の身体障害者手帳の交付を川崎市より受けました。

「身体障害者」、自分になってみると、それは最初複雑な気持ちがするものでした。けれどすぐに、自分の体の状態を考えたら当然なのかなと、受け入れることができました。そして、以前に身体障害者のゴルフ大会を何かの記事で読んだことを思い出し、ネットで検索したところ、様々な障害者のためにゴルフを出来るフィールドを国内で、そして世界各国と協調、連携して提供している「日本障害者ゴルフ協会」なるものを見つけ、さっそく連絡を入れてみました。

活動内容としては、毎月関東近郊で開催される月例会、年に数度地方で開催される公式大会、海外の障害者ゴルフ大会への遠征、そして、メイン競技となる、海外の強豪選手も来日しての障害者ゴルファー日本一を決定する「日本障害者オープンゴルフ選手権大会」の開催など様々なものでした。参加者は、ゴルフを通じて楽しくリハビリを目的とする方から、本格的な競技志向の方まで色々ということでしたが、まずは6月に茨城で行われる月例会に参加することにしました。

自分も障害者ながら、障害者ゴルフを実際に見ることは初めての経験でしたが、上肢切断、下肢切断、片麻痺のゴルファー・・・と、いろんな障害の方がいて、片腕で、片足で、半身麻痺で、信じられないくらいクラブをうまく使ってボールをキレイに打っている姿を見て、驚きと感動と勇気もらいました。後の大会では、車いすのゴルファーもいる事に驚きました。

障害を抱えながら、そんなプレーが出来るまでにどれだけの事を努力してきたんだろう、健常から障害を抱えるようになって、体の事はもちろん気持ち的にも計り知れない苦悩があったのだろうけど、ここにいる人たちはその苦悩を乗り越えて、今ここであんなに楽しそうに笑っている、自分もこんな風に笑えるようになりたいと強く思いました。

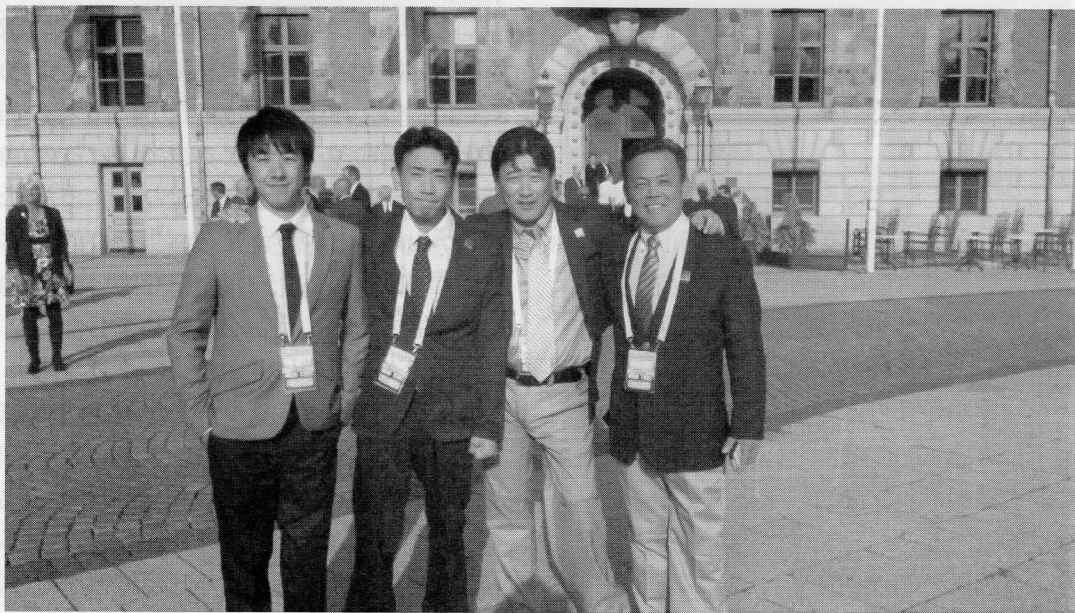
そして、楽しかった障害者ゴルフ月例会の帰り道、自分も健常だった頃とは程遠い体になり、いつまでゴルフができるのか分からないけど、A Sと一緒に出来るところまで頑張ってみよう、今の自分に出来ることを一生懸命やって、どこまでいけるのかチャレンジしてみよう、何よりも、またゴルフが出来るという幸せを、当たり前だと思わずに感謝して、一日一日を悔いのないように生きていこうと心に決めました。

そして次の目標は4か月後、10月末に行われる障害者ゴルファー日本一を決める大会、「日本障害者オープンゴルフ選手権大会」への出場に決めました。

それからほぼ毎日リハビリ練習を続けました。「障害者日本オープン」には、全国、そして海外からも強豪選手が参加しま

す。真剣な競技なので今まで以上に練習しないと、この程度のゴルフでは一緒に回るプレーヤーに迷惑をかけてしまうかもしれません。痛みの強さや部位、体の動き具合など体調は日々変わりますが、試合は（普段のラウンドも）、体調の良い日を選んではいけません。動けないような体調の時以外は、それに合わせられるような体の使い方の引き出しを多く持っていることが必要になります。

