

ぜんそくに負けず みんなで夢実現



元気に水しぶきを上げる子供たちと寺川さん（中央奥）。春日井市水泳協会のメンバーも指導補助にあたった = 10月29日、愛知県春日井市のサンフロッグ春日井（梅木隆秀撮影）

みんなで挑戦すればできないことも可能に。3歳でぜんそくにかなりながら、きちんと治療して世界最高の舞台でメダルを獲得した寺川綾さん（32）＝ミスノ。その寺川さんがぜんそくの児童たちに直接指導する水泳教室の第2弾が10月29日、愛知県春日井市のサンフロッグ

メダリスト寺川綾さん、愛知で患者の児童に水泳教室

春日井で開かれた。寺川さんのきめ細やかで丁寧な指導を受け、それまでの泳力を更新する児童らが続出。目をキラキラ輝かせ、それぞれの夢に向けて大きな自信を得たようだった。

（大家俊夫、山本雅人）

「私もぜんそく」

「私もぜんそくだったけど、上手に治療して五輪でメダルを取ることができた。みんなもきっと、できるはず。ぜんそくを理由にしてあきらめないでほしい」

寺川さんはこのように語りかけ、水泳教室がスタート

ト。参加したのは、ぜんそくで小さな泡が出るようにくたたり、過去にぜんそくの症状があったりした愛知県内の子供たち男女20人。まずは、基本中の基本、バタ足の指導から。水に入ってから1回目は自己流でバタ足をさせ、それを受けて寺川さんは「大きな水しぶきが出るバタ足はよくないよ。ひざをあまり曲げないで、キック板なしでクロールの練習。」「息継ぎで天井を見てしまったり、上体が上がってしまったり、それが最初の手が沈んでしまっから。もう一方の手が回ってくるまで最初の手をなるべく水につけないようにがんばって」とコツを伝授。すると、ぎこちない動きで息継ぎしていた児童も、徐々にスムーズな動きを習得、子供たちの表情からは早くも笑顔がこぼれ始めた。

【水泳教室に参加した主な児童】（順不同）
〈小学生〉川角明煌君（名古屋市西区、2年）、加藤実月さん（名古屋市西区、4年）、加藤久君（名古屋市西区、1年）、小池優成君（小牧市、5年）、蟹江彰人君（清須市、3年）、竹内萌さん（小牧市、4年）、竹内康将君（小牧市、6年）、竹内裕哉君（小牧市、6年）、西崎汰一君（小牧市、4年）、神谷咲希さん（岩倉市、3年）、梅村卓勢君（小牧市、5年）、近藤万受さん（清須市、1年）、近藤大靖君（清須市、1年）、毛利果鈴さん（名古屋市守山区、2年）、石原快人君（名古屋市守山区、1年）、加藤志織さん（春日井市、4年）、加藤那津美さん（春日井市、2年）、永坂由雛さん（清須市、2年）
〈幼稚園〉永坂龍大君（清須市、年長）



クロールの次は、平泳ぎのキックの指導。寺川さんは水中で一人一人の足を保持、「ひざを曲げて開き、キック」と大きな声で要領を教えた。寺川さんは低学年の初心者にはだっこするように児童の体をささしく抱え、一緒に5回先、10回先へと児童を誘導した。

泳ぎのコツ伝授

休憩をはさんで正味1時間の水泳教室のフィナーレはそれぞれの泳力への挑戦。これまで10歳が限度だった児童は25歳に、25歳の



水泳教室講師・寺川綾さん

寺川さんの本物の銅メダルをかけてもらい、「うれしいけど緊張...」
寺川綾さん 大阪府出身。2004年アテネ五輪200m背泳ぎで8位入賞。12年ロンドン五輪では100m背泳ぎと4×100mメドレーリレーでそれぞれ銅メダルを獲得。16年4月からは「報道ステーション」のスポーツキャスターを務め、8月のリオデジャネイロ五輪ではリポーターとして現地から日本選手らの活躍を伝えた。1児の母。ミスノ所属。

