

# NEXUS Vol.213



## 展望台

活発で互いを高める学  
び合い。清潔に保たれた  
校舎。オープンキャンパス  
に参加していなかった私  
にとって、大濠入学後に  
出会った学びは驚きと感  
動の連続だった。ただ、最近、私  
の学年では、ものを乱雑に放置  
しマナーを守らない行為が目立  
つようになってきている。新しい  
環境に慣れ、それらのありがた  
みが薄れてきたのではないだろ  
うか。他学年においても、大な  
り小なりそのような節が見受け  
られる▼この春、吉野源三郎さ

んの著書『君たちはどう生きる  
か』を読んだ。物語の主人公の  
最終的な主張は、近しい人と  
会ったことのない人とを問わ  
ず、全ての人間がまとまって社  
会という一つの生命として活動  
している、ということらしい▼こ  
の物語を読んだ後に天神へ足を  
運んだ。2階の方フエから道路を  
見下ろすと、そこには様々な表  
情を浮かべ、各々別の方向へ進  
む人たちがいた。互いに無自覚  
ではあったにせよ、自分もその中  
の誰かに支えられてきたのかも  
知れない。そう考えると、果て

しなく世界が広がり、同時に一  
人ひとりの姿をしっかりと認識  
できるようになった気がした。  
私の視界に本当の意味での「人」  
が写った瞬間だった▼前述の通  
り、私たちの意識は入学当初と  
比べて低下している。しかし、一  
度想像してみよう。いつも使用  
する場所も、人の清掃活動に  
よって保たれていることを、過去  
の先輩方が敬意を持って使っ  
てきたからこそ保たれていること  
を。まずは近くのものから大切  
にしていこう。その向こうにいる  
多くの人々のために。(熊本)

- 2・3面 報道 柔道部、剣道部など
- 4面 卒業生特集 山本圭吾先輩
- 5面 特集 ストレスを抱える前に
- 6・7面 特集 体育祭
- 8・9面 特集 ヴィーガン
- 10・11面 特集 アート×障がい者
- 12面 大濠生特集 警察から感謝状

編集・発行：福岡大学附属大濠高等学校新聞部

福岡市中央区六本松1-12-1

印刷：株式会社ハザマ印刷



### 柔道部 県団体準優勝・個人松永さん全国へ 準決勝まで無失点

柔道部は5月28日から5月29日にかけて行われたインターハイ福岡県予選にて団体戦準優勝を果たし、九州大会への出場が決定した。



力強く投げる

個人戦60kg級では松永烈さん(3年)が優勝、小園輝希さん(3年)が準優勝、81kg級では西山晃生さん(3年)が準優勝となり、松永さんはインターハイへ、3名が九州大会への出場が決定した。キャプテンの大賀陸生さん(3年)は「中予選から準決勝まで無失点と良い流れをつくれていたの

### バレーボール部 県準優勝 強豪相手に1セット奪う

バレーボール部は、5月21日から5月29日にかけて行われたインターハイ県予選で準優勝し、6月18日から19日に行われた九州大会へ出場した。県大会決勝は強敵東福岡と戦い、1対2で惜しくも敗れインターハイ出場は叶わなかった。キャプテンの金川颯馬さん(3年)は「2セット目でサーブとブロックの連携でいい流れをつくり、東福岡相手に1セット獲得できたのはよかった。一方で、勝とうと



基礎練習に励む

九州大会では予選リーグを突破した。しかし決勝トーナメントで、今年の春高準優勝校の鎮西(熊本)に破れ一回戦敗退という結果となった。(徳永)

### 応援指導部 九州大会優勝 全国大会に向けて

応援指導部は6月26日に福岡市総合体育館で行われた、第29回九州チアリーディング選手権大会の自由演技競技の部で優勝した。また、九州大会に続いて8月26日から28日、国立代々木競技場で開催される、チアリーディング日本選手権大会に出場する。現在、全国で6位以内に入ることを目標に日々練習に励んでいる。出場校の中で、唯一男子のみで構成されている本校応援指導部は「トス」と呼ばれる人を高くあげる技に力を入れている。大会の演技は、3つに分けられ、オープニング、トールディングからなる。本番で全て成功できるように、普段は部分ごとに練習している。部長の稲富真太郎さん(3年)は「今のチームでは、大会で完璧な演技を披露できたことがまだないので、全国大会は満足いく演技をしたい」と全国大会への抱負を語った。

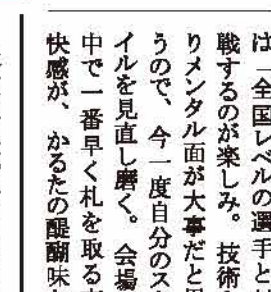


大会に向けて技を磨く

「全国大会は満足いく演技をしたい」と全国大会への抱負を語った。(山口)

