

# ハシケ1

# 5m

手をのばせばすぐふれられる。そんな世界を知るマガジン

VOL.

3

## FEATURE

京都三条ラジオカフェ

藤本 香さん

ボッチャ競技者

高田信之さん



# ハシケ1 5<sup>m</sup>

## CONTENTS

PICKUP! ハンケイ 5m お茶缶

## FEATURE 1

藤本 香さん

ミニディ FM で商店街の一角から  
民の声を発信する

## FEATURE 2

高田信之さん

命や性別、障がいのあるなしに関わらず、  
一緒に楽しめるスポーツ  
「チャ」の競技者

) ..... 俊朗の映画話  
薬剤師 DJ の音楽論

刑師 DJ の音楽論

## | .....ホホホのすすめ かずえちゃんの伝えたいこと

## ずえちゃんの伝えたいこと

? ..... 駅の昇降機、ご存知ですか？

ings Market UTAU &  
ンケイ5mショップ最新情報  
ンケイ5mオフィシャルサポート

ハンケイ 5m vol.3 発行にあたり  
RECOMMENDED CINEMA

UTAU オンラインショップはこちらから 



- 1** 真ん中の個性(=お茶の名前)をみんなで見守っているイメージでサークルのデザインに。点線の中にも2箇所隙間を作ることで、風通しの良い社会を表現。

**2** 欠けた点もあれば、少し場所がずれている点もあることで、見守る人たちにも個性があることを表す。

**3** 背景にも淡い色で大小さまざまなサークルを配置。世の中には白い点線で表現したものと同じようなコミュニティが複数あることを表現している。世の中が認め合い、助け合いのコミュニティで満たされてほしいという祈りが込められている。



商品ラインナップ

抹茶 \_\_\_\_\_ 紫(神秘的、優雅、癒し)

煎茶 \_\_\_\_\_ 緑(安らぎ、平和、調和)  
                  ライム※(青春、希望、冒険)

てんちゃ  
碾茶 \_\_\_\_\_ 藍(知性、集中、真実)  
                  青※(誠実、信頼、清潔)

玄米茶 \_\_\_\_\_ オレンジ(健康、陽気、歡喜)  
                  黄※(明朗、愉快、知性)

ほうじ茶 \_\_\_\_\_ ピンク(愛情、可愛い)  
                  コーラルピンク※(優しい、暖かい、共生)

・ 「※」の商品はティニーパックとなります。



京都市下京区烏丸通り四条下ル からすま京都ホテル内 1F  
(京都市営地下鉄「四条駅」南出口6番 徒歩1分、  
阪急「烏丸駅」西出口23番 徒歩1分)  
**OPEN 10時~18時**  
不定期で10時~15時短時間营业あり。Instagram[@hankei\_5m\_shop]でご確認ください。  
**CLOSE 火、木、土 / TEL-080-1475-3370**



**PICKUP!**

# ハンケイ5m お茶缶

障がいを持ちながらも、自身の才能を發揮し、プロダクトデザインを手掛けるアーティストたちがいます。そんな人たちの選りすぐりを集めめたセレクション「ショップ」が、京都・四条烏丸の「からすま京都ホテル」1階にオープンします。「Things Market UTAU」と「ハソケイ5mショップ」、それぞれに個性豊かなグッズが並びます。

まず、カラフルさが目に飛び込んでくるのが、「ハンケイ5m」オリジナルグッズのお茶缶。中には、京都府和束町の茶葉が入っています。お茶づくりに適した空気、土、水が揃った山々に囲まれ、露が立ち込める地形で育つた、茶葉は香り豊かな逸品。商品企画に携わった上香園5代目の岡田文利さんは、「障がいの有無を問わず、一人

ひとりの個性を尊重することが大事。自慢のお茶を『ハンケイ5斗』のコンセプトで表現できたらいいなと思いま  
した」と話します。

お茶缶にはパッケージの細部にいたるまで、こだわりがあります。缶を筒状にすることで、「角がないやさしい心」を表現。蓋の金色の突起は、困っている人が手を伸ばしている様子を表し、その手をみんなで助け合えるような社会に」という思いが込められました。また、抹茶は「神祕的、優雅、癒し」を表す紫色、煎茶は「安らぎ、平和、調和」を表す緑色に。全9種あるパッケージは、それぞれ飲んだ人の気持ちが色彩でイメージされています。生産者と『ハンケイ5斗』の思いが一つになつた、お茶。ぜひ味わってみてください。