後、「またスクールに通いたい」と言い出すかもしれない」と話した。川角明煌君は、4歳でぜんそくを発症した。母の涼子さんによると「幼いころはせきがひどい場合、嘔吐するようになり、幼稚園に通わせるのも不安だった」と振り返る。その後、スイミングスクールに通い始めたことにより「治療と併せて、現在の発作の回数も減ったものの、風邪やインフルエンザのときに症状が重くなる傾向がある」と克服への努力を続けている。今回、「一生懸命に泳ぐのが子を見て、これをきっかけに積極的に泳ぎたい」と目を細めていた。

親も目見張る真剣な泳ぎ 「魔法の指導」で上達



「寺川さんは母親なので、子供の目線で指導してくれて、本人もうれしそうに教わっているのが分かる」と話するのは、加藤実月さん、理久君きょうたの父、祐介さん。2人ともぜんそくで、本格的な治療を

50メートル、100メートル...自己泳力更新の児童続々

長引くせき、ぜんそく、かも

平松院長 原因・最新治療を解説

水泳教室では参加児童の保護者向けにぜんそく教室が同時開催された。ぜんそく治療のスペシャリスト、平松内科・呼吸器内科小牧ぜんそく睡眠リハビリクリニック（愛知県小牧市）の平松哲夫院長がぜんそくの原因や最新の治療法について講演、保護者らは熱心に耳を傾けた。

平松院長は、特に小児ぜんそくは環境要因も大きいとして、家の中のほこりやダニの死骸、ふんなどのハウスダストが引き金になる可能性を挙げた。特にダニについて「ダニは小さいからダニのふんはもっと小さい器を専門とする医師に調べ

てもらう方がいい」と指摘。掃除機で十分に吸い取らず、それを人が吸い込むことで、ぜんそくの原因になるケースが少なくない」と警告。ふんも干すだけでなく、吸引力の強い掃除機やダニのふんの無害化が期待できるふん乾燥機機を利用したり、空気清浄機を利用したりするのも一案と説明した。

具体的な治療方法として、吸入薬の特徴について「吸入薬は肺に直接届くため、薬の量そのものが少なく、体の負担が小さくなる可能性がある。正しい知識と必要性を理解し、使い方を覚えて積極的

に使用してほしい」と吸入薬の特性を説明した。そのうえで「ぜんそくの治療の目標は大きく分けて2つある。1つは今の症状を改善すること、もう1つは症状を繰り返さないように予防

すること。つまり、たき火の火を消すときに炎が出ないか話に似ているかもしれない。寒くなって困ったり燃え上がらないように油断を中絶せず、自分に合った治療を続けるほしい」と呼びかけた。

「ぜんそくの治療は、薬の特性を説明した。そのうえで「ぜんそくの治療の目標は大きく分けて2つある。1つは今の症状を改善すること、もう1つは症状を繰り返さないように予防

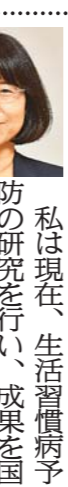
「ぜんそくの治療は、薬の特性を説明した。そのうえで「ぜんそくの治療の目標は大きく分けて2つある。1つは今の症状を改善すること、もう1つは症状を繰り返さないように予防

平松哲夫先生



ひらまつ・てつお 大学卒業後、公立陶生病院、名古屋大学第2内科に勤務。小牧市民病院で呼吸器科部長兼アレルギー科部長兼訪問看護部長を務めた後、開業。患者は愛知県内はもとより県外からも来るという。

加藤栄志先生



はなさきクリニック院長
私自身も患者としてぜんそくを経験していることから、患者さんに対し、ぜんそくがない人と同じような日常生活を送れるようにとの思いで日々、診療にあたっています。

あいち健康の森健康科学総合センター
津下一代センター長
私は現在、生活習慣病予防の研究を行い、成果を国民や愛知県民に発信するとともに、日本医師会の健康スポーツ医学委員会の副委員長として健康寿命の延伸に取り組んでいます。

主催 産経新聞社
協賛 グラクソ・スミスクライン株式会社
協力 ミズノ、あいち健康の森健康科学総合センター
後援 春日井市、公益財団法人春日井市スポーツ・ふれあい財団

広告 グラクソ・スミスクライン株式会社