障がいのあるひととの山登り／山歩き
～共通する考え方と現状、そして課題～

岩　岡　研　典（独立研究者、元日本アダプテッド体育・スポーツ学会会長（2013－2016期））

“おむすびの形をした山に登り、頂上でおむすびを食べ、ひととひととをむすぶおむすび登山“と語呂合わせしたくなるようなユニークな活動がある（写真１）。参加しているのは知的障がいや発達障がいのある児童生徒・成人とその家族や関係者、サポートのひとたちだ。登るのは宮崎県と鹿児島県の県境にある高千穂峰（1,574m）。1995年から30年近く継続されているこの活動に筆者は５回ほど参加してきた。なぜ心地よさを感じ惹きつけられるのか、改めて考えるとわかったようでわからない。だが、それは山登り／山歩きという活動のもつ特性と関係しているのではないかと想ったりもする。



写真1．おむすび登山の参加記念タグ

本稿では障がいのあるひとと一緒に山登り／山歩き活動を楽しんでいるいくつかの団体を参照しながら、そこに共通する考え方と山登り／山歩きという活動の特性、そして現状と今後の課題について考えてみたい。なお、ここでは頂上に達する（ピークハント）ことを必ずしも前提としない、ハイキングや低山歩き、トレイル、トレッキングを含んだ山行活動を「山登り／山歩き」と呼ぶことにする。また、参考にした報告等を引用する場合はそのままの表記（例えば「障害者」と記載されていた場合は「障害者」を用い、それ以外では基本的には「障がいのあるひと」とするなど）を使用している。

１．障がいのあるひととの山登り／山歩き活動のいくつかの事例

すでに『登山研修』にもいくつものレポート[1,2]があり、またweb上で検索すればいろんな団体のHP等でそれぞれの活動内容が詳細に記されてもいるので、ここでは簡潔に触れるに留める。

(1) 視覚障がいのあるひととの山登り／山歩き

「六つ星山の会」[3]は二人の視覚障害者がわれわれも山に登りたいので連れて行って欲しいということがきっかけとなって、視覚障害者と健常者とが助け合って山に登り自然を楽しもうというサークルとして1982年に結成されている。2023年10月現在、会員数は187名（視覚障害者74名／健常者113名）、定例会山行は東京近郊の日帰りで行ける比較的やさしい山を中心として月に２回程度行われており、ときには宿泊をともなう山行、冬山や3,000m級のアルプスにもでかけている（HPより）。

六つ星山の会HPの「山の歩き方」には山行の方法について具体的で実用的な内容が記されており、視覚障害者のサポートの仕方や山行のグレードを５段階で明示している点などもとても有用である。

「NPO法人モンキーマジック」[4] は「見えない壁だって、越えられる。」をコンセプトに、フリークライミングを通じて視覚障害者をはじめとする人々の可能性を大きく広げることを目的とし、活動している（HPより）。本稿との関連でいえば、2012年に開始された交流型クライミングイベントがある。これは障がいのあるひとと一緒にクライミングを行って交流することを通して、社会における多様性の理解を促進することを企図した活動である。既に北海道から沖縄まで全国17地域（HPより、2022年夏時点）に広がり、海外での開催も進行中であると聞いている（私信による）。

筆者は同NPO代表である小林幸一郎氏の“視覚障害者はクライミングロープに結ばれることで、自由に解き放たれる。”という言葉に感銘を受け、この交流イベントに数度参加したことがある。最初は登攀する目の見えないパートナーにホールドの位置をどう伝えればいいのか迷いに迷って当惑したが、そのうち徐々に同じようなイメージが共有できるようになってきて俄然面白くなり、いつの間にか一緒に登っているというなんともいえない一体感に包まれたことを想い出す。

視覚障がいのあるひととの活動の際に覚えるこの感覚は、例えば『目の見えない白鳥さんとアートを見にいく』（川内有緒、集英社インターナショナル）で紹介されている、白鳥さんに絵画を言葉で説明し会話しながら情景を共有していくときの感覚、絵画の新しい鑑賞のしかたを発見することと少し似ているかもしれない。