### かるた部 全国大会出場 一瞬に懸ける想い

かるた部の藤野紗也香さん(3年)が4月29日に行われた高校総文祭小倉百人一首かるた競技福岡県予選を勝ち抜いた。東京で行われる夏の総文祭に県団体代表として出場する。藤野さんは「出場が決定し嬉しい。メンタル面が弱点だったが予選では克服することができ、格上にも前向きに戦えたことが勝ち抜けた要因だ」と語った。本大会は3年生が出場できる数少ない大会であるため、藤野さんは「全国レベルの選手と対戦するのが楽しみ。技術よりメンタル面が大事だと思うので、今一度自分のスタイルを見直し磨く。会場の中で一番早く札を取る爽快感が、かるたの醍醐味なので味わいたい」と語った。経験を糧に本戦でも躍動することだろう。(大野)



素早く札を払う藤野さん(右)

### 水泳部 県大会入賞 自分のペースで



最後まで全力を尽くす

本校水泳部は6月4日から5日に行われた令和4年度福岡県高等学校体育連盟総合体育大会水泳競技選手権大会に出場した。岡本悠花さん(2年)が100m平泳ぎで8位、三木瑠々花さん(2年)が200m平泳ぎで8位に入賞した。岡本さんと三木さんは7月16日から行われる九州大会の出場が決定した。大会について岡本さんは「膝の怪我で練習が十分ではなかったため、自分が出場選手の中でどれくらいの位置にいるのかわからなかった」と話し、三木さんは「いつもの200mだったが、レース中のペース配分が難しかった」と振り返った。(高野)

### 剣道部 個人留場さん全国へ 決勝で熱戦を制す



猛攻撃を仕掛ける

本校剣道部は5月28日から29日に福岡市総合体育館で行われた県高等学校総合体育大会剣道大会に出場し、個人戦で留場啓伍さん(3年)が優勝、寺坂祥さん(3年)が第4位、林尚輝さん(3年)がベスト8という結果を残した。個人決勝戦で、留場さんは相手との打ち合いを制し、メンが入ったその瞬間、会場がどよめき、数秒後に観客席から大きな拍手が起った。留場さんからは先にメンを打つ。対戦相手はそれをかわしてメンを打ってくる。それに合わせて留場さんがもう一本メンを打った。相打ちにならなかつた。留場さんの剣が先に入っており一本を先取した。その後何度も対戦相手は打ち込んでいたが、その必死の猛攻撃をしのぎ切って、留場さんが勝利を収めた。この優勝により、留場さんは8月に高知県で開催されるインターハイへの出場が決定した。剣道部の全国大会や九州大会の活躍に注目したい。(木村、徳永)

### バスケットボール部 県準優勝 接戦を繰り広げる

バスケットボール部は5月22日から5月25日にかけて行われたインターハイ県予選で準優勝した。決勝戦は福岡第一高校と戦い64対70で敗れ、インターハイ出場を逃した。この結果に対してキャプテンの鍋田憲伸さん(3年)は「勝ちたい気持ちの前に出過ぎていて、本来のチームの強さを発揮できなかった。ミスからの失点が多く反省している。九州大会は1日2試合行われ、チーム力が試される。一戦一戦全力で戦いたい」と意気込んだ。6月18日、19日に行われた九州大会では主力選手がU19の選抜で不在の中、順調に勝ち進んだ。決勝は



日本代表の湧川颯斗さん(3年)

た。ミスからの失点が多く反省している。九州大会は1日2試合行われ、チーム力が試される。一戦一戦全力で戦いたい」と意気込んだ。6月18日、19日に行われた九州大会では主力選手がU19の選抜で不在の中、順調に勝ち進んだ。決勝は

本校の体育祭が、6月4日に3年ぶりに開催された。今回の体育祭では、感染対策などの制限はあったが、生徒会や先生方を含め、大瀬全体が団結して、体育祭を楽しんでいた。ブロック練習や全体応援の取材を通して、高校生活で最初で最後の体育祭となる3年生の姿勢が眩しく目に映った。中高一貫コースで中学1・2年のときに体育祭を経験している高校2年生の友人も「中学生のころよりはずっと楽しい体育祭營に携わった生徒会や

吹奏楽部 九州大会進出 2年に託す 吹奏楽部は6月12日、福岡国際センターで開催された福岡県マーチングコンテストで金賞を受賞し、10月の九州大会への出場権を手に入れた。大会では体育祭でも披露した、競馬をテーマにしたマーチングを吹奏した。騎手の服をモチーフにした衣装を身に着け、躍動感あふれる演奏で観客を魅了した。部長の河島岳登さん(3年)は「毎年金賞をとって大会なので今年もとらなければ、というプレッシャーを感じた。難しいことだが例年通りのクオリティを目指した」と語った。九州大会の前には引退ガード部門で金賞を受賞した。2年生を中心に

KIMURA 木村カバン店 福岡市中央区天神 2-9-114 tel 092-741-2429 冷凍食品製造・開発 ハちゃん堂 6回卒 川邊義隆 みやま市本社工場 ベトナム ホーチミン工場



卒業生特集第45回

# 地域にスポーツの力を伝える

## 山本圭吾先輩



今回の卒業生特集は、サッカー部OBで、実業家の山本圭吾さんの特集する。フットサルチームのオーナーも務める先輩の、スポーツで地域を盛り上げるという情熱を感じた。(渡邊、中田、安武)