# 「だれもがマイクの前で自由に話せる。 コミュニティラジオを通して マイノリティの声を発信したい」

京都市中京区の寺町京極商店街の一角に「市民が主役の放送局」を理念に掲げ、さまざまなラジオ番組を放送している「コミュニティラジオ」があります。「FM79.7MHz 京都三条ラジオカフェ」。日本初のNPOが運営する放送局として2000年3月31日に開局して以来、数々の「市民の声」を電波に乗せてリスナーに届けてきた。「世にあふれている大きな声ではなく、まだまだ声の小さい方々に焦点を当てて、発信することを大切にしています」と話すのは、京都三条ラジオカフェの藤本香さん。

2016年から運営に携わり、ミキサーで副放送局長を務める。番組の企画から現場での取材、スタジオ収録まで。藤本さんは番組作りのあらゆる面で、発信者であるパーソナリティーの市民をサポートしている。「『対話は平和の第一歩だ』と言われますが、ラジオは対話のためのひとつつの装置でもあると思ってます。社会的にマイノリティーの立場に置かれている方々にこそ、ラジオを通して自分の声を発信する機会を提供していきたいです」と語る。

地域の構成員である市民一人ひとりが、より主体的に地域と関わることを通じて、多様な価値観を育んでいく。多様性とはつまり、異なる考え方や価値観がそれぞれの違いを認め合いながら、対話を通じて互いの理解を深めていく過程でもある。「市民の声」をラジオ番組として発信している京都三条ラジオカフェは、いわばパーソナリティーとリスナーの対話の場だ。ラジオ番組を通して、異なる価値観を認め合う。そんな橋渡しの役割を担っている。