例えば、登山メディア『YAMA HACK』の記事[5] に、「景色が見えないのになぜ登るのか」という素朴な疑問についてのものがある。記事の筆者は公園で目隠しして歩く体験をした後、「危なくないの？」と感じた次の疑問の答えを見つけるべく、前出の六つ星山の会[3] の山行に同行している。視覚障がいのある参加者の、“風の感じで「あ、登山口に入ったな」とか、鳥の鳴き声も感じますよ。今回の高柄山のように初めて登る山のほうがわくわくしますし・・・”という声を紹介しながら、「視覚以外の四感で、自然に囲まれた山歩きそのものを楽しんでいるのでは」と、一緒に山歩きすることで新しい楽しみ方を発見したり、ふだんあまり意識することのない山登り／山歩きの魅力を再確認して、楽しいから登ることに変わりはないのだと想いを新たにしているようだ。

「景色が見えないのになぜ登るのか」という問いは、前出の小林幸一郎氏とサイト・ガイドの鈴木直也氏がフィッシャー・タワーズの尖塔ストールン・チムニーに立つチャレンジを描いた映画『ライフ・イズ・クライミング』[6] を観ると、問う必要を感じなくなるのではないだろうか。見えても見えなくても、誰もにそれぞれのストールン・チムニーがあるのだということに思い至るからである。

(2) 身体障がいやさまざまな障がいのあるひととの山登り／山歩き

「しろうまの会」[7] の発足は1988年。「登山を中心としたアウトドアの活動を、「障がいのあるなしにかかわらず一緒に楽しむ。」これがしろうまの会の主旨です。」とある（HPより）。

「「一緒に登って一緒に楽しむ」ということを大切にして、発足以来、試行錯誤を重ね色々な登山方法や介助方法を模索してきました」というしろうまの会のHP「障がい者の登山介助方法、介助用具などの紹介」には具体的で実用的な工夫と配慮の実例が記されていて、非常に有用かつ興味深い。

■補助・介助用具の利用～できるための工夫・方法を考える

車いすユーザーのひとたちが山登り／山歩きを行う際に、アウトドア用車いすHIPPO Campeを利用する事例が近年報告されている[2, 8]。これらは広い意味でAssistive Technology（AT）の活用だと考えるとわかりやすい。サイバスロン[9]（例えば、重度の身体障がいのあるひとが脳波でアバターを動かすレースや、同じく機能的電気刺激で筋運動を誘発して自転車を走らせるレースなど）に象徴的な、「身体の拡張」という観点と基本的には軌を一にしており、補助・介助用具はそのひとの身体の一部と考えられる。しろうまの会[7]では発足当初から「車イス使用者の車イスごとみんなで持ち上げ一緒に登頂しました」とあるので、実に1980年代から既に車いすで登山されていることになる。また、車いすユーザーを中心のリーダーに、それぞれがそれぞれの担当を務めるチーム[2]での山登り／山歩きと考えれば、その利用は必要であり重要なサポート手段であることが自ずから了解されるであろう。

(3) 知的障がいや発達障がいのあるひととの山登り／山歩き

知的障害のみを対象とする全国532の特別支援学校を対象に学校登山実施の状況を調査（353校、回収率66.4%）した結果[10]によると、登山を実施していた学校は45校（12.7%）であった。未実施校の意見で最も多かったのは「安全な登山を実施することの困難性に関するもの」であることから、安全な登山を確保するための教員の確保や緊急事態への対応、登山関係者との連携などが課題となっているようである。また、登山は学習指導要領の上で必須の学習内容には入っていないことも実施校の少なさに影響していると思われる。学校の周囲に低山があるという環境と、調整力や持久力の向上という効果に着目し、職員がルートを開拓して自立活動や保健体育の時間に山登り／山歩きを実施している特別支援学校[11]もあるが、きわめて少数な事例であろう。