### 海外で刺激 フットサルチーム設立

山本さんは、フットサルチーム「クラブ アトレティコ フクオカーナ」のオーナーを務めている。山本さんは海外を訪れたとき、クラブの設立のきっかけとなる体験をした。パルセロナでプロのフットサルの試合を観戦していたときのことだ。近くにいた老夫婦が懸命に地元クラブを応援している姿を見た。山本さんはこの体験から、地域と密着したクラブのあり方について考え始めた。



今年で15年目を迎える「フクヤ」の全国選手権大会を引退した。しかし、その冬サッカー部は全国選手権大会に出場し

「応援しているチームが勝ったら気分が豊かになる。スポーツが日常生活に与える力は大きい」と語る。地域と密着したチームを作りたいという思いが叶い、2007年にフクオカーナを設立した。チームは福岡県フットサルリーグの1部で活躍を見せている。今後の目標は、フクオカーナにプロも含めて第一線で活躍した選手を受け入れ、フットサルを盛り上げるとともに、選手の生活を支えることだという。

### 高校サッカー部 での後悔

山本さんに大濠での学生生活について聞いた。「当時からリーダーシップをとれる人材が多く、自分もそういった環境で影響を受けたと振り返る。サッカー部に入り、熱心に活動に打ち込んだが、3年生の夏のインターハイ出場を逃してしまった。冬の全国選手権大会を



### PROFILE

- ・大濠高校第30期卒
- ・フットサルチーム「クラブ アトレティコ フクオカーナ」オーナー
- ・スポーツアパレル企業「ラボーナ エキップメント」で社長を務めた。
- ・好きなサッカー選手はアルゼンチン代表のディエゴ・マラドーナ

### アビスパ勝致へ 署名50万人

引退したことに後悔が残った。山本さんは心に残り、かまわりを残したまま、受戦勉強に入った。

現役時の受戦に失敗し、浪人生活を送っていたとき、山本さんは友人とサッカー観戦に行った。1993年当時「Jリーグブーム」で、既に全国で10チームが加盟していたが、福岡にはなかった。地元チームがほしいと友人と話が盛り上がり、3人で署名活動を始めた。また、サッカー協会に相談したところ、福岡青年会議所が静岡県の藤枝ブルックスを福岡に誘



応援のパワーで勝利に貢献

致するため署名運動を始めていた。ともに運動を展開し、その結果3カ月で50万人もの署名を集めた。「様々な人たちの熱い思いが集まって、この結果につながったと思う」と語る。そして、95年に福岡ブルックスが誕生した。これがアビスパ福岡の前身となる。その後、山本さんは、アビスパ福岡のサポーターチームである「ウルトラオプリー」の代表として精力的に活動している。

## 30年たったら一助成どう！ 福岡大学附属大濠高等学校同窓会

### 福大大濠高校 第70回大同窓会

「ありがとう70年、そして未来へ」〜つなげよう大濠の輪〜

- ・日時 令和5年5月20日(土) 受付開始 17:00/開演 18:00
- ・会場 キャナルシティ博多内グランドハイアット福岡

同窓会には地域・職域支部もあります

- 関東、東海、関西、福屋、筑紫、久留米つつじ会、福岡市税所職友会、福岡大学医学部

◎懇親会や母校クラブの応援等を行っています。

- 会長 浅田 雅宏 (20回卒)
- 事務局 福岡市中央区六本松 1-12-1
- TEL 092-714-1681
- E-mail info@ohsa.jp
- HP http://www.ohsa.jp



# 長期休暇明けに要注意

# 悩む前に相談を

夏休みなどの長期休暇明けに、学校に行きたくないと感じ、体調が悪くなる生徒が増える傾向にある。このような症状は「適応障害」や「心身症」という病気のケースもある。これらの原因と対処法について、一般社団法人不登校支援センターの永島裕さんと、スクールカウンセラーの伊東理恵先生に取材した。

(高野、大野、永嶋、野見山)

## 知らないうちに溜まるストレス

学校に行くことが当たり前の日常では、自分がストレスを溜めていることに気がつかずにいるため、通い続ける。それが、長期休暇の間に、学校に行くことによって生じていたストレスを受けやすい状況が続く。そのため、ストレスの耐性が弱まり、長期休暇明けに学校に行きづらくなる。具体的には教室に入れない、朝起きることができない、頭痛や腹痛などの症状が現れる。しかし、内科医を受診しても体に異常がないため、薬を飲んだり、入院したりするだけでは改善できない



しっかり目を見て語る永島さん

「悩みが小さいほど、周りの人も解決のために行動しやすい。その手段の一つとしてカウンセリングもある」と語った。

い。受診するなら、カウンセリングなど専門的な処置を受けられる心療内科が適切である。

「悩んだときに相談できる身近な存在にスクールカウンセラーがいる。本校でカウンセリングを受けるには、担任の先生か保健室に申し出て予約する。中学生は火曜日、高校生は木曜日に、1回50分利用できる。本校のスクールカウンセラーである伊東理恵先生は、ア