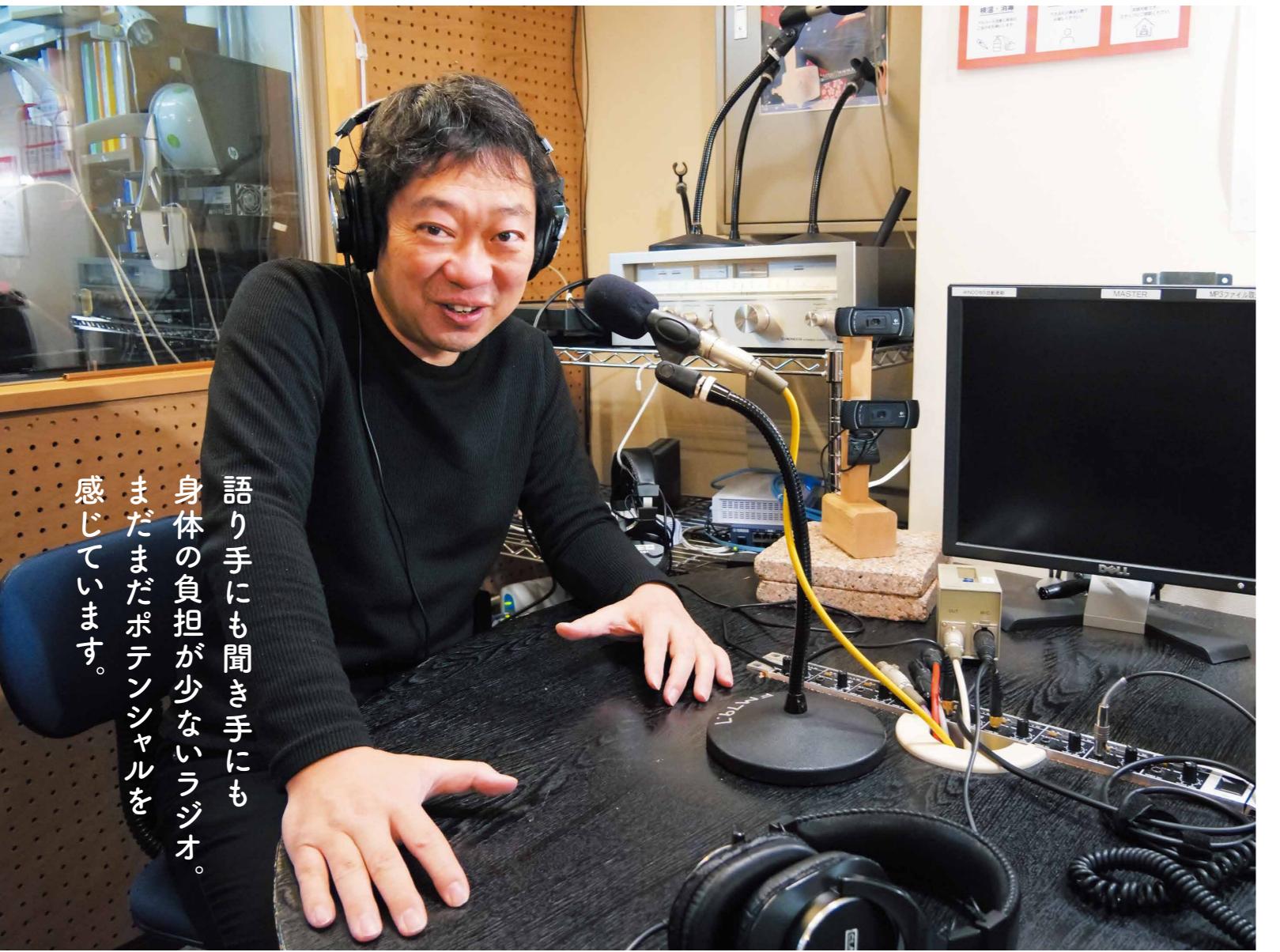
スマートフォンが普及し、インターネットの多様性を伝える



FEATURE 1

藤本香さん

商店街の一角から  
「市民の声」を発信する  
コミュニティラジオ  
京都三条ラジオカフェ  
副放送局長



語り手にも聞き手にも  
身体の負担が少ないラジオ。  
まだまだポテンシャルを感じています。



放送エリアは主に京都市内中心部。京都三条ラジオカフェのホームページ内PODCASTから過去の放送を聴くこともできる。



市民誰もがパーソナリティになれることができる。収録後は皆「楽しかった!」と口を揃えるそう。

一ネットの動画投稿サイトや音声コントンツのSNSを使えば、誰もが手軽に情報発信者になれる時代。さまざまなメディアで大量の情報が乱飛ぶ時代だからこそ、ラジオという存在が持つ意味はますます重要なってくるのではないか——。藤本さんは、そう考えている。「スタジオに入り、ヘッドホンを着けて、マイクの前に座った人には、スイッチがことなんていなあ」と思っていた。でも、何かを話したい気持ちになる。それが、ラジオという装置が持つ不思議な力だと思います」。

現在、月曜から日曜までの一週間に、約100本の番組を放送している。まちづくりに関することや、京都の文化や伝統に関する話題、防災や福祉、音楽、ジャーナリズムまで、それぞれの番組が扱うテーマは多岐にわたる。共通しているのは、どの番組もパーソナリティが本当に伝えたい情報を自分の声で発信している、ということ。たくさんの個性豊かな「市民の声」は、京都という街の多様性の現れでもある。

本誌『ハンケイ5M』のスペシャリストアドバイザー、アドナースの鎌田智広さんも、そんなパーソナリティで、それぞれの番組が扱うテーマは多岐にわたる。共通しているのは、どの番組もパーソナリティが本当に伝えたい情報を自分の声で発信している、ということ。たくさんの個性豊かな「市民の声」は、京都という街の多様性の現れでもある。

患者さんの生活を中心とした療養の提供、そのためには看護師と患者さんとの信頼関係を築くことが欠かせない。鎌田さんは、「看護師それぞれに患者さんへの思いがあります。なかなか面と向かって話す機会はないけれど、この番組でそんな思いを発信することで、聞いている患者さんに伝わるかもしれない。ラジオという媒体が、お互いを理解するきっかけになれば、という期待もあります」と話す。

テレビと違い、耳だけで聞けるラジオは、語り手にも聞き手にも、身体の負担が少なく、病院や看護との相性も良いという鎌田さん。「ラジオへの影響力を感じますね」と話す、藤本さん。規模は小さくても、コミニティラジオは、語り手と聞き手の間に確かなつながりをつくっている。