冒頭で触れた「おむすび登山」を開催している「霧島おむすび自然学校」[12]の発足は2008年である。主宰者である壹岐氏は1995年、特別支援学校の教員時代に学校外の個人や団体、学校関係者の有志と「おむすび登山」を企画し実施している[13]。この活動は2007年まで続き、その間、台湾での親善登山や北アルプス遠征なども行っており、登山関係者や医療機関との連携、安全に活動を実施するためのスタッフの確保などの課題等に関しても、よく整理された体制が資料[12, 13]に詳しく記されている。

その後、2008年から「霧島おむすび自然学校」として新たにスタートした。学校ではできないこと（登山を含む野外活動）に学校外の学校として取り組むという強い想いからの名称なのかもしれない。また、そこには登山以外のさまざまな野外活動（自然体験）にも親しみ、楽しさを見出してほしい、その経験がさらに次の可能性を拓いてほしいという想いがあったという（私信による）。同自然学校の参加者は知的障がい、発達障がいのあるひとたちとその家族や関係者を中心に学童から成人まで幅広い年齢層にわたっており、「おむすび登山」を含むさまざまな野外活動から構成された年間事業（８～12回）の参加者数は延べ100～160名である[12]。

「おむすび登山」では参加したそのひとの状態や山登り/山歩きの能力、ふだんの状況を年間の事業を通してよく把握している主宰者が複数の班にグルーピングし、サポートのボランティアを含めて各班10名前後で登ることになる。筆者（当時65歳）が班長を務めたときは、奥穂高岳に登るなど筆者より経験

豊富で身体能力も高いＪさん（自閉症スペクトラム、当時48歳）にリーダーとして先導を担当していただき、筆者は最後尾から班全体の様子を見守りトランシーバーで他班との調整等を行った。

「おむすび登山」の特長としてはそれぞれの目標に向けてそれぞれのペースでゆっくり一緒に登ること、それをそのひとの特徴に合わせて緩やかにサポートするということだろうか。お互いがお互いのことをよく知っている（理解している）という安心感からの和やかな雰囲気が心地よさにつながっているのかもしれない。

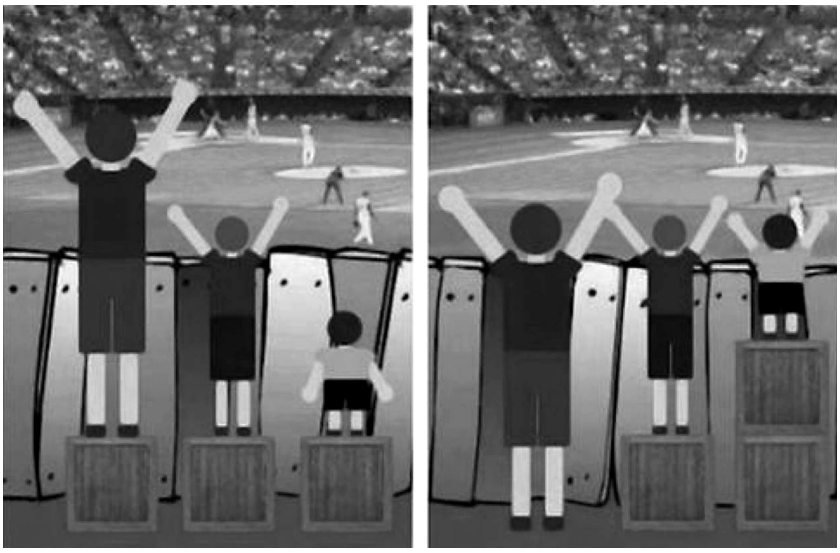


図1．平等（equality；左）と公正（equity；右）のイメージ[15)]

障がいを含むそのひとの特徴、身体の状態やふだんの状況についてお互いがよく知っていたり理解しようとする雰囲気が山登り／山歩きの際になぜ大切かという点に関して、発達障がいのある当事者による記事[14)]がわかりやすいので記しておきたい。それは見た目で困り感がわかりづらく気づかれにくいがゆえにサポートや配慮をあまり受けることができなかったり逆に過大な要求をされたりという、「見えない障害」に対しての問題である。それだけにそのひとについてよく知ること、よくわかり合うことができる関係性が築かれている集団での活動であることがとても重要ではないだろうか。