優しく話す伊東先生

「先生は「大瀬では、自由な雰囲気の中で個の多様性を尊重していると感じる。クラスで心が孤立する生徒を少なくするため、相手を尊重す

る態度が大切だ」と語った。伊東先生によると、休み明けは相談に来る生徒が増える傾向がある。新しい環境に適応するための努力によって疲れしてしまう生徒も多い。疲れにより健康を害しないためには、ストレスを溜め込まないことが重要である。伊東先生はストレスの対処について「ゲームでも運動でも好きなことに集中し、発散するとよい。余計なことを考えない時間を過ごす」と話した。

## 健康なうちにカウンセリング

永島さんに、ストレスを感じているかの目安となる簡単なセルフチェックを教えてもらった。「ストレスリスト」という自分が嫌だと思うこと・嬉しいと思うことを紙に書き出す方法だ。これはカウンセリングのときにも行われている。紙に書き出してみて嫌だと思うことの方が多かった人はストレスを多く感じている状態である。

もし夏休み明けに、自分の身近な人から相談を受けるときの目安となる「何もしない時間をつくる」の二つを挙げた。嫌なことを考えずに、自分自身の心や体の状態を見つめ直し、これからの過ごし方を考える時間にしてほしい。

永島さんは「本当に辛いときには相談する気力がなくなってしまう。体力があるうちに誰でもいいので悩みを相談するようにしてほしい。また、カウンセリングは心に問題がある人が受けているものだと思われがちだが、むしろ健康な人が気軽に悩みを聞いてもらえる場所だと思ってもらえると嬉しい」と話した。カウンセリングを重く捉えず、もっと気軽に利用してみよう。



ゲームもあるカウンセリングルーム

たときには、相手の気持ちを尊重することが最優先だ。また、否定も肯定もしない立場をとることも大切である。どちらかの立場に付くことで相手を余計に苦しめてしまうことがある。無理に解決をしてあげようと行動するのはではなく、話を聞いてあげることに専念するべきだ。

## 一番身近な相談場所

「悩みが小さいほど、周りの人も解決のために行動しやすい。その手段の一つとしてカウンセリングもある」と語った。

ドバイスをするというより、生徒が話せる範囲のことを丁寧に聞く生徒主体のカウンセリングを行っている。伊東先生は「大瀬では、自由な雰囲気の中で個の多様性を尊重していると感じる。クラスで心が孤立する生徒を少なくするため、相手を尊重す

医療法人 脳神経外科

# クリニック高木

脳ドック

機能訓練室あり、MRI撮影対応

理事長 高木 忠博 (43年卒)

福岡市早良区弥生1丁目4番8号

☎092-844-1211



精神科・内科

# 油山病院

ストレス・うつのご相談/リワーク(復職支援)

T814-0171 福岡市早良区野芥5丁目6番37号 TEL 092-871-2261(代)

医療法人 汲江堂 理事長 三野原 豊光 (S56年卒)





大きい玉で逆転を狙う



転んでも立ち上がる

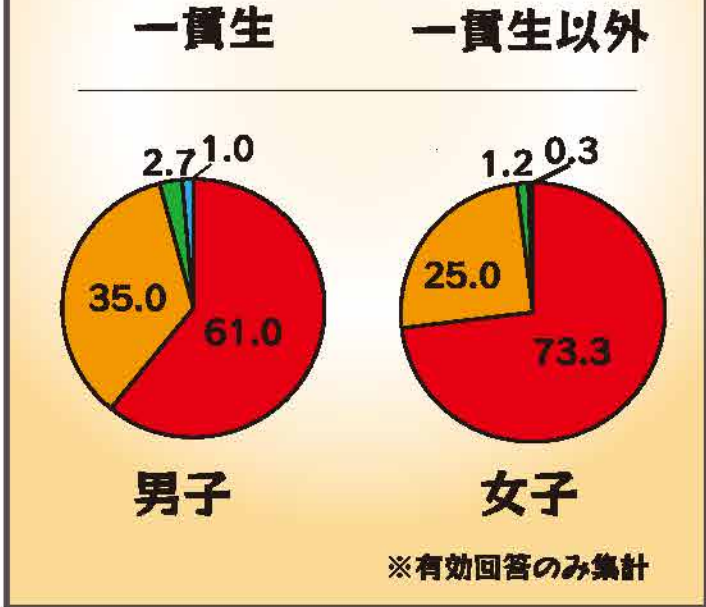
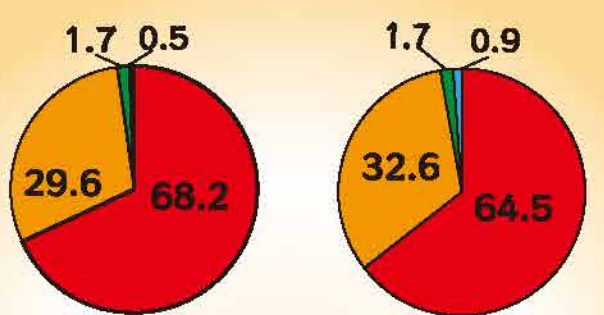
玉入れは以前からあったが『チエツチエツ』という曲を踊るのは今年から始まった。歌が流れている時はダンスを踊り、音楽のみになると一斉に玉を投げ始める。小さい玉は1点、大きい玉は10点が加算され、明らかに隔っていないとみなされると10点減点される。踊っているときや大きい玉が入ったときはス