「この痛みがこの程度ならこう振ろう、ここまで動かすのは無理だから、こんな時はこっちをこう動かしてみたらどうだろうか・・・」など、試行錯誤の日々でした。ちゃんと当たらない、ボールが曲がってばかりとか上手い出来ない事が多く、がっかりしましたがその度に、「ゴルフの事で悩めるなんて、自分は幸せ者だなあ」と、これは今でもですが・・・、そう思うように



日本のチームの一員として

しています。

リハビリ練習と並行して仕事も探していました。ハローワークに通って自分にできる仕事がないか探していましたが、満員電車の中での通勤はとうてい無理だし、座りっぱなしも立ちっぱなしも無理・・・、社会的に自分が役に立てることが全く思いつきませんでした。何か仕事に就けたとしても、一日中痛みを我慢するだけで、職場の方々の迷惑になるだけの存在になるのではないかと、自分に出来ることよりも、出来ない事の方を先に考えてしまい、なかなか仕事を見つけることはできませんでした。体の痛みだけでも無くなれば・・・と、叶わぬことを何度思ったかしれませんが、そんなことを考えてもどうにもならない事も分かっていました。

そんなある
で、僕が現在
方から連絡が
ばウチの会社
をいただきま
車で5分のと
した。自分も
が出来ること
今までの知識
ができるかも
の紹介で働く
出来ない場合
います。それ
の現状を話し
「働く機会を
いますし、精
体は今も楽な
行してこの先
期待していた
かもしれない
とになるかも
も職場でお荷
うなったら迷
ると、「とりあ
ならそこでま
という言葉

そして200
社会復帰をする
皆の協力のおか
けていられます
ないけれど、仕
少しでも役に立
日仕事に通って

そして、僕に
として初めての

仕事も探して通って自分にでもありますが、満員無理だし、座も無理・・・、ようなことが全何かに就け我慢するだけで、けの存在になる来ることよりも、てしまい、なかできませんでしなれば・・・と、いれませんが、にもならない事



そんなある日、学生時代からの付き合いで、僕が現在無職であることを知っている方から連絡があり、「もし小池君が良ければうちの会社で働いてみないか」とのお話をいただきました。それは家のすぐ近く、車で5分のところにあるゴルフ場の仕事でした。自分も大好きなゴルフに携わる仕事が出来るとは願ってもないことでした。今までの知識、経験も少しは生かせることができるかもしれません。しかし、その方の紹介で働くことになるのであれば、仕事が出来ない場合にその方に迷惑をかけてしまいます。それは嫌だったので、正直に自分の現状を話しました。

「働く機会を頂けることは大変感謝していますし、精一杯働かせていただきますが、体は今も楽な状態ではなく、これからも進行してこの先どうなるかもわかりません。期待していただく最低限のことも出来ないかもしれないし、やっぱり無理で辞めることになるかもしれません。辞めないとしても職場でお荷物になるかもしれないし、そうしたら迷惑をかけてしまいます。」すると、「とりあえずやってみて、無理そうならそこでまた考えればいいじゃないか。」という言葉いただきました。

そして2006年の秋、ほぼ1年ぶりに社会復帰をすることができました。職場の皆の協力のおかげで、現在もこの仕事を続けていられます。自分で出来ることは多くないけれど、仕事があることに感謝して、少しでも役に立てればと思いながら、週5日仕事に通っています。

そして、僕にとって障害者ゴルファーとして初めての競技大会、「第11回日本

障害者オープンゴルフ選手権大会」の時がやってきました。場所は千葉県の「真名カントリークラブ・ゲリープレーヤーコース」でした。やれるだけの練習はしてきたつもりですが、試合でどうなるか不安でした。

この大会は日本で唯一、2日間の競技日程で行われます。競技初日の前日には前夜祭が催され、海外選手や国内のいろんな選手たちと障害者ゴルフの事、自身の事などいろんな話を聞くことができ、有意義な時間を過ごせました。宿に戻り、普段使っている低反発の厚めのマットレス、背中の下に弯曲に合わせるために入れるクッション、タオル、枕などの大荷物を出してベッドにセットして、痛み止めを飲んで横になりましたが、その夜は緊張してなかなか寝付けませんでした。

初日の1番ホール、僕のスタート時間がついにやってきました。

膝が震えて、緊張しているのが自分でわかります。「ゴルフで緊張することが出来るなんて、やっぱり幸せだ。」と思いながら打った第一打は左の林へと消え、OBとなりました。こんな風にして2006年10月、僕の障害者ゴルファーとしての試合デビュー戦はOBから始まりました。しかし、試合が進むと予想に反して自分でも不思議なくらい、いいプレーが出るようになり、上位で初日を終えることができました。