２．障がいのあるひととの山登り／山歩きを楽しんでいる活動に共通している考え方

前項で参照したいくつかの団体や障がいのあるひととの山登り／山歩きを楽しんでいるその他の団体の活動に共通していることは、「できる（一緒に楽しむ）方法を考え工夫している」ということである。そしてその「合理的配慮」（合理的な調整による機会均等化とそれによる参加の保障と考えるとわかりやすい）は、そのひとの状態や状況に応じて、「適切な工夫やサポートを必要なだけ」が肝要であろう。図１は平等equalityと公正equityのイメージを表したイラスト[15)]だが、背の高さが異なるそれぞれに同じ高さのステップを平等にという対応ではなく、試合観戦にステップが不要なひとには配らず、ステップがないと観ることができないひとには観戦が可能となる高さのステップをそれぞれの必要に応じてというように、そこには「公正」という考え方がある。この文脈でいえば、現状としてそれぞれのひとの特別のニーズに対して、単に平等にではなく、「公正な対応」がなされているのかどうか、それについて考えてみることは大切なことなのかもしれない。

山登り／山歩きを行おうとするひとは障がいや疾患があるかないかに限らず、年齢も性別も体力や技術レベルも誰ひとり同じではない（多様性diversityという言葉を使ってもよい）。そして自分自身の状態や状況も不変ではなく、絶えず変わり続けている。

ひとりひとりがまったく異なったユニークな特徴をもった存在であるがゆえにそれぞれに固有の特別のニーズを持っており、自分を含め誰もがそれぞれに異なるサポートや手助けを必要としている。活動を一緒に楽しんでいる団体では、それぞれに対して合理的な配慮を行うことによって活動への参加を保障し（公正を図り）、お互いにそれぞれ異なるニーズを持ったひとたちが緩やかに関わり合いサポートし合ってともに山登り／山歩きを楽しむ、包摂性inclusionのある空間が成立していると考えることができるのではないだろうか。

例えば、しろうまの会[7]の「「山や自然を楽しむ仲間の中にいろいろな人達がいて、その中に障がい者もいる」というのが基本的な考え方」という表現や、山仲間アルプ[1]の「障がい者対ボランティアという関係を超えて、普通の人間関係の中で登山を共に楽しむ」、NPO法人モンキーマジック[4]の「「助ける・助けられる」の関係ではなく、同じクライミング仲間として関わり、互いに壁を取り払い、理解しあう」などの記述は、これらの活動が創り出している空間の特長をよく表している。

３．山登り／山歩きという活動の特性

山登り／山歩きは元来、競争的ではなく、個別的でかつ協同的な野外活動という特性をもっている。その特性ゆえ、多様なひとたちが一緒に活動を楽しめるよう、公正が図られた包摂的な空間を創り出すことが、他のスポーツや身体活動より可能になっているのではないだろうか。

ここではこのような心地よさ、当たり前の対等の関係につながる山登り／山歩きという活動の特性、障がいのあるひとにとって（誰にとっても）意味のある特性、特長について考えてみたい。

(1) 楽しみ方が自由であり、それを自分（たち）で決めることができる

山登り／山歩きはどの山に、どんなルートで、いつ、何を楽しみに登るのか...全て自分で設定して、チャレンジできる活動である。定型的な他のスポーツとはそこが決定的に異なっている。金子みすゞの詩ではないけれど、「みんなちがって、みんないい」、それが山登り／山歩きである。頂上まで特に登らないことも自由であるし、頂上で食べるごはんや下山後の温泉を楽しみに登るのも、歴史上の史跡を訪ねる山登り／山歩きも、季節の花々を愛でに登ることも、どれも等しく尊重されている。

