

# Oh!Me

オー!ミー

インターネットと連動した  
【滋賀生活情報紙】



## 新毎日 新聞日

この情報紙は「滋賀ガイド」と提携しています

滋賀ガイド [www.gaido.jp](http://www.gaido.jp)

vol.427・8月2日号 毎週木曜発行

4面にプレゼント情報!

●Oh!Me 編集室/株式会社ヤマブラ:近江八幡市桜宮町294 TEL0748-34-8872 FAX0748-34-8927

●広告/滋賀毎日広告社:大津市打出浜3-16 TEL077-522-2603 発行部数:100,000部

●発行/毎日新聞大阪本社開発宣伝部:大阪市北区梅田3-4-5



素敵

な人

障害者セーリング協会  
<http://homepage2.nifty.com/charity-net>

### 楽しくなければ、リハビリじゃない

西山さんはビルの窓ふきのアルバイトをしていた24歳のとき誤って7階から転落。一命は取り留めたものの足が不自由になった。突然の事故だっただけに心の整理がつかず、ぼうぜんとするばかりで、精神的に落ち込んだ。

そんなとき背中を押してくれたのは友人だった。友人の励ましを支えにリハビリを開始。最初は補助杖を使って近所を歩くことから始めた。ほんのそこまで歩くのにも長時間かかったが、耐えながら徐々に距離を増やしていった。

あるとき、歩きながらふと思った。リハビリも大切だが、障害があろうとなかろうと楽しい人生を送りたい。同じするなら機能回復だけではなく、日々の生活を楽し

く快適にするリハビリをしよう。そこでまず、心を楽しくしてくれる自然の力を借りようと考え、ハイキングを始めた。さらに、友人に誘われてカヌーも。「水の上では健常者も障害者も同じだ!」。この新鮮な発見で、水上スポーツの楽しさに目覚めた。

### ネットで見つけたヨットとの縁

愛知県の蒲郡市でヨット体験ができることを偶然ホームページで知った。早速、体験教室に参加。ヨットはカヌーのようにゆっくり景色を見ながら楽しむのではなく、飛行機で飛んでいるような感覚だった。風を切って進むスピード感にすぐに夢中になった。

コーチに誘われて、続けて練習に参加することにした。ところが西山さんを待ってい

## ロンドンパラリンピック セーリング日本代表の座を獲得!

にしやまかつや  
セーリング選手 西山克哉さん(湖南省在住・44歳)

ヨットで海上のブイまでのコースを往復してタイムを競うセーリング。車椅子生活で整体師の仕事しながらセーリングを楽しむ西山克哉さんは3人乗りの部門で、このほど日本代表としてロンドンパラリンピック出場を決めた。機能回復だけでなく生活を楽しくするリハビリを! そんな心がけが実を結んだ快挙である。

たのは世界選手権に向けての猛特訓だった。平日は整体の仕事、週末は蒲郡市に通って練習するハードな日々が続いた。西山さんが担当するのは「メイン」。帆を操るポジションだ。帆を操るロープを引くには強い力があるため頑丈な上半身が必要だ。

「命に関わるスポーツなのでルールが非常に多く、それを覚えるだけでも大変でした。ロープの引き具合がたった1センチ違ってもレースが大きく変わるの面白く、厳しい練習にも耐えられました」

ところが始まってみればやはり勝ちたい! ……理屈抜きで闘志がわき上がってきた。毎日2レースを戦い、1週間かけて行われる大会。前半は下位だったが、何度もミーティングを重ねて対策を立て、順位はどんどん上がっていった。結果は見

事14位。パラリンピックの出場権を得た。

「海はきれいな夕日を背に穏やかなこともあれば、荒れて恐ろしいときもあります。海の、その日の『顔』を読むのも楽しいですよ」勝ち負けを競う過酷なレースの中でも、楽しむ心は忘れない。(取材・鎌山)



### 夢のパラリンピックへ

11年7月、イギリスのポートランドで開かれた世界障害者セーリング選手権。14位以内に入ればパラリンピックの代表になれる。周りはヨーロッパ勢など強豪ぞろい。勝つことよりも楽しもうと考え、気持ちをコントロールしようと努力した。

### ロンドンパラリンピック

- 2012年8月29日～9月9日
- セーリング競技
- 2012年9月1日～6日

滋賀生活情報紙【Oh!Me】はお近くの毎日新聞販売店からお届けしています。毎日新聞のご購読お申し込みはフリーダイヤル **0120-468-012**



## 書き写しと日記帳を兼ねたノート!

受験・就職対策、生涯学習にもお役立て下さい!

ニュースの理解力アップ

脳の活性化

表現力の向上

- 「時候の挨拶・文例集」
- 「知っておくと便利な慶事行事」
- 「ビジネスレター-覚えて便利、きまり文句例-」も掲載

1冊で1カ月分!

A4判64ページ1冊150円(税込)

お求めは毎日新聞販売店 または有名書店・文具店で!

創業75年余。伝統の技で焼き上げた自慢の鰻に

新鮮な食材で創る割烹をぜひ一度ご賞味下さい。



日本料理

# あじの家

☎ 0749-37-2016

住所 滋賀県愛知郡愛荘町安孫子369-4

営業時間 11:00~14:00 (L.O 13:30) 不定休  
17:30~22:00 (L.O 21:30)

ホームページ「あじの家」で検索できます  
<http://r.gnavi.co.jp/k901400/>

出前・地方発送  
お中元承ります

- 鰻の蒲焼き 4,935円
- うな重(並・上・特上) 2,205円~
- ひつまぶし 2,290円
- 懐石 4,200円~
- 松茸懐石 5,250円~
- 夏限定 鱧懐石(要予約) 7,350円
- 仕出しお弁当 2,100円~