ロード

マウンテンバイク

デフアスリートをささえる

競技別手話言語通訳ガイド［自転車編］

Cycling

シクロクロス

BMX

ごあいさつ

全日本ろうあ連盟
スポーツ委員会委員長
小椋 武夫

スポーツ庁は「する・みる・ささえる」といった多様なスポーツライフを通じて、スポーツ参画人口の拡大を目指しています。アスリートのプレーを「みる」、ボランティアの「ささえる」活動を通して、「する」スポーツへの興味が喚起され行動へとつながることが期待されており、きこえない人のスポーツ活動を通した社会参加と共生社会の実現にも通じる取組になります。

きこえない人がアスリートのプレーをみるためには、スポーツ施設の情報アクセシビリティ向上、放送の字幕・手話言語付与などの整備が進められています。

一方、きこえないアスリート（デフアスリート）がスポーツをするにあたっては、スポーツ関係者によるきこえないことや手話言語への理解促進とともに、デフアスリートのスポーツ活動をささえる日本手話言語通訳者の育成が重要になっています。

本委員会が受託しました、スポーツ庁の令和2年度「障害者スポーツ推進プロジェクト事業」は、スポーツに精通した手話言語通訳者の育成を主な目的としています。そこで、スポーツ分野で通訳者が準備すべき内容の基礎として、きこえない人のスポーツ活動の歴史と現状を紹介するパンフレット、サッカー競技と自転車競技を解説するパンフレット、開会式や表彰式で歌われる国歌の手話言語試行版パンフレットと動画を製作しました。スポーツ活動の現場で通訳を行う方々の知識と技術の向上にこれらの手引きが役立つことを願っています。

スポーツ分野で通訳するための準備

きこえない人のスポーツ活動を通した社会参加を支える手話言語通訳者が、通訳者としての倫理観を備えた上で準備しておくべき知識と技術を、「共感力・協働力」、「言語技能・表現力」、「場面対応力、実践力」、「スポーツ関連・競技ごとの専門知識」の4テーマに整理しました。

このガイドブックでは特に自転車競技に必要な知識を紹介します。

〈 ろう者と自転車 〉

ろう者であることを理由に大会参加を断られる事例が起きたのはわずか10年前のことです。耳がきこえないから危ないと小さい頃から禁止され自転車に乗ったことがない成人のろう者も多くいます。しかしデフリンピックの自転車競技は90年前から行われており、世界にはろう者のプロ選手が多くいます。

その状況に危惧したろう者達によりろう自転車競技協会が設立されプロ選手を監督に招へい、自転車専門通訳スタッフが入りました。2013年ブルガリアデフリンピックに日本として初出場、2017年トルコデフリンピックでは銅メダル2つ、入賞6つを果たしました。国内ではきこえる実業団のレースで優勝、国内トップのエリートクラスに在籍など大活躍、大会に限らず多くのろう者達が自転車ライフを楽しんでいます。

色々な自転車の種類・楽しみ方

自転車は走る場所や目的によって様々な種類に分かれています。そしてそれぞれに幅広い楽しみ方があります。

【主な自転車の種類】

●ロードバイク ●グラベルロード ●TTバイク ●マウンテンバイク
●シクロクロス車 ●BMX ●トラックレーサー ●トライアルバイク
●タンデム ●ミニベロ ●折りたたみ自転車 ●e-bike

自転車の種類に合わせて競技大会が全国各地で開催されています。

同じロードでもサーキット等を周回する耐久レースや峠などをひたすら登るヒルクライム、公道等を長い距離、長い時間走るロードレースなどがあります。また順位を競わず皆で一緒に走りコースにいくつか設定されたポイント（エイド）を回るロングライド、制限時間内に定められた長距離のルートを走るブルベなどもあります。室内で行うインドアサイクリング（サイクルサッカー、サイクルフィギア）という競技もあります。

大会ではなく自分で好きなように走るサイクリング･ポタリング、走りながら温泉をめぐったりグルメを楽しんだりなど自転車の楽しみ方は無限にあります。自転車を持って電車や飛行機に乗り旅行を楽しむ輪行ツーリングなども人気があります。スイムやランを組み合わせるトライアスロンを楽しむろう者も多いです。

自転車の仕組み

Road Bike

ロードバイク

ドロップハンドル、細いタイヤ、車体が7kg前後と軽量で、長距離の舗装道路（オンロード）を高速で走行するのに向いているスポーツ自転車。30km/h以上出すことができ、スピード感と風を切って走る爽快感が特徴です。

デフリンピックのロードの競技種目は、ロードレース、タイムトライアル、ポイントレース、スプリントがあります。

Mountain Bike

マウンテンバイク

ゴツゴツした太いタイヤと頑丈なフレーム、衝撃を吸収するためのサスペンションを備え、荒野や山岳地帯などの未舗装路（オフロード）、急坂投降、段差越えなどのルートを走行するための自転車です。