ヤマップの調査[16]によると、低山人気が続いていることと、自然の中を気持ちよく歩く「山歩」を楽しむ人が増加していることがわかる。単に山頂を目指すことに留まらない、目的やプロセスをそれぞれに楽しむ「みんなちがって、みんないい」山の楽しみ方が広がりを見せているということになる。

自分で目標（楽しみ方）を設定し、その達成のための方法を考え、日々実践してチャレンジする。そして、目標に到達したときに達成感を得るというプロセスは、例えばピークハントを目標に設定した場合と本質的に違いはないので、「山歩」を楽しみ自分なりの達成感に浸ることを好むひとが増加しているのだろう。山登り／山歩きの本質は山に登ったり歩いたりという行為そのものにあるのだから。

自己決定理論にしたがえば、自分で主体的に決めたい・自己効力感を感じたい・他者と関わりたいという欲求が充足されると、内発的動機づけがより強化されると考えられる。つまり、自分にとっての山登り／山歩きの目標を主体的に決め、その目標に向けて努力した結果としていま山をしっかり登ることができている自分に効力感を感じ、一緒に登っているひとたちと互いに励まし合ったり助け合ったりす

るなかで、山登り／山歩きに行きたいという想いはさらに一層強くなることになる。

また、自分（たち）で決める／決める過程に参画することは、“Nothing About Us Without Us”「私たちのことを私たち抜きに決めないで」という国連での障害者権利条約制定に向けた議論の中で繰り返されてきたフレーズに含意されている考え方と通底するものであり、障がいのあるひとが自身に関わる事柄に主体的に関与するとの考え方をよく反映している。この考え方に配慮することにより、差異の大きい（と思われがちな）ひとたちが一緒に活動する際に誰かが過度に負担を感じたり、誰かが過度に依存したりという状況に陥ることが少なくなるのではないだろうか。六つ星山の会[3)]で「役員数は視覚障害者と健常者を同数」（HPより）とあるのはこの考え方に沿ったものなのであろう。

(2) ポジティブ・リスクをとる自由が認められている

「なぜ、役に立たない、しかも危険なことをするのか」というよく尋ねられる問いに対して、『登山の運動生理学とトレーニング学』の著者、山本正嘉氏は登山家・木暮理太郎の言葉に依拠しつつ、「好きだから山に登る」が一番好きな答えだと記している[17)]。(1)でみてきたように、自分で自由に決めた好きなことだからというのは十分な答えになるだろう、例えば体育の授業で走らされる持久走は嫌でも、自分で決めたジョギングやマラソンを楽しんでいるひとはとても数多くいるのだから。一方、小説家の森敦は「自由には危険がともなう」とも述べている。

これに関連して、ひとにはDignity of Risk、リスクを負う（冒す）権利、尊厳があるという考え方がある。ひとは誰しも、自分をさらに成長させるこへと想定の範囲内でのリスクを負ってチャレンジする権利、尊厳を有しているという意味である。この考え方は山岳関係者、山登り／山歩きするひとたちにはスムースに受け容れられるであろう。自然環境のなかでの活動なのでリスクは必ず存在する。だからこそ、Dignity of Risk は高山を目指すトップ・クライマーにだけでなく、山登り／山歩きをするすべてのひとたちに同等に認められている権利、尊厳であると了解されているだろうからである。

リスクには自己の成長につながる可能性のある好ましいリスク（ポジティブ・リスク）もあれば、無謀で危険な状況につながるかもしれないという好ましくないリスク（ネガティブ・リスク）もある。ポジティブ・リスクをとるべく、過度に保護や制限されることなくいろんな活動を楽しみ、自分の身体を実感する瞬間を持てることは、すべてのひとの権利であり保障されるべき尊厳である。

障がいのあるひとの場合、リスクに対し周囲が先回りしてこれを回避・保護しがちであるとよくいわれている。ポジティブ・リスクとネガティブ・リスクが整理されずに、すべからくリスク＝危険とみなされ、チャレンジの機会が前もって失われているといえば伝わるだろうか。