新競技ボールスクランブルは騎馬戦の代わりとして導入された。騎馬戦は怪我の危険性や新型コロナウイルス感染症のリスクがあるため、代替案として最後の体育祭になる3年生がより多く参加できるボールスクランブルが考案された。しかし、複雑な競技のため細かいルールの開示をしてほしいという声が多数あがった。またボールスクランブルを廃止し騎馬戦の復活を望む声も多く「生徒同士の

### 新要素 ボールスクランブルと チエツコロ玉入れ

衝突もあり危険だった」という意見もあった。ボールスクランブルは中央に置いてあるボールを自陣に運び、終了時に自陣にあるボールとタグの数が決まるといふルールだ。ハンドボールは25点、サッカーボールは100点、サッカーを1枚取るごとに10点を獲得できる。他ブロックからボールを奪う人は腰に着けている2枚のタグをキーパーに取られないようにし、キーパーは自陣のボールを守るべくタグを取ろうと必死だった。

### 体育祭満足度詳細 (%)



美術工芸品調製専門店  
**足立商会** 有限会社  
 代表取締役 足立 隆 (19回卒)  
 福岡市博多区上呉服町13番32-1  
 〒812-0036 TEL・FAX(092)283-2855

去年より回って 過去の体育祭を知っている一貫生と一貫生以外の満足度に違いはあるのか。「とても満足した」「満足した」と回答した生徒の割合は一貫生以外より一貫生の方が高かった。昔以上に素晴らしい体育祭になったと言えるだろう。また、高校全体の満足度を男女別で見ると「とても満足した」と答えたのは男

子が約6割、女子が約7割だった。女子の方が男子よりも満足度が高かった。一方、アンケートで「一方、アンケートであった。借り物、借り人競争を実施してほしい」「全員で参加できる競技を増やしてほしい」などの提案もあった。様々な障害を乗り越え新たな体育祭への第一歩を踏み出した。大濠の伝統を受け継ぎ進化させていくため、大濠生全員の想いを一つにすることが大切だ。



格好良さど迫力

中学生新競技背中渡り

# 令和4年度体育祭 ~3年という時を越えて~ 伝統の復活と進化



応援合戦を盛り上げた

た。しかし昔の体育祭を引き継ぎつつ、今までなかった新しい要素を取り入れていて感心した。全体応援の『アゲアゲホイホイ』は5年前の春の甲子園のもので、その余韻が残って体育祭でも行なわれるようになった。それが今も続いているのに驚いた。練習では時勢に合わせて、短時間で集中した後に休憩を増やした運営の配慮は良かったと思う」と懐かしむように話した。

今回、新聞部が行ったアンケートで「とても満足した」「満足した」と答えた高校の生徒の割合は全体で9割を超えた。この要因としてコロナ禍で無事に開催できたことがあげられる。また、多くの生徒が未経験のなか、競技の運営がスムーズに行えたことを示していると言える。3年前と比較すると「とても満足した」と答えた高校生の割合が14・2ポイント増えた。今回の体育祭について、高校生徒会OBの宮田龍先生は「3年ぶりの開催で全く違う形になるかと思ってい

た。しかし昔の体育祭を引き継ぎつつ、今までなかった新しい要素を取り入れていて感心した。全体応援の『アゲアゲホイホイ』は5年前の春の甲子園のもので、その余韻が残って体育祭でも行なわれるようになった。それが今も続いているのに驚いた。練習では時勢に合わせて、短時間で集中した後に休憩を増やした運営の配慮は良かったと思う」と懐かしむように話した。