2日目のプレーもいい緊張感を持って集中することができて、終わってみるとなんと準優勝することができました。優勝はオーストラリアのジェフ・ニコラスという、障害者ゴルフ界では有名な選手だそうで、

世界中の大会で数多くの優勝経験を持ち、世界最強と謳われる下肢障害のゴルファーでした。

準優勝という結果はすごく嬉しかったのですが、日本国中にいる強豪選手、海外選手のプレーを初めて目の当りにして、当たり前ですが、「まだまだこの人たちのいる場所には追いついてない。結果だけに満足しないで、自分ももっともっとゴルフが上手になりたい。」と思いました。

それからの練習には、いつも目標とする選手たちが頭の中にいました。力強く、正確なショットを打っていた姿が目には焼き付いていました。人間的にも素晴らしい人たちがばかりでした。抱えている障害は様々ですが、それを乗り越えて互いにリスペクトし合いながら、自分の持っている技術を試合でぶつけ合う、そして何よりとても楽しそうな姿を見て、「この人たちも本当にゴルフが好きなんだ」ということが嬉しかったです。初めて参加した月例会でもそうでしたが、この試合でさらにまた感動と勇気をもらいました。いつか自分も、少しでも誰かに勇気を持ってもらえるような、そんな障害者ゴルファーになれるらいいなと思いながら練習に励むようになりました。

障害者ゴルフに参加するようになって、たくさんの障害者ゴルファーと知り合って、自分の中でいろんな事が変わっていきました。何より、「自分はひとりじゃない」ということでした。ここに参加する前は、言いようのない孤独感を感じていました。卑屈になっていた自分も確かにいました。勿論周りの人たちの助けがなければ、ゴルフを再開することも出来なかったと思います。でもどこかで恥ずかしいのですが、「自分

一人だけが、人よりも多く苦しんで頑張っているのでは・・・」という、思い上がりがありました。しかし、ここの皆は自分の障害を受け入れて、それと向き合ってゴルフをし、実生活をしている。簡単に出来ることではないのは僕にもわかります。どれだけ時間をかけて、苦悩して、乗り越えて、ゴルフを楽しめるようになったのか・・・、形は違っても、自分の前の壁を乗り越えて、好きなゴルフを楽しんでいる事実は一緒です。

実際に皆と知り合って、自分はひとりじゃないと強く実感できたのはそういった事でした。

それが、自分を前向きな気持ちにさせて



本日も 仲間に支えられています。

くれました。
ありますけど

2006年
から始まった
2007年は
5位、5月の
痺オープン」
月の茨城での
位、2008年
害者ゴルフ初
麻痺オープン」
そして10月、
「日本障害者オ
ができました。

痺オープン」
2008年と同
本障害者オー

2010年、
国オープン」で
ブン」障害総合
害者ゴルフフ
日本代表メン
に入ることがで
プレーヤーとの
ると痛感しまし
参加の時と同じ
C・ゲーリーフ
障害者オープン
年優勝のジェフ
の準優勝以来の
いうことで、多
で、ジェフと戦
いました。苦し
り勝つ事ができ
成ることがで

苦しんで頑張っ
う、思い上がり
この皆は自分の
向き合ってゴル
簡単に出来る
かります。どれ
て、乗り越えて、
ったのか・・・、
壁を乗り越えて、
る事実是一緒で
自分はひとり
のはそういった
気持ちにさせて



います。

くれました。勿論、前向きになれない時もありますけど・・・。

2006年の障害者ゴルフ競技初参加から始まった僕の障害者ゴルフですが、2007年は3月に沖縄で行われた大会で5位、5月の片麻痺障害がメインの「片麻痺オープン」で障害総合の部で2位、10月の茨城での「日本障害者オープン」で4位、2008年、3月に鹿児島島の大会で障害者ゴルフ初優勝をしました。5月の「片麻痺オープン」でも障害総合の部で優勝、そして10月、鹿児島・知覧CCで悲願の「日本障害者オープン」初優勝をすることができました。2009年、5月の「片麻痺オープン」障害総合の部で優勝、10月、2008年と同じ鹿児島・知覧CCでの「日本障害者オープン」で連覇を達成しました。

2010年、3月に高知での「九州・四国オープン」で優勝、5月の「片麻痺オープン」障害総合の部で優勝、8月には「障害者ゴルフフレンチオープン」に初めて日本代表メンバーとして渡仏、8位タイに入ることができましたが、世界のトッププレーヤーとの間にはまだまだ隔たりがあると痛感しました。そして10月、僕の初参加の時と同じ会場となった千葉の真名CC・ゲーリープレーヤーコースでの「日本障害者オープン」に臨みました。2006年優勝のジェフ・ニコラスが、2007年の準優勝以来の日本障害者オープン参加ということで、多少は上達した自分のゴルフで、ジェフと戦ってみたいと楽しみにしていました。苦しい戦いでしたがジェフに競り勝つ事ができ、日本オープン3連覇を達成することができました。