そこで、山登り／山歩きである。山登り／山歩きは自分で決めた楽しみを全うするためにポジティブ・リスクをとって試みるチャレンジである。無謀で無思慮なネガティブ・リスクでない限り、失敗してもすべての責任と危険はそのひとに負う権利がある活動であり、このようなポジティブ・リスクをとる体験こそ、成否にかかわらず自己効力感を高めることにつながっていくと考えられるからである。

山登り／山歩きの、他の多くのスポーツと比較し難い特長ともいえるこの特性は、既に1960年代から障がいのあるひとの就労やスポーツに関して先駆的

な取り組みを続けてきた社会福祉法人「太陽の家」の理念“No Charity, but a Chance!”「保護より機会を！」と本質的に重なり合うものであり、障がいのあるひとにとって（誰にとっても）とても大きな意味を有しているのである。

その山登り／山歩きが無謀なネガティブ・リスクの行動ではなく、十分に検討吟味されたポジティブ・リスクとしてチャレンジできるかどうかの見極めが肝要であることはいうまでもない。そのためには、そのひとの（お互いの）身体の状態や環境の状況をよく理解し合っているメンバーと一緒に話し合って目標を設定し、その達成のための適切な方法を検討し実践することと同時に、起こりうる可能性のある危険に対して十分に対策を講じ備えることのできる体制が整っているかが鍵を握っている。

4．今後の課題

障がいのある子どもや成人では一般に、積極的に行える余暇活動や社会的活動が少ない傾向にあるといわれている。前述したように、全国の知的障害特別支援学校で登山を実施していた学校は１割程度である。登山や山登り／山歩きは学習指導要領の内容に含まれていないため授業として実施している学校はきわめて稀であり、児童生徒がこれらの活動を体験する機会は非常に限られている。より重要なこととして、学校行事や特別活動としての学校登山は単発の一斉登山であることがほとんどであり、加えて安全性の確保が最大限に重視されることになるため、３で考えた山登り／山歩きの特性を十全に活かすことも体験することも、難しいのではないだろうか。

(1) 地域で定期的に参加できる活動の場を

スポーツ庁の調査（2023）によれば、障害のあるひとにとってスポーツ・レクリエーションを実施する際に障壁となっている要因として「体力がない」（31.9%）、「体調に不安がある」（23.8%）、「金銭的な余裕がない」（16.5%）が上位に、そしてそのほかとして「仲間がいない」（5.2%）、「交通手段・移動手段がない」（5.0%）なども挙げられている。「参加したいが家が遠いので参加出来なかったり、家から出る事さえ難しいといった障がい者の声も多く聞きます。これからは、会そのものが大きくなるのではなく当会のようなサークルが他にも多く出来たり、また一般の登山サークルが障害者を受入れるようになればと思っています。」というしろうまの会[7]の未来への想いはそんな状況を的確に示しているといえる。

障がいのあるひとが山登り／山歩きしたいと想ったとき、体力を高めながら（体調に注意しつつ）一緒に活動する仲間ができ、交通アクセスの問題が解決するためには、そのひとが暮らす地域やその近くで定期的に活動を行える場があることに意味があるのではないだろうか。障がいのあるなしに関係なく、子どもも高齢者も誰でも参加できる学校外のクラブ、サークルのような場としてである。

この点に関しては１で参照した各団体が実施しているイベントを含むさまざまな活動や、「地域の人々が主催して定期的に開催する地域に根ざしたイベント」を目指しているNPO法人モンキーマジックの交流型イベント[4]、学校外の学校を志向し地域をベースにさまざまなプログラムを提供している霧島おむすび自然学校の事業[12]、山仲間アルプの多彩な活動[1]などが参考になるだろう。

また、毎週水曜日に、交通アクセスが容易で、レベルに応じてさまざまな登頂ルートがとれる金立山という低山での「スロー登山」を開催している金立水曜登山会の活動[18]はとても示唆に富んでいる。