## FEATURE 2

## 高田信之さん

年齢や性別、障がいのあるなしに関わらず、誰もが一緒に楽しめるスポーツ「ボッチャ」の競技者



## 「差があればあるだけ面白い。 その奥深さがボッチャの一番の魅力」

暦の上では春を過ぎたものの、まだ肌寒さが残る2月末。大阪市東住吉区の長居公園内にある大阪市長居障がい者スポーツセンターを訪ねた。

大柄で屈強そうな体躯の高田信之さんは、「そろそろ散髪に行こうか」と迷っていた時期なんです。撮影あらんなら、髪、切つといたらよかつたな」と、冗談めかして笑った。「金髪にしたり、モヒカンみたいにしたり。『髪のあるうちに遊べるだけ遊んだれ』と思って、髪型は散髪のたびに、毎回変えてるんですわ」。そう言つて見せてくれたスマホの画面には、金髪を逆立てた自撮り写真。ちょっとやんちゃでひょうきんな「大阪の兄ちゃん」の雰囲気が、高田さんによく似合っている。

### ヨーロッパ発祥のパラリンピック

正式種目「ボッチャ」の競技者として、国内トップレベルを競う高田さん。20代の時に海で事故に遭い、脊椎損傷の怪我を負った。それからほどなくしてボッチャに出会い、スポーツとしてのボッチャの奥深さに魅



友人たちと忘年会をしたときの一枚。「コロナの影響で、しばらく集まっていないので、また集まりたいですね。」

せられた。以来、競技歴はまもなく20年になる。

「痛いことは嫌いなんで、イバラの道は歩かない。楽しいことを優先して、のらりくらりと生きていけばいいと思うんです」。 stoイックな求道者ではない。でも、そこがいい。力み過ぎず、追い込みず、自然体でゆったりと構える。それが、高田さんのスタイルだ。「しんどかったら、逃げればいいんですよ。逃げた先で、また、楽しいことを探したらいいじゃないですか」。

### 末っ子の甘えん坊。

兄たちを追いかけ、水泳に打ち込む

大阪府東大阪市で、3人兄弟の末っ子として生まれた。長兄とは5つ、次兄とは4つ年の離れた「甘えたの、あかんたれ」だったという高田さん。兄たちの影響で小学校の低学年の頃から「キン肉マン」や「北斗の拳」の漫画やアニメにはまり、当時開局したばかりのラジオ「FM 80.2」で流行りの音楽を聴いた。

水泳を習っていた兄2人に続いて、小学5年生で本格的にスイミングスクールに通い始める。「勉強は嫌いでしたね。体動かしているのが、性に合っていた」とい、中学、高校と水泳に打ち込んだ。

「水泳選手としては、大阪府下で10番目くらいの成績でした。それで、水泳で大学推薦を取ろうとしたけど、あかんかった。高卒で働くこうと思ったんですが、父親に『大学だけは出掛け』と言われまして」。関西大学文学部教育学科の夜間に進学し、昼間は働きつつ、教員を目指して大学に通った。教育実習も終えて、順調に教師への道を進んでいた最中、授業の方を巡って大学の担当教授と衝突する。「まあ、若気の至りです」。教員免許を取得するために必要な単位を自ら放棄して、卒業後

イバラの道は歩かない。楽しいことを優先して、のらりくらりと生きていけばいい。

は水泳のインストラクターの職に就いた。

「地元の区営プールで、そこに通つ

ているおじいちゃんとかおばあちゃんが『膝が痛い』『腰が痛い』と。それを聞いて、そういう体の痛みを治せるようになりたいな、と思いまし

た。それで、理学療法士を目指そ

と考えたんです。その矢先でした」。

2003年7月、24歳の時のこと

だ。遊びに行った海で事故に遭い、脊椎損傷の大怪我を負う。運ばれた先の病院で医師から「一度と立つことはできない。もしかしたら一生、ベッドの上で生活することになるかもしない」と告げられた。

「それは納得がいかんかった。リハビリ、一生懸命やりました」。大怪我からのリハビリに励む中、担当の理学療法士からスポーツを取り入れることを勧められる。「水泳、車いすバスケット、ボッチャ。選択肢は3つあつたんですけど、水泳はもう十分やつたし、車いすバスケットは腕の筋力を鍛えるのがしんどそう。消去法で選んだのが、ボッチャやったんですね」。しんどいことから逃げた先で出会った、楽しいこと。それが、高田さんにとってのボッチャだった。