そして2011年、3月の大震災の直後に山口県宇部で開催された「障害者ゴルフ中国・四国オープン」で優勝、5月の「片麻痺オープン」でも障害総合の部で優勝できました。その試合後に、今夏にスウェーデンで障害者ゴルフ史上初、国別対抗の世界選手権大会が開催されるのですが、日本代表4名枠に入れるという話をいただきました。この大会の代表に入ることが今年の目標だったので、大変嬉しいし名誉なことだと思っています。日本代表として、恥ずかしくないプレーをしてチームジャパンのために少しでも力になれるように、今はスウェーデンの大会に向けて練習に励んでいます(2011年5月現在)。

振り返れば、強直性脊椎炎の発症が26歳のときでした。そして強直性脊椎炎と診断されたのが9年後の2006年35歳の時、その年からリハビリでゴルフを再開して障害者ゴルフに参加して5年が経ち、今年2011年、40歳になりました。

早かったような、長かったような14年でしたが、自分にとっては一番辛く苦しい時期がその中にありました。それまでは自分はそこそこ強い人間だと勘違いしていましたが、実際はとても弱く脆い人間で、ひとりでは何も出来ないという事も知ることができました。でも、その時期に世界観が変わりました。そしてたくさんの人に助けられて乗り越えさせてもらいました。

あんな辛く苦しい思いはもうしたくありませんが、また来てもおかしくないという覚悟はいつでもあります。そうすると以前は当たり前と感じていたことが、当たり前と思えなくなってきました。いろんな事がありがたく、感謝の気持ちが自然と出るよ

うになりました。変な表現かもしれませんが、A Sにならなければ、物事のありがたみや、いろんな幸せに気づかずに生きていたと思います。

朝、起きて無事に仕事やゴルフに行けることの幸せ、ありがたさ、「明日の朝起きたらまたあの痛みが来て動けなくなるかもしれない・・・」という思いがいつもあります。だから、一日一日を、出来ることを精一杯生きていたいと思います。明日の朝、動けなくなっても、絶対後悔することのないように・・・。

今の自分の体の事を申しますと、A Sですから当然、以前より良くなっているということはありません。痛みは主に首、肩、胸、背中、坐骨、腰の横の出っ張り、大腿部外側に常にある状態で、日によって強くなったり弱くなったりします。そのままでは痛みで外出できないので、痛み止めのロキソニンを常用していて、普段は1日3回、我慢できる日は2回服用しています。強直、こわばりも頸椎、脊椎から仙骨まで強直し、診察していただいている可動域、自覚している可動域ともに少なくなっていて、わりと自由に動くのは肘から先と膝から下くらいです。背骨の前弯も徐々に進んでいるようで、この2年で身長が7センチ縮みました。

A Sの診断を受け、リハビリでゴルフを再開した当時よりも、はっきり言って病状は進行していますが、ゴルフというスポーツは不思議なもので、この5年間で病状に逆行して上達している手応えが自分にありますし、実際ベストスコアも2010年に出ました(67が2回)。

この事は、これから先どこまで病気が進行するかわかりませんが、自分の体のどこかを使ってクラブを動かすことができれば、ゴルフにチャレンジし続けることができる自信になりましたし、病気で出来ないこともあります、出来ることもたくさん残されているという事実を僕に教えてくれました。そのたくさんの出来る事に目を向けて、自分の中にある可能性を信じて、出来ることをもっと出来るように努力すること、それが充実した人生を生きるために大事なことでないかと僕は思います。

結果だけではなくて、目標に向かって努力するプロセスの中にこそ、人生の喜び、価値があるのだと僕は信じます。だからこそ、「もう自分には何も出来ない、先も見えないし目標も何もない。」と思い込んでいた一番辛く苦しい時期よりも、病状が進行している今の方が、充実感、幸福感を感じていられるのだと思います。

これはもちろん自分一人の力ではなく、周りで僕を支え、助けてくれた人たちのおかげです。A Sであること、ゴルフの再開、社会復帰・・・、すべての事が、誰かの助けなくしては出来ませんでした。

最後に、今そしてこれからの自分の役割について考えていることがあります。それは「強直性脊椎炎(A S)」と「日本の障害者ゴルフ」の社会的な認知度を広めたいという事です。

僕にとっては二つとも自分とは切り離せない事ですし、A Sのおかげで前以上にゴルフに真摯に向き合えるようになり、障害者ゴルフのおかげで自分の生きがいを見出すことができました。しかし両者とも、当

事者と、当事者知されにくい経験ですが、前では痛みを極めて普通の生活で座り続けています。A Sの社会そんなことをしと自然に社会生活と信じています

そして、障害理解は、様々なというスポーツそれが少しでも前向きな気持ちる助けになれば

一般ゴルファと対等に、いえる事を知っても感じても

お陰様で、ゴルフファアとしてはただけのようにり自覚はないの時々、障害者ゴや新聞、ラジオますが、その時病名と病状を出うにお願いしていない多くの方を通じてこんな多くの方に知るなら、A S患はありません。