この会は高齢の参加者が多く、なかには疾患を有するひともいるが、「ゆっくり歩くあなたが主役です」という同会のスローガンに合った活動を楽しまれていて、その効果も確認されているようである。

以上から考えると、障がいのあるひともないひとも、子どももお年寄りも、誰もが一緒にもっと山登り／山歩きを楽しむことへの手がかりは、交通アクセスが比較的容易な「地域の低山を定期的に山登り／山歩きする」場を作ることにあるのではないだろうか。そうすることによって、日々のトレーニングとして低山を利用することができ（山本正嘉氏、前掲書[17] p.276）、参加者の身体の状況や体力レベルなどを推し量るコースとして利活用する（同p.315）ことも可能となるだろう。障がいや基礎疾患のあるなしに限らず、幅広い参加者を受け容れ、一緒に定期的に活動することを通してそれぞれの状態や状況を理解することができれば、そのひとのチャレンジが無謀なものなのかポジティブ・リスクをとるものなのかの、的確で客観的な見極めも可能になってくることが期待される。

(2) 地域社会のハブとして

文部科学省はスポーツ振興基本計画や障害者活躍推進プランなどで、外部指導者の活用や特別支援学校を拠点とした障害者の地域スポーツクラブの設立支援について記しており、学校と地域との連携に関する壁は以前より低くなっていると思われるが、まだ緒に就いたばかりというのが現状である。やはり、鍵は「地域で」、「地域から」ということではないか。地域に根ざした活動がきっかけとなり、学校外から地域や学校に好ましい影響を与え、一緒に動いていくというアプローチである。

この課題については霧島おむすび自然学校の取り組み[13]が参考になるだろう。学校と学校外の組織や団体、専門性のある関係者や支援者等とネットワークを作り、地域に根ざした学校外活動を企画実施する際にそれらを有機的につなぐ「ハブ」としての役割・機能を同自然学校が担う。それによって連携がより円滑に進むことが期待されるし、子どもたちや地域のさまざまなひとたちが参加し関わり合うことが可能となるのではないだろうか。「地域の低山を定期的に山登り／山歩きする」場として前項で紹介した金立水曜登山会の活動[18]も同会の活動がハブとなって地域のさまざまな関わりを生み出していることを知らしめてくれている。

(3) 組織の継続と次代の後継者の問題

障がいのあるなしに関わらず、さまざまなひとたちが山登り／山歩きの活動を一緒に楽しむ手がかりとして、地域をベースにした場があること、それを維持・運営する体制があることが鍵を握っているのではないかと前項で記した。また、お互いの特徴や身体の状態、状況をよく理解し把握するには、その体制は比較的小規模のグループや団体の方が適しているかもしれないとも。

一方、小規模のグループや団体の多くは関係者の意志と努力で運営されており、財政的基盤が不安定なところが多い。自分のやりたいことを介してできるだけ多くのひとに開かれている場を設える、公共とはこうあるべきだと思っている状態に少しでも近づけられるよう、自分のお金なり時間なりを提供して世の中に貢献できる活動を行う、そんな想いで活動を続けているといえる。

山登り／山歩きに限らず、障がいのあるひとたちの身体活動や余暇活動の多くは、有為のボランティアの活動に底支えされているのが事実だし現状である。同時に、仕事として成り立つような仕組みや取

り組みの見込みが立たなければ、活動や事業の継続/存続が困難になることも想像に難くない。

前項で触れた地域社会のハブとして機能するという役割に留意して考えると、行政との連携が重要になってくるであろう。一過性の、単発のイベントにではなく、継続的な活動・事業が評価され、助成や補助といったサポート体制ができることが期待される。多くの小規模グループ、団体では活動や事業内容の吟味や工夫と並行して、維持／存続のための方法と次代の後継者への承継の手だてを模索し続けている。それぞれに合った解決方法が見つかることを切に願うものである。

卓球のメダリストである平野美宇選手の母、平野真理子さんはインタビュー[19]でこう語っている。“障害があってもなくても「個をよく見ることが大切」で、同じなんです（中略）私が主宰する卓球教室には、車いすの人もいれば発達障害のある人もいます。それは特別なことではなく、当たり前のこと（中略）いろんな人たちがごくふつうに、一緒に過ごせるようになればいいなと思っています。”