### さまざまなおもてなし さまざまな「差」によつて 勝ち方も多様。それがボッチャ

イタリア語で「ボール」を意味するボッチャは、目標となる白いボール（ジャックボール）に向け、赤と青のチームや個人に分かれてそれぞれ6球ずつのボールを投げ、どちらがより目標に近づけるかを競う。ボールを手で投げられない場合は足で蹴ったり、滑り台のような専用の道具で転がしてもいい。もともとは重度脳性麻痺や手足に重い障がいがある人のために考案されたスポーツで、年齢や性別、障がいのあるなしに関わらず、誰もが一緒にプレーできる。

「障がい者って一括りにされるけれど、一人ひとり条件は違うし、個性が違う。指一本動くか動かないか、それだけでも変わってくる。ボッチャはプレーする人の個性が顕著に出ます」。高田さんは、その個性の違いこそ、「ボッチャの一番の魅力」だと言う。

「個性の差を、戦略や戦術でいかに埋めるか、そこが面白い。健常者であつても障がい者であつても、差があればあるだけいろんな方法が考えられる。正解はないし、なんばやつても答えが出ない。だから終わりがないんです」。

現実は時に、予想を大きく超えることがある。いつだって冷静に、バランスを取り続けることは難しい。だからこそ、「のらりくらり」と生きていく。これが高田さんの人生の極意だ。



母と兄家族と飛騨の合掌村へ旅行に。



家族との誕生日会。

# 俊朗の映画話

年間100本映画を見る

俳優・福山俊朗の映画コラム



福山 俊朗

神戸大学在学中に劇団そとばこまちに入団、15年間在籍しフリーに。舞台・テレビ・映画に多数出演。FMラジオのDJ、歌のお兄さん、映画監督などマルチに活躍中。

## Recommended Music ゆう薬局の薬剤師による イチオシ音楽紹介

# 薬剤師DJの音楽論



船戸 一晴 (キャッチャーホーク)

ゆう薬局の薬剤師、ラジオパーソナリティ、DJ。FMたんご:みゅ~じっくばふえCatchy(水曜12時~)。FMまいづる、Radio Mix Kyoto:Premium Kyoto(月曜16時~)。

前回少々感情的になってしまったことを反省いたしました。

なので今日は清々しい気持ちになれる映画を紹介しようと思います。

「聴覚障害者の両親を持つ子供」という意味です。主人公のルビー以外の家族（父母兄）はみんな耳が聞こえません（役者さん自身もです）。実はこの作品、「エール！」というフランス映画のリメイクで、私はそちらも見ていたので、元々ストーリーは知つていました。

「エール！」はとてもいい映画でしたので、「そりやあオリジナルの方がねー」なんて若干斜に構えて見行つたんですが、大いに予想を裏切れました。というか、すみません。素晴らしいです。

クライマックスでもない途中から勝手に涙があふれて困りました。主人公が障がいを持つ家族と自分の夢の間に悩むという、お話自体はそれほど斬新なものではないですが、登場

人物一人ひとりのお互いを思う気持ちがとても丁寧に描かれています。といつても、主人公をはじめみんなそれぞれちよつとずつ自分勝手でない意味で、全然優等生ではありません。耳の聞こえない人を聖人君子ではなく、人間に身近に描いているところに好感が持てました。そして単純にお涙頂戴にならず、ところどころ笑えるユーモアもいいアクセントになっています。ラストは、

わかついても、わかつっていても、号泣。泣きすぎて体力は使いました。が、心はとても元気になりました。

「エール！」は、主人公が運命を自由に選択肢の中から選択する権利があること、そして自分自身を解放し、成概念や他者から押し付けられた理想像に縛られず、自らの運命を自由な選択肢の中から選択する権利があります。歌に込めた視点を示す、楽曲と共に発表された本人の言葉を踏まえて聴いてみて下さい。