デフリンピックのマウンテンバイクの競技種目には、XCO（クロスカントリーオリンピック）があります。

自転車競技と情報保障

自転車競技できこえない選手が困ること

1 ▸▸▸［自転車購入前後］

●ショップとはメンテナンスや修理、練習方法や自転車に関する情報を得るなど長い付き合いになりコミュニケーションが重要。きこえない選手にとって気軽に相談しにくく、ショップに行きづらい場合もある。

2 ▸▸▸［きこえるチームとの練習］

●きこえるチームの練習に参加しても情報やコミュニケーションが難しく、練習会に参加しにくい。集団での走り方を学ぶ機会を逃してしまうことで、不安なままレースに参加するきこえない選手もいる。

3 ▸▸▸［レース前］

●手話通訳や視覚的情報がない。そもそもどんな音声情報が流れているかわからない。

- レース前のミーティング時の説明のルールや詳細の説明。
- 当日や直前の変更。周回数が減ることやスタート時間の変更等。
- スタートの合図。スタート時順位がゴールの順位に大きく影響する。
- スタート「1分前」などの声掛け。文字表示をするかは主催者の判断。
- 競技によりスタートの合図は音のみでそれ以外の視覚情報が認められない場合もある。

4 ▸▸▸［レース中］

●競技中の情報入手や選手同士のコミュニケーションが難しい。

- ロードレース中の審判バイクや車などからの指示。
- レース中の突然のルール変更。
- レース中の集団の中での選手同士のコミュニケーション。他選手との共闘や作戦のための会話。
- 落車や事故が起きた時の注意喚起の音声。
- 勝負どころでギアを変えてスピードをあげる時の周りのギアチェンジの音声情報。

5 ▸▸▸［レース後］

●表彰時間の変更、アンチドーピング検査の通知などのアナウンスがわからない。

●一緒に走った選手同士の労い合いの輪に入れない。

自転車競技にかかわる手話言語通訳者

★派遣通訳

大会の式典、受付、説明会、練習会、審判講習会

●固定の場所に待機してそこに来たろう者に対応する。

●継続的なかかわりではなく、その時その場の通訳の範囲で対応。

★チーム専属通訳

●通訳のみならずサポートスタッフとして動く。

●強化合宿、国内大会、国際大会、研修会、ミーティング、ショップやスポンサーとのコミュニケーションなど。

自転車競技の手話言語通訳のポイント ロード

強化合宿

コースや練習メニューによって通訳の方法が大きくかわります。短い周回コースの場合は起点を決めての通訳、長い周回コースや100km以上のワンウェイコースなどの時はサポートカーに乗って移動しながら通訳を行います。走りながら追い抜く際に素早く通訳をしたり、途中停まって指導を行うときは周りの交通に細心の注意を払い安全を確認の上で通訳を行います。走行中にばらけて先頭と最後尾が数キロ以上離れる時など伝言的な通訳が必要なケースがあります。また走行中選手は片手で手話言語を表すことが多く、素早い読み取りが求められます。

大 会

競技種目やコースによって毎回通訳の位置が異なります。会場についたらすぐに通訳の場所を確認します。ロードレースは集団走行で走るためレース前から選手同士のコミュニケーションでの通訳が必要になります。

Point!

【通訳のポイント】
ロード

レースにおいて指導者の指示を通訳するときは時速40キロ以上で走ってくる選手が見やすくまた通訳する側も見やすい位置を確保

Point!

【通訳のポイント】**共 通**

- 動きやすい服、靴、帽子や日焼け止め、水分、補給食などの用意（荷物はコンパクトに）
- 事前に練習メニューや通訳方法を確認する
- 安全で自転車が邪魔にならず、逆光にならない位置を素早く確保
- 自転車のトラブルや選手の怪我の際には素早く駆けつけて安全を確認の上で通訳をする
- 走っている時の選手の早い手話言語を瞬時に判断するために予め状況を想定する
- スタート時の通訳はコース上に入ることを前もって審判等に伝えて選手が見やすい位置を確保

自転車競技の手話言語通訳のポイント マウンテンバイク

強化合宿

郊外や山岳地帯、スキー場などのマウンテンバイク専用コースでの練習になり、まずそこまでの交通手段の確保が必要です。

山道や険しい森の中にコースが作られている場合があり、通訳する場所まで歩いたり軽く走ったりするため体力が求められます。大きく分けてフィジカルとスキルの練習があり、特にスキル練習では指導者とろう選手との間のどこで通訳をするのが良いのか位置取りを常に意識することが大切です。また指導者がバイクに乗ったまま指導する場合があり、自分の安全な位置を確保しつつ、選手にとって見やすい位置を見つけていきます。足元が不安定なところが多く、注意が必要になります。

大 会

マウンテンバイクは特にスタートが重要です。スタートは事前の獲得ポイント順に名前を呼び出されて順番にスタートの列に並びます。名前を呼ばれる地点からスタート地点まで離れているので通訳も素早い移動を行います。スタートのカウントはピストルで行われることが多くタイミングがどうしても遅れがちです。秒読みを通訳するときは音と同じタイミングで、選手が顔を真っ直ぐにしたままで見える位置で行います。

Point!