「個をよく見ること」で何が可能で何が難しいか、それをお互いに考えることができるようになるのではないか。一緒に活動することを通して学び合う、“当たり前の対等さ”が当たり前になって、誰もがごくふつうにともに山登り／山歩きできる、そんな明日がやって来ることを楽しみにしたい。

謝辞：

霧島おむすび自然学校の壹岐博彦氏からは貴重な資料の提供と多くの助言を頂いた。

記して深く感謝する。

参考資料（URLは2025年１月１日現在）

1）網干　勝：障がい者登山の楽しみ（「山仲間アルプ」の登山活動）、登山研修38: 85-88，2023.

2）三浦豪太：三浦雄一郎　富士山から見るインクルーシブ野外活動の実情、登山研修39: 77-84，2024.

3）六つ星山の会
https://www.mutsuboshi.net/index.html

4）NPO 法人モンキーマジック
https://www.monkeymagic.or.jp/

5）登山メディア『YAMA HACK』：景色が見えないのになぜ登るの？視覚障害者と一緒に登山をして分かったこと
https://yamahack.com/2962

6）映画『ライフ・イズ・クライミング』
https://synca.jp/lifeisclimbing/

7）しろうまの会　http://www.shirouma.net/

8）パラスポーツマガジン：車いすで「信越トレイル」に挑戦！
https://psm.j-n.co.jp/2024/11/27/101474/

9）CYBATHLON-人を動かし、技術を進める
https://stofficetokyo.ch/cybathlonseriesjp-main

10）大賀淳子：我が国の知的障害特別支援学校における登山実施の実態、登山医学37: 57-64，2017.

11）千葉県立安房特別支援学校の事例は以下の報告書pp. 53-66を参照のこと．滝川国芳・西牧謙吾・植木田潤・大崎博史：慢性疾患児（心身症や不登校を含む）の自己管理支援のための教育的対応に関する研究．平成18年度課題別研究報告書、独立行政法人国立特殊教育総合研究所、2007.

12）壹岐博彦：野外活動の楽しさと学びと共にいきいきライフ～障がい者の野外活動を通した生涯

学習～霧島おむすび自然学校、令和２年度「共生社会の実現に向けた生涯学習支援に係る実践研究事業」実践報告書、宮崎県、2020.
（概要は以下のサイトで参照可能）
https://www.sun.pref.miyazaki.lg.jp/download/newDL/5d19bb750fe1c53643194550db60e6f2e7c5a77b.pdf
（霧島おむすび自然学校の活動は令和１年「障害者の生涯学習支援活動」に係る文部科学大臣表彰を受けている）

13) 壹岐博彦：第10章 知的障がい者の登山、長曽我部 博・草野勝彦編著「可能性の体育」としての特別支援体育と体育の本質～個に向かい合う体育　運動を楽しむ力を育む体育　生活・社会につながる体育～ pp. 121-129、「可能性の体育」出版委員会、2024.

14) 長谷川祐子：障害のある人もない人も一緒に登った富士山。山の日に語り継ぐ
https://note.com/yuhase/n/n31f2ebce0fe9

15) 河野俊寛：学習困難にどう対応すればよいか. 月刊実践障害児教育, 4 月号: 2-5，2016.

16) ヤマップ：2024年ゴールデンウィーク期間の登山者動向を発表
https://corp.yamap.co.jp/news/7NCKWLF_

17) 山本正嘉：『登山の運動生理学とトレーニング学』、p.16、東京新聞、2023.

18) 石橋清志：「高齢者における週一回登山の状況とスロー登山の効果」、登山研修32: 66-70，2017.

19) 平野真理子：「我が子に発達障害があるけど、特別な支援が必要とは思わない」卓球・平野美宇三姉妹を育てる母親の思い
https://chanto.jp.net/articles/-/1006121