まで病が進
自分の体のどこ
とができれば、
ることができ
で出来ないこと
たくさん残さ
覚えてくれまし
事に目を向けて、
じて、出来るこ
力すること、そ
ために大事なこ

す。それは、

「人生の喜び、

ます。だからこ

来ない、先も見

と思い込んで

りも、病状が進

惑、幸福感を感

す。

の力ではなく、

れた人たちのお

、ゴルフの再開、

事が、誰かの助

した。

らの自分の役割

あります。それ

』と「日本の障

知度を広めたい

分とは切り離せ

げで前以上にゴ

うになり、障害

生きがいを見出

し両者とも、当

事者と、当事者に極めて近い存在にしか認知されにくいという現状があります。自分の経験ですが、A Sのことを知らない人の前では痛みを我慢したり、無理な動きをして極めて普通のフリをしたり、苦しい姿勢で座り続けてみたりすることが正直あります。A Sの社会的な認知度の向上と理解は、そんなことをしないで僕らA S患者がもっと自然に社会生活ができることに寄与すると信じています。

そして、障害者ゴルフの認知度の向上と理解は、様々な障害を抱えていてもゴルフというスポーツが出来る事を知ってもらい、それが少しでも外に出るきっかけになって、前向きな気持ちになれる障害者の方が増える助けになればと思います。

一般ゴルファーの方にも、僕らが健常者と対等に、いえ、健常者以上のプレーができる事を知ってもらって、勇気や感動を少しでも感じてもらえたらいいと思います。

お陰様で、現在日本国内の障害者ゴルファーとしては、トップレベルと言っていただけになりました。自分ではあまり自覚はないのですが……。そのためか時々、障害者ゴルフの試合で、ゴルフ雑誌や新聞、ラジオの取材を受けることもありますが、その時に必ず「強直性脊椎炎」の病名と病状を出来るだけ書いていただくようお願いしています。A S患者が周りにいない多くの方々に、雑誌や新聞、ラジオを通じてこんな病気があるのだと一人でも多くの方に知ってもらえるために役に立てるなら、A S患者として、これに勝る喜びはありません。

これから一人のA S患者として、障害者ゴルファーとして、一日一日、自分にできる事を精一杯やっていきたいと思っています。

編集部註

小池さんは、今年の第1回障害者ゴルフ世界選手権スウェーデン大会に無事出場を果たされ、団体で銅メダルを獲得、個人でも4位に入賞されました。そこに至るまでの小池さんの軌跡が、「週刊パーゴルフ」2011年9月13日号に詳しく掲載されております。「週刊パーゴルフ」編集部皆さんのご厚意により、記事をそのまま転載できることとなりました。編集長はじめ編集部の方皆さん、ありがとうございます！！

がんばらないけどあきらめないのが病気に負けないコツと高名なお医者さんが言われてましたが、小池さんの営みに接すると、あきらめずにがんばってがんばって頑張り抜くのが大事ななあとあらためて思わされました。

はヘッドを気持ちよく振ることだけを
考えてスイングします」
独特の猫背スタイルと手首を使った
スイングでも、ヘッドを気持ちよく振

タケ小山へ弟子入り
小池氏がゴルフを本格的に始めたの
は、20歳のときだった。子どものころ
父親に連れられて、打ちっ放しの練習

フェースの芯でとらえたときの感触を
味わいたがために、毎日1000球
多いときには2000球を打っていた。
自己流ではあったが、レッスン教室で
使用するスイングを撮影するためのビ

の研修会で実戦を作らなければいけな
い。そのためには、できるだけ実戦を
こなしたかった。
滞在したオランダはミニツアーが
数多くある。小池氏は積極的に参加し、



ゴルフが絶望から救ってくれた

25歳という若さで「強直性脊椎炎」という奇病に襲われ、体の関節が
思うように動かなくなっていたという小池良太郎氏。一時は自暴自棄になったこともあったが、
ゴルフが彼を支え続けてくれたという。その小池氏が日本代表の一員として選ばれた
第1回障害者ゴルフ世界選手権がスウェーデンで開催され、日本は団体戦で3位に入った。
小池氏自身も個人戦で4位に入るなど活躍。奇病と闘いながらも、
ゴルフを愛する男の横顔に迫ってみた。

取材／文 山田英希 撮影／山上忠

super Document

Vol. 445

小池 良太郎

障害者ゴルフ世界選手権・日本代表 ● Ryotaro Koike

7番アイアンで50ヤードから 今や日本代表選手へ

日本障害者ゴルフ協会(DGA)とい
う団体を存じだろうか。1991年
に民間の障害者スポーツ団体として設
立され、現在は全国に約600人の会
員を持つという。会員の障害はさまざ
まで、ゴルフを通じて障害者が生活の
質を高め、より多くの障害者がゴルフ
を楽しめる環境づくりをすることが目
的とされている。