【通訳のポイント】
マウンテンバイク

レースにおいて指導者の指示を通訳するときは山道や林の中など走ってくる選手が見やすく、また通訳する側も見やすい位置を確保

自転車競技の手話言語通訳

自転車競技は落車による怪我のリスクが常にあり命に関わる場合もあります。スキルをしっかり身につけること、レース展開に合わせた走り方を学ぶことがそのまま命を守ることに直結します。また自転車そのものの整備が大変重要で普段の練習から自転車に関するチェックやコミュニケーションが大切になります。

指導者と選手との意図の行き違いやちょっとした言葉のズレが怪我や自転車のトラブルに繋がる可能性があり、手話言語通訳の存在はろう選手にとっては命綱です。特に自転車競技は専門用語が多くまたスキルの指導において感覚的な言葉が非常に多く指導者と選手の普段の積み重ねの上で使われる言葉のニュアンスをシビアに伝えなければいけないケースがあります。

聞き取りは指導者･選手･通訳者がお互いにズレを確認できる場合もありますが読み取りは確認が難しく、そこを曖昧にすると意図が伝わらず強化に繋がらない恐れが出てきます。まとめたり意訳したりせずに出来るだけそのまま通訳をし､わからない時には遠慮せずに話を止めて確認をすることが大切です。

実際の通訳のズレの例

読み取り事例 1

case 1

選手　「L4のままで最後はゴールスプリントを想定してあえてギアを重くして走った」

通訳　「最後は競争をしました」

読み取り事例 2

case 2

選手　「課題の上り坂が終わって斜度が緩くなったところでの加速を意識してペダリング回転数を上げた」

通訳　「課題だったところを頑張ってこぎました」

※QRコードを読みこんで､事例1と2のろう選手の手話表現を確認してみましょう。

聞き取り通訳

走行中に指導者　「もっとペースをあげて交代しながら回して（ペダルを）」

通訳　「上に回して（何を?）」

※QRコードを読みこんで､表現の良い例と悪い例を確認しましょう。

自転車用語

ロード

ドロップハンドルの形。

マウンテンバイク

フラットバーハンドルを握っている様子。

ペダリング

ペダルを回すしぐさ。長く速く走るためには、より少ない力で車輪を回すための効率的なペダリングが必要。

ギアチェンジ

変速のための装置。ギアを変えると足でペダルを1回転させる時に車輪が回転する回数が変化。

ローテーション

左右の手を前後に入れ替えながらまわす。集団走行の際、風の抵抗による体力消耗を防ぎ、速度維持のために順次先頭を交代しながら走ること。

（脚を）回す

ペダルが回っている様子。ペダリングの回転数を上げる指示として「もっと回せ！」など。

集団走行

長距離を走るロードレースでは、集団で一緒に走ることで風の抵抗を避け、レースペースのコントロールなどを選手同士が協力して行う。

千切れる（ちぎれる）

集団走行時に、スピードについていけず、あるいは何らかのトラブルで集団から離れてしまうこと。

ゴールスプリント

ゴール数百m手前から一気に加速してスパートをかけること。

周 回

スタートからゴールまでのコースを周回すること。マウンテンでは設営コース、ロードでは公道でコースを設定して周回することが多い。

[組織]

一般社団法人日本ろう自転車競技協会

ろう者に関わる自転車競技の普及と振興，自転車競技環境の整備、自転車競技の技術向上、自転車競技に関する総合的な事業を行い、その健全なる発展に努めるとともに、ろう者の余暇・生涯スポーツとしての自転車競技の提唱および健康増進と生活環境の向上を図ることを目的とし2010年に設立。2018年に一般社団法人日本ろう自転車競技協会として発足。

[編集協力]

一般社団法人日本ろう自転車競技協会

デフアスリートをささえる

競技別手話言語通訳ガイド［自転車編］

発行日　2021年3月31日

発　行　一般財団法人全日本ろうあ連盟
スポーツ委員会
ＴＥＬ：03-3268-8847
ＦＡＸ：03-3267-3445
メール：jfd-sc@jfd.or.jp
ＵＲＬ：https://www.jfd.or.jp/sc/

[参考情報]

JDCA（日本ろう自転車競技協会）
http://jdca.spo-sta.com/

JCF（日本自転車競技連盟）
https://jcf.or.jp/

全日本ろうあ連盟スポーツ委員会
https://www.jfd.or.jp/sc/

このガイドブックは、令和2年度スポーツ庁委託事業「障害者スポーツ推進プロジェクト（障害者のスポーツ参加促進に関する調査研究）」（スポーツに精通した手話通訳者の育成）の一環で作成しました。