## 大濠生 クラウン下を彩る

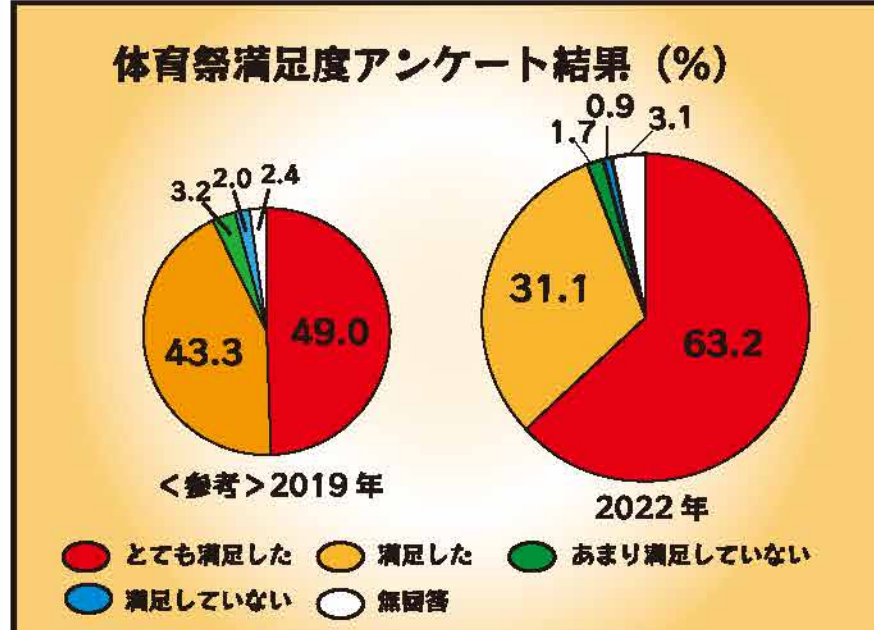
6月4日土曜日、天候に恵まれ3年ぶりの体育祭が開催された。各ブロックが切磋琢磨して最高の盛り上がりを見せた。総合優勝は黄ブロックが勝ち取った。新要素もあつたなか大濠の伝統は取り戻せたのか、生徒の望むこれからの体育祭とはどのようなものかを分析する。(徳永、西田、秦、古田)

### 送風機設置・感染症対策

コロナ禍での体育祭とあって、徹底した感染症対策が行われた。選手の手指消毒や用具の消毒などは衛生委員が担当した。新聞部のアンケートでは約6割の生徒が感染対策に肯定的な見方を示している。また、今年から熱中症対策として練習時と当日に送風機が設置された。本来はスタンドの階段にも設置する予定だったが、しかし、工事が



1人ひとり確実に



医療法人  
**畠山内科胃腸科クリニック**  
 〒810-0024 福岡市中央区桜坂1-3-31  
 (地下鉄七隈線「桜坂駅」より徒歩1分)  
 TEL & FAX 092-761-7453  
 院長 畠山 定宗

您好!朋友  
 ニイハオ ポンユウ  
 〒810-0044  
 福岡市中央区六本松2丁目7-7 河津ビル1F  
 TEL092-(731)8458



# ヴィーガンについて知る ~野菜しか食べないってホント?~

近年、ヴィーガンという言葉を目にする機会が増えた。しかしこのように人々に対して偏見を持つ人も少なくない。様々な意見に触れ多様性を認め合うため、ヴィーガンの方や食文化の専門家である中村学園大学の水元芳教授に取材を行った。(水沼、岡、木村)

## 私のライフスタイル

ヴィーガンである宇野美佳さんは「近年は何でもかまテゴライズされ過ぎていて。ヴィーガンはあくまで食のあり方の一つだ。価値観の違いはあれど、ヴィーガンでない人との間に大きな差はない。特別視をせずに簡単に捉えてほしい」と語った。宇野さんは自分の家族を含めて、人々にヴィーガンになることを求めない。肉を食べることは悪ではない。ヴィーガンは正義ではない。「自身を否定せず、自分らしくあることが大切だ。どちらが良い・悪いではなく、自分が本当にしたい選択をすべきだ」と話した。宇野さん自身も、年に数回無性にハーゲンダッツ



宇野さんの自慢作

## 天神のヴィーガンレストラン 意外な反響

食品の原材料や無農薬にこだわり、地元で作られた野菜や果物を使用しているレストランだ。ヴィーガンの人だけでなくアレルギーを持つ人にも支持されている。店長の西園さんは、海外に住んでいた経験や周りに多くいたヴィーガン友達の影響を受け、卵や肉を摂らない食生活をするようになったと言



アレルギー対応のメニュー

う。しかし、ヴィーガン対応のレストランは福岡にほとんどなく、販売されている食材もヴィーガン向けの物は少なかつたそう。そこでヴィーガンの人のために自分自身のためにヴィーガンレストランを開いたと、西園さんは話す。近年ではヴィーガン対応の食材が増えたり、県外や海外からの客が多く訪れるようになったりしたことで、ヴィーガンの広がり

が広がっている。しかし、ヴィーガンに偏見を持っている人も少なくない。宇野さんは「無ければ自分で作れば良い」との精神で料理やお菓子を作り、自身の生活を楽しんでいる。「とにかく自然体で楽しむことがポリシーだ」と眩しい笑顔を見せた。宇野さんはインスタグラムでヴィーガンのライフスタイルについて発信している。(@mika\_hino)

## 多様な価値観を知る

### ヴィーガンとは何か

完全菜食主義者をヴィーガンと称するようになったのは1944年、イギリスの事だ。ただし、絶対的な決まりはなく、人によって多様なスタイルがある。例えば、動物性の食品や衣服など一切の動物性製品を使わないのが、最も厳格なスタイルである。また、動物性の食品は摂らないが、衣服などには寛容なスタイルも存在する。ヴィーガンの人々は自身の信念に基づいて独自の基準を作り、その基準に従って生活している。多様なスタイルがあるのは、ヴィーガンとなる理由も一様ではないためである。