小池良太郎氏がこの協会に参加した
のは今から5年前、35歳のときだった。
以来、日本障害者オープン4連覇を含
む10勝を挙げている。障害者ゴルフの
世界では圧倒的な強さを誇り、ベスト
スコア67と健常者の中に入っても間違
いなくトップクラスの実力を持つ。

念のために断っておくが、小池氏が
参加する日本障害者オープン・グラン
プリの部では、バックティを使用する
ことが多いため、総ヤードージが70
00ヤードを超えることも少なくない。
それでありながら、70台を2日間マー
クしなければ、確実に優勝を狙えない
レベルである。

強直性脊椎炎という奇病を患ってい
る小池氏は、ゴルフを再開した際、7
番アイアンの飛距離がキャリー30ヤ

ド、ラン20ヤードの計50ヤードにすぎなかった。日常生活を送るだけでも、体幹を中心とした関節に激痛が伴うだけに、今でもフルショットはできない。それでも、できるだけ体に負担のかからないスイングを編み出した結果、今ではドライバーで220ヤードの飛距離が出るまでになった。

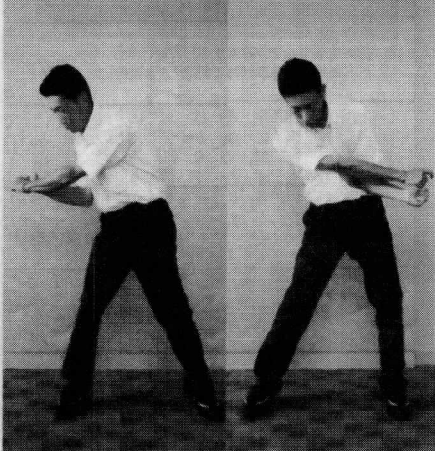
「クラブヘッドが地面をたたくと体への衝撃がすごいので、ボールをクリーンに打つことを心がけています。入射角を浅くして、クラブフェースがスクエアな状態でボールをとらえるイメージです」

フェースターンの度合いをなるべく抑えることによって、サイドスピンやバックスピンなど、余計なスピン量を減らし、方向性と飛距離をアップしているという。それでも、ドライバーの飛距離が220ヤードでは他の選手に30〜40ヤード置いていかれることが多く、小池氏にとっての生命線はフェアウェイウッドだという。

「グリーンまで残り200ヤード地点からどうやって乗せるかを考えます。やはり入射角を浅くすること、あとはヘッドを気持ちよく振ることだけを考えてスイングします」

独特の猫背スタイルと手首を使ったスイングでも、ヘッドを気持ちよく振

テークバックは腰までしか上がらないが、ドライバーで220ヤード飛ばす



小池良太郎氏

1971年2月24日生まれ、東京都出身。プロゴルファーを目指していた25歳のときに強直性脊椎炎を発症。一時はクラブを置いたが、障害者ゴルフの道があると知り、35歳から再び競技ゴルフに身を置く。現在は東京よみうりカントリークラブのマスター室にて勤務。日本障害者ゴルフ協会会員。

Ryotaro Koike

れるようになれば、ボールは曲がらないし、パワーの伝達効率も高いという。「ただ、一般にいわれるゴルフのセオリーをまったく無視しているの、自分の病気を知らない人から見たら、カッコ悪いスイングだとよくいわれますけどね(笑)」

今でこそ笑顔でそう語るが、オリジナルのスイングを完成させるまでには、相当な努力があったことはいうまでもない。

ツアープロを目指し、タケ小山へ弟子入り

小池氏がゴルフを本格的に始めたのは、20歳のときだった。子どものころ父親に連れられて、打ちっ放しの練習

場には何回か行ったものの、高校生まで野球一筋の生活を送っていたため、ゴルフに興味を持つことはなかったという。

大学に進学した後、自宅近くのスポーツクラブでアルバイトを始めたが、そこにインドアの練習場があったのが

ゴルフを始めるきっかけとなった。仕事で忙しくなかったこともあり、空いた時間を見つけてはボールを打った。鳥かごで打っているため、飛距離や球筋までは分からない。単に、ボールをフェースの芯でとらえたときの感触を味わいたがために、毎日1000球、多いときには2000球を打っていた。自己流ではあったが、レッスン教室で使用するスイングを撮影するためのビ

デオ材がそろっていたので、ゴルフ雑誌に載っているトッププロの連続写真と見比べながら、どこが違うのかをチェックした。気がつけば、スイングオタクになっていたという。その効果があったのか、卒業するころには70台でラウンドするようになり、プロゴルファーへの夢も徐々に芽生え始めていた。卒業後も同じスポーツクラブに残ったが、インストラクターの資格を取得できたため、レッスンをすることで収入を得ていた。それでもツアープロになることが夢から目標に変わっていっただけに、小池氏は勝負に出る。

「知り合いのつてを頼って、米国のフロリダにいた小山武明さんを訪ねたんです。半年間ほど滞在して、ゴルフの基礎やゴルフに対する考え方、姿勢などをタケさんにたたき込まれましたね」