2組目はCHAI。「NEOかわいい」「コンブレックスはアートなり!」



Awich

アルバム『Queendom』  
ユニバーサル  
ミュージックジャパン



CHAI

シングル『まるごと』  
SonyMusic

今回は“ありのままである事の魅力”を力強く宣言し、多くの人をエンパワーメントしている日本人アーティスト2組の新譜を紹介させて下さい！

先ずは、女性ラッパーAwich。沖縄出身で渡米経験があり、コンシヤスなラップと歌唱を特徴とする彼女、アルバム先行配信としてリリースされた「どれにしようかな」は改めて自らの立ち位置を宣言するよう

な一曲です。「どんなジェンダー、どんな出自、どんな立場の人間でも、そのルーツやジエンダーに対する既

未来を決める権利は常に自分が保有しているのだ」。歌に込めた視点を示す、楽曲と共に発表された本人の言葉を踏まえて聴いてみて下さい。

2組目はCHAI。「NEOかわいい」「コンブレックスはアートなり!」



CHAI

シングル『まるごと』  
SonyMusic

最高ですので、併せて是非♪

## Recommended Books ホホホ座座長・山下賢二が語るおすすめブックス談

山下 賢二

出版社勤務や書店店長経験を経て、2004年に「ガケ書房」を開業。翌年移転・改名し、本屋であり雑貨屋でありお土産屋でもある店「ホホホ座」をオープン。

## ホホホのすすめ



ホホホ座座長・山下賢二が語るおすすめブックス談

出版日: 2021年1月

著者: 山下 賢二

出版社: ホホホ座

ISBN: 978-4909100001

価格: 1,500円

ページ数: 144頁

発行日: 2021年1月

著者: 山下 賢二

出版社: ホホホ座

ISBN: 978-4909100001

価格: 1,500円

ページ数: 144頁

発行日: 2021年1月

著者: 山下 賢二

出版社: ホホホ座

ISBN: 978-4909100001

価格: 1,500円

ページ数: 144頁

発行日: 2021年1月

著者: 山下 賢二

出版社: ホホホ座

ISBN: 978-4909100001

価格: 1,500円

ページ数: 144頁

発行日: 2021年1月

著者: 山下 賢二

出版社: ホホホ座

ISBN: 978-4909100001

価格: 1,500円

ページ数: 144頁

発行日: 2021年1月

著者: 山下 賢二

出版社: ホホホ座

ISBN: 978-4909100001

価格: 1,500円

ページ数: 144頁

発行日: 2021年1月