水元教授によると、人がヴィーガンを選択する主な理由としては、宗教、動物愛護、環境の保護、自身の健康のための4つが挙げられる。実は日本にはベスカタリアン(下表参照)の考え方が古くから根付いている。6世紀頃、仏教思想に基づいて、動物の殺生を禁止する風潮が高まった。約1400年前の天武天皇の時代にはすでに「肉食禁止令」が発令されている。明治時

### 栄養面での疑問

動物性食品を摂らないことで、栄養の偏りが出てしまうのではないかと心配する人が多い。しかし、食材や調理方法を工夫することにより、栄養バランスを保つことはできると、水元教授は言う。大豆などのタンパク質を含む豆類を摂ることで、タンパク質の不足は免れる。ただ、植物性の食品には赤血球の形成などに関与するビタミンB12が含まれない

| 食事上の制限 | ポロタリアン | ベスカタリアン | ラクト・オボ・ベジタリアン | オボ・ベジタリアン | ラクト・ベジタリアン | ヴィーガン |
|--------|--------|---------|---------------|-----------|------------|-------|
| 赤身肉    | ×      | ×       | ×             | ×         | ×          | ×     |
| 白身肉    | ×      | ×       | ×             | ×         | ×          | ×     |
| 魚介類    | ×      | ×       | ×             | ×         | ×          | ×     |
| 乳製品    | ×      | ×       | ×             | ×         | ×          | ×     |
| 卵      | ×      | ×       | ×             | ×         | ×          | ×     |

ベジタリアンの種類

め、補う必要がある。腸内細菌がビタミンB12を合成できると言われており、乳酸菌はその機能を高める。脂質に関しては、むしろ動物性脂肪よりも植物性脂肪を摂る方がよい。最後に、水元教授は「食の多様性に沢山の人が関心を持ち、理解してくれると嬉しい」と話した。

### 多様性のある社会に

日本の総人口の約4.5%の人がヴィーガンだと言われている。ヴィーガンの人口が今後ますます増えていくなかで、これからの社会には異なる価値観を持つ者同士がお互いを認め合うことが求められる。私たちは、どちらが正しいかではなく、どのようにして社



真剣な面持ちの水元教授

会の対応を進めていくかを模索していかなければならない。我々もヴィーガンメニューを実際に食べてみたが、動物性食品を使っていないと言われるまでは気づかないほど一般的な料理とほとんど変わらない。取材を始めた当初は、ヴィーガンの人とそうではない人では大きく考え方が違い、理解し合えないのではと思っていた。しかし、取材を進めていくうちに、肉を食べないことの理由も環境問題や動物愛護など、ヴィーガンでない私たちも納得できるものであることがわかった。今、かけ離れた存在としてではなく、一人人が選択する単なるライフスタイルとしてヴィーガンを捉え直す必要がある。ヴィーガンという言葉を正しく認識し、互いを認め合うことが大切ではないだろうか。

大濠中・高の学生服・ポタンダウン・シャツはお任せください!  
**男子も女子もOK**  
**山下商店**  
 有限会社 山下商店  
 代表取締役 山下倫生 (H3卒) 取締役 山下短生 (E33卒)  
 企業ユニフォーム製造・販売 (作業服・事務服・白衣)  
 お問い合わせは 092-291-1178  
 福岡市博多区上呉服町12-230

**TATEISHI** 【大濠中・高等学校購買部】  
**株式会社 立石 売店**  
 文具・学校指定・教科書・その他  
 TEL 092-753-7750



# 認識に変化を

# アート×障がい

## 芸術の

## 力でつながる

長津さんの専門はアートマネジメントだ。「高校生の頃、吹奏楽部の演奏会で障がいのある人と接する機会があった。そのときに、障がい者だ、と境界線を引いているのはこちら側だと気づいた。障がいのある人とも一緒に活動できる場がほしい」と思い、アートマネジメントに興味を持ったと話す。障がいのある人々が活躍できる場所は都市部に偏っている。地方は人口が少なく、少数派のニーズが見えにくいため、地方こそ環境づくりを進めていくことが必要だ。「関心がある人だけでは情報が広げられない。芸術の力を借りて色々な人とつながる。それが社会が変わる近道だ」と思う」と話した。障がいのある人



芸術の可能性を語る長津さん

## 気づきを演劇に

九州大学大学院芸術工学研究院ではソーシャルアートラボという組織で、平成30年から令和2年にかけて「演劇と社会包摂」という実践講座が開催された。講座では初めに参加者がグループに分かれ、街中を

歩いて、小さな段差が車椅子ユーザーにはどのようなハードルとなるのかなど、共に行動することで出てくる気づきをその後パフォーマンスで表現した。また、「走れ！メロス」という演劇を行うなど、地元の団体と協働した取り組みも行った。この講座の参加者は、障がいのある人や、九州大学の学生だけでなく、他の大学の学生や社会人も有志として参加した。現在これらの講座は、社会包摂イニシアティブ