小池氏にとって、人生初であり唯一の師が小山になった。ゴルフの基礎力をアップさせると同時に、小池氏にはもう一つの狙いがあった。プロテストに受かるためには、アシスタントプロの研修会で実績を作らなければいけない。そのためには、できるだけ実戦をこなしたかった。

滞在したオーランドはミニツアーが数多くある。小池氏は積極的に参加し、

太郎

7番アイアンで50ヤードから
今や日本代表選手へ

日本障害者ゴルフ協会(DG)という団体を存在した。1991年



第1回障害者ゴルフ世界選手権に日本代表として出場した小池氏は、見事団体で銅メダルを獲得した

「だって、体を動かしたほうがいいなら、ゴルフだって構わないわけだろ？」
 そういって、加藤氏は小池氏を無理に走らせた。

痛み出すんです」

「25歳ぐらいのときですね。首や腰、背中が痛みが出てきたんですよ。病院に行ったら、『それだけボールを打つていれば、痛くもなるでしょう』といわれて、安静にしていたんですが、よくないと思って練習を再開すると、また痛み出すんです」

「練習→安静→練習→安静を何度か繰り返すうちに、筋肉ではない腰、鎖骨、肩の骨の部分に痛みを感じるようになった。さらに、歩いたり、咳やくしゃみをしたときだけでも、体中に痛みが走った」

「まるで雷にでも打たれたかのように、一歩も動けなくなりました。必死の思いで自宅にたどり着きましたが、これではもう仕事を続けることができないと思い、退職することになりました」

医師でも分からない原因不明の激痛

「もうで雷にでも打たれたかのように、一歩も動けなくなりました。必死の思いで自宅にたどり着きましたが、これではもう仕事を続けることができないと思い、退職することになりました」

「もうで雷にでも打たれたかのように、一歩も動けなくなりました。必死の思いで自宅にたどり着きましたが、これではもう仕事を続けることができないと思い、退職することになりました」

「もうで雷にでも打たれたかのように、一歩も動けなくなりました。必死の思いで自宅にたどり着きましたが、これではもう仕事を続けることができないと思い、退職することになりました」

「もうで雷にでも打たれたかのように、一歩も動けなくなりました。必死の思いで自宅にたどり着きましたが、これではもう仕事を続けることができないと思い、退職することになりました」

「もうで雷にでも打たれたかのように、一歩も動けなくなりました。必死の思いで自宅にたどり着きましたが、これではもう仕事を続けることができないと思い、退職することになりました」

「もうで雷にでも打たれたかのように、一歩も動けなくなりました。必死の思いで自宅にたどり着きましたが、これではもう仕事を続けることができないと思い、退職することになりました」

「もうで雷にでも打たれたかのように、一歩も動けなくなりました。必死の思いで自宅にたどり着きましたが、これではもう仕事を続けることができないと思い、退職することになりました」

「もうで雷にでも打たれたかのように、一歩も動けなくなりました。必死の思いで自宅にたどり着きましたが、これではもう仕事を続けることができないと思い、退職することになりました」

「もうで雷にでも打たれたかのように、一歩も動けなくなりました。必死の思いで自宅にたどり着きましたが、これではもう仕事を続けることができないと思い、退職することになりました」

「もうで雷にでも打たれたかのように、一歩も動けなくなりました。必死の思いで自宅にたどり着きましたが、これではもう仕事を続けることができないと思い、退職することになりました」

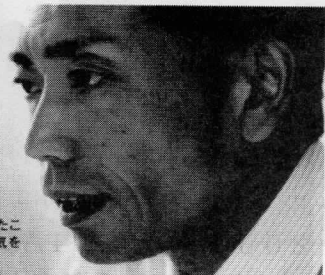
「もうで雷にでも打たれたかのように、一歩も動けなくなりました。必死の思いで自宅にたどり着きましたが、これではもう仕事を続けることができないと思い、退職することになりました」

「もうで雷にでも打たれたかのように、一歩も動けなくなりました。必死の思いで自宅にたどり着きましたが、これではもう仕事を続けることができないと思い、退職することになりました」

「もうで雷にでも打たれたかのように、一歩も動けなくなりました。必死の思いで自宅にたどり着きましたが、これではもう仕事を続けることができないと思い、退職することになりました」

「だって、体を動かしたほうがいいなら、ゴルフだって構わないわけだろ？」
 そういって、加藤氏は小池氏を無理に走らせた。

今野康晴、海外遠征の資金
 小池氏の収入はほとんど消えてしまっている。今回の第1回選手権のような海外遠征に出ることは少ない。二人のプロゴルファー、今野康晴と小池氏は、海外遠征のためのチャリティーマッチで5000円を寄付した。10万円を寄付。「本当に助かります」と小池氏。二人はDGAの会員や支援者からも寄付や援助が。小池氏ははじめに日本代表として世界で活躍する多くの人になる。将来的にこの式種目になる期待も。としてよりいっそう楽しみたい。