著者: 山下 賢二

出版社: ホホホ座

ISBN: 978-4909100001

価格: 1,500円

ページ数: 144頁

発行日: 2021年1月

著者: 山下 賢二

出版社: ホホホ座

ISBN: 978-4909100001

価格: 1,500円

ページ数: 144頁

発行日: 2021年1月

著者: 山下 賢二

出版社: ホホホ座

ISBN: 978-4909100001

価格: 1,500円

ページ数: 144頁

発行日: 2021年1月

著者: 山下 賢二

出版社: ホホホ座

ISBN: 978-4909100001

価格: 1,500円

ページ数: 144頁

発行日: 2021年1月

著者: 山下 賢二

出版社: ホホホ座

ISBN: 978-4909100001

価格: 1,500円

ページ数: 144頁

発行日: 2021年1月

著者: 山下 賢二

出版社: ホホホ座

ISBN: 978-4909100001

価格: 1,500円

ページ数: 144頁

発行日: 2021年1月

著者: 山下 賢二

出版社: ホホホ座

ISBN: 978-4909100001

価格: 1,500円

ページ数: 144頁

発行日: 2021年1月

著者: 山下 賢二

出版社: ホホホ座

ISBN: 978-4909100001

価格: 1,500円

ページ数: 144頁

発行日: 2021年1月

著者: 山下 賢二

出版社: ホホホ座

ISBN: 978-4909100001

価格: 1,500円

ページ数: 144頁

発行日: 2021年1月

著者: 山下 賢二

出版社: ホホホ座

ISBN: 978-4909100001

価格: 1,500円

ページ数: 144頁

発行日: 2021年1月

著者: 山下 賢二

出版社: ホホホ座

ISBN: 978-4909100001

価格: 1,500円

ページ数: 144頁

発行日: 2021年1月

著者: 山下 賢二

出版社: ホホホ座

ISBN: 978-4909100001

価格: 1,500円

ページ数: 144頁

発行日: 2021年1月

著者: 山下 賢二

出版社: ホホホ座

ISBN: 978-4909100001

価格: 1,500円

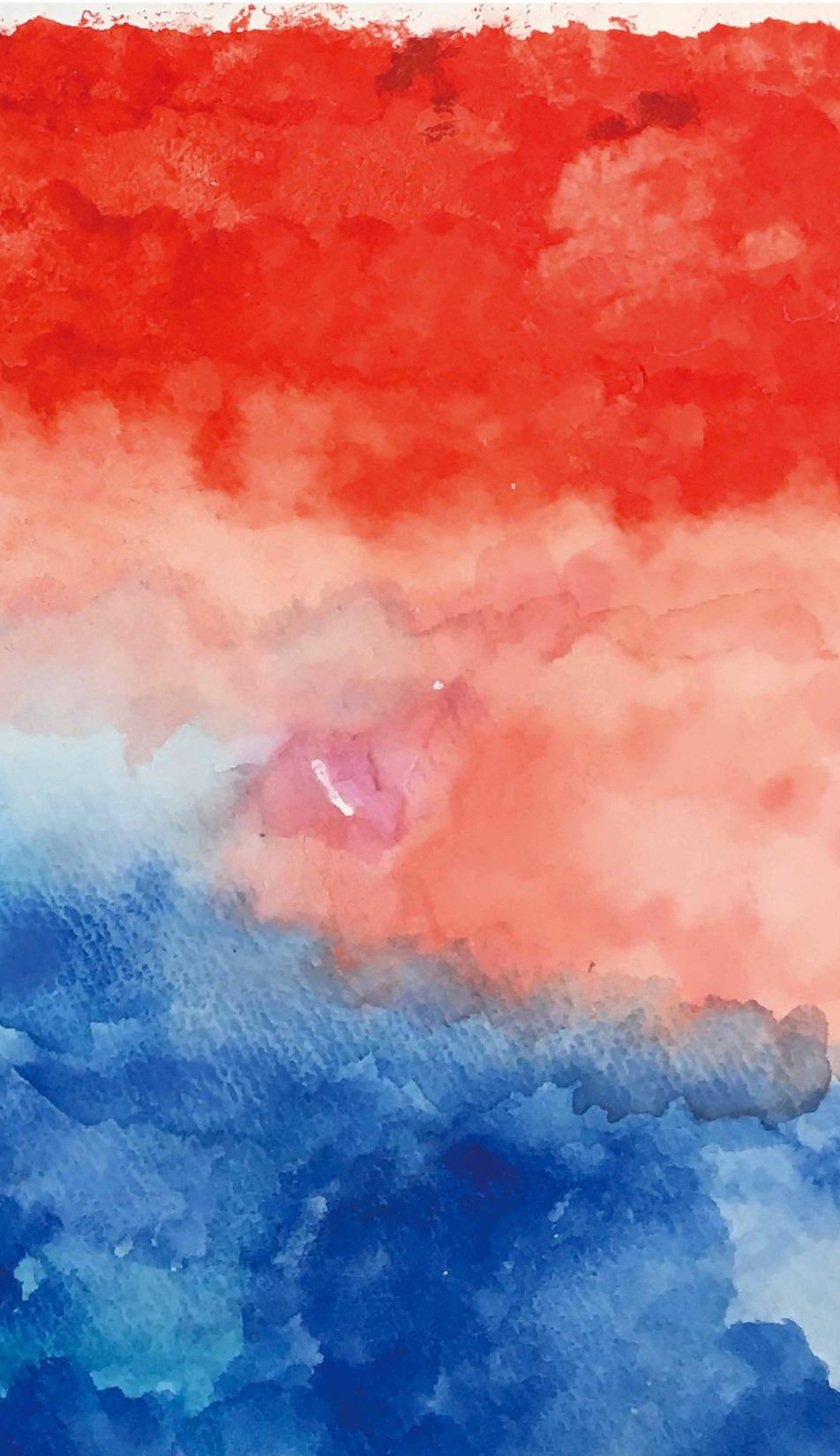
ページ数: 144頁

発行日: 2021年1月

著者: 山下 賢二

出版社: ホホホ座





ADNURSE

X union.a