歩いた。小さな段差が車椅子ユーザーにはどのようなハードルとなるのかなど、共に行動することで出てくる気づきをその後パフォーマンスで表現した。また、「走れ！メロス」という演劇を行うなど、地元の団体と協働した取り組みも行った。この講座の参加者は、障がいのある人や、九州大学の学生だけでなく、他の大学の学生や社会人も有志として参加した。現在これらの講座は、社会包摂イニシアティブ

という組織に引き継がれていく。長津さんは「障がいによる課題は個々人が抱えているものだけでなく、人との関係性の中にもある。その課題を解決するために、芸術は適している」と話した。



ひまわりパーク六本松の可愛いグッズ

## みんなと行きたい場所

福岡市中央区にある障がい福祉サービス事業所ひまわりパーク六本松は、主に知的障がいのある人が働いている。現在は36名が所属しており、10名の職員と共に活動をしている。主に絵や刺繍などのアート作業、商品の梱包やチラシの折り込みなどの簡易作業も行っている。

沿った活動を行い、満足してもらえようという試行錯誤している。そのために、利用者との関わりを増やしている。絵を描くことを通して利用者個人の成長を見ることができ、一人ひとりの可能性を引き出すことに積極的に取り組んでいるように感じる」と熱心に話した。ひまわりパーク六本松で描かれた絵は、企業や官公庁でも多く採用されている。

また、デザインされたアートグッズは、市内のカフェや雑貨店で販売されている。身近なところでは、本校の事務室でも定期的に購入し使用している。右の写真のようなデザインを目にしたときは、制作に関わった障がいのある人のことを身近に感じてほしい。ひまわりパーク六本松は、年に一回、福岡市植物園でカレンダールをテーマに「ダンボールアート展」を主催している。また、今年12月には福岡市美術館で行われる「福岡市障がい児・者美術展」にも応募する予定である。

## 関わる場を増やす

昨年9月から福岡県の障がい者アートレンタル事業が開始された。事業の主な目的は、障がいのある人が社会に関わる機会を作ることだ。障がいのある人から作品を募り、集まった約500点の中から選ばれた80点が貸し出されている。レンタル料の30%は作者に還元される。福岡県から事業を委託されているNPO法人まるは、福岡県を拠点に活動している障がい者福祉団体であり、障がい者福祉サービス事業「工房まる」を運営している。「工房まる」では、障がいのある人が通い、絵画や木工、陶芸などの活動を行っている。

映を中断すること無く、ほとんどの人が最後まで鑑賞することができた。この経験から三浦さんは、障がいのある人は仕組みを知らなかったわけではないか、そして劇場側が、障害のある人に配慮することを考えていなかったから来場していなかったのではないかと考えた。三浦さんは「日本の障がいのある人に対する理解や配慮は世界と比べてとても遅れている。今しなければならぬことは、障がいのある人に対する理解を進めることだ。当事者にならないと分からないこともある。自分たちの活動を通して広めていきたい」と訴えた。



今を見つめる三浦さん

## 境界線はない

厚生労働省の統計によると、日本では障がいのある人の数が年々増えており、現在は約10人に一人の割合だ。これほど身近になりつつある障がいだが、人々の理解や環境の整備はなかなか進んでいないのが現実だ。障がいのある人が活動していることが「障がい者〇〇」というジャンルづけされることはよくある。しかし、三浦さんは障

がい者アートというジャンルをつくるのではなく、誰が描いたのかは関係なく、良いものは良い。アートは「アートだ」という。私たちは無意識のうちに「障がい」という言葉で境界線を引いてはいないだろうか。自分のもつ偏見を自覚し、意識を変えられる機会が失われていることが課題である。今回取り上げた活動のように、障がいのある人との距離を縮める取り組みも増えてきている。身近にあるアートは、その入り口としての役割を果たしている。

普段気にかけないことにも関心を持ち、実際に触れ合うことで得られる気づきもあるはずだ。改めて自ら進んで知ろうとする姿勢と、「障がい」に対する認識の変化が求められていることに気づかされた。



地下鉄六本松駅にも

## 本校の廊下に並べる

今回の取材後、我々も福岡県アートレンタル事業から作品を一つ借りることにした。さんざん悩んだ結果「ちやうと変わった結果の南ぞう院」を選んだ。作者の松田祐一さんはひまわりパーク六本松に通っている。松田さんは「実際に南蔵院を訪れたことは無く、写真を見ながら絵を描いた。特に、はみださないことに意識した。完成までには3週間ほどを費やした」と説明した。



溢れる遊び心

**近畿日本ツーリスト** 思い出の旅をお手伝いします  
株式会社近畿日本ツーリスト九州  
福岡教育旅行支店  
福岡市博多区綱場町1-1 D-LIFE PLACE呉服町8F  
TEL:092-281-4891・FAX:092-281-4899

**リボリ Rivoli**  
Since 1956  
福岡市中央区鳥飼2丁目1-1  
大濠公園前交差点角  
コモンホールでのパンの袋のゴミは専用のゴミ箱へ

校内食堂 **すずらん**  
昨日も、今日も、明日も、おいしさを提供して大濠生とともに