ゴルフを再開したことで、大きな勇気をもらったという

だけ体を動かしたほうが良いという。といっても、そこには常に激痛が伴う。小池氏は自宅近くを散歩するようになったが、5歩進んで休む、また5歩進んで休むという状況だった。

そんなとき、高校時代からの親友であり、フロリダのタケ小山のところへも一緒にいった加藤幸氏が見舞いに来た。病気が発症してからあえて遠ざけていたが、思い切ってこれまでの経緯と現状を説明した。

「ふん、それで、ゴルフはできるのか？」
「オレの話を聞いていたのか？ こんな体で、どうやってクラブを振れというんだよ」
「だって、体を動かしたほうがいなら、ゴルフだって構わないわけだろ？」
そういつて、加藤氏は小池氏を無理

やり練習場に連れ出した。3年ぶりに訪れた練習場は、小池氏の五感を刺激するには十分だった。懐かしさを感じると同時に、ボールを打つてみたいという気持ちが強くなった。

同行していた加藤氏の夫人から、レデイス用の7番アイアンを借りてみた。緊張しながらもクラブをはずからはずの振り幅で振ってみると、ボールは30ヤード先に落ち、20ヤード転がった。インパクトの瞬間に痛みはあったが、それ以上に久々の感覚がたまらなくうれしかった。

「50ヤードか。5、6回打てばグリーンまで届くかな。10回打てば、15でも……」

完全に忘れていたゴルフへの情熱が、再び燃え始めた。以来、リハビリを兼ねて毎日練習場へ通うようになった。70、80球を休みながら、2時間半くらいかけて打っていく。もちろん、1球打つたびに体中を衝撃が走る。だが小池氏は、
「どうせリハビリで痛い思いをするなら、ボールを打つほうが楽しいですからね」
と意に介さなかった。

そして3カ月後、小池氏は富士チサンCCCのティグラウンドに立っていた。このころには7番アイアンの飛距離も

120ヤードまで伸びていた。芝生の匂い、クラブハウスの雰囲気、約4年ぶりのラウンドは、まるで初ラウンドのように新鮮だった。

長いクラブを持つことに対して怖さもあったが、それも克服してドライバーを手に入れた。空振りしたらどうしようという不安の中、打ち出されたショットは青空に向かって真っすぐ飛んでいった。まさか再びゴルフ場でボールを打つことができるなんて……。その後のことはほとんど覚えてはいない。スコアは辛うじて100を切るくらいだった。

それからすぐに、東京よりウリCCのマスター室で働いてみないかと声をかけられ、現在も事務仕事やコースの巡回などを行っている。自分の病気を知らながらも雇ってくれたことは、感

謝してもし切れないという。そしてゴルフのほうは、復帰ラウンドから半年もたないうちに70台をマーク。昨年は67を2回マークした。

「自分にリミッターをつけないければ、どんな人でもアンダーパーで回すことは可能です。無理だと思った瞬間、いいスコアは出ないと思います」
逆境にも負けない気持ちを与えてくれたゴルフには本当に感謝していると小池氏。一打に真剣に取り組む、今以上に思いどおりのゲーム運びができるようになるのが目標という。

スウェーデンで開催された第1回障害者ゴルフ世界選手権(8月8、10日)では団体戦3位、個人戦のスウェーデン招待(8月12、13日)では4位に輝いた。同じ障害者に勇気を与えるために、さらなる極みを目指す。

今野康晴、塚田好宣らが、海外遠征の資金援助に貢献

小池氏の収入はゴルフの遠征ではほとんど消えてしまうという。国内遠征はもちろん、今回の第1回障害者ゴルフ世界選手権のような海外遠征でも助成金が出ることは少ない。そんな境遇を耳にした二人のプロゴルファーが立ち上がった。

まず、今野康晴が遠征費用を集めるためのチャリティーコンペを主催。50万5000円を寄付した。また、塚田好宣も10万円を寄付。

「本当に助かりますし、感謝しています」

と小池氏。二人のプロ以外からも、DGAの会員や支援者、大会主催者からも寄付や援助があったという。

小池氏をはじめ障害者ゴルフファーマ日本代表として世界で活躍することは、障害を抱える多くの人にとって大きな励みになる。将来的にはパラリンピックの正式種目になる期待も大きいだけに、競技としてよりいっそう発展していくことを期待したい。

アンダーパーで回れるぐらいの力をつけた。ある程度目的を達成し、予定どおり半年後に帰国。その後も自分に手応えを感じていた。そろそろブ

仕事さえも失った原因不明の激痛

あちこちの病院を駆け回ったが、どこへ行っても診断がつかず、1年間ぐら

中をはいくつばるしかできない。心が完全に折れてしまった小池氏は自然と人目を避ける、外出することもほとんどなくなった。そんな悶々とした日々を、かかないときもあるという。
「この病気は、治りはないが生命にかかわることもない。社会復帰している人もたくさんいるから、頑張ってい