

チームに刺激を与える存在になりたい

小さい頃から体を動かすことが大好きで、様々なスポーツに挑戦してきた西戸湖乃華さん。高校生のとき、やり投げでデフリンピックを目指すも肩を痛めて断念。そんなとき、デフサッカーの存在を知り、再びデフリンピック出場を目指し、トレーニングに励んでいます。



西戸 湖乃華 (にしど このか)

Konoka NISHIDO

2002年福島県生まれ

日東紡績株式会社福島工場勤務

一般社団法人福島県聴覚障害者協会会員

ー出場を目指しているデフリンピック競技・種目は何ですか。

デフサッカー女子です。

ーその競技はいつから始めましたか。きっかけはありますか。

サッカーは小学3年生から6年生までやっていて、中学校からはソフトボール、高校からはやり投げ、その後は卓球など様々なスポーツに取り組んでいました。

小学校のときは地域のサッカーチームに所属しており、小学3年生から5年生までは福島ユナイテッドFCのクラブチーム、小学6年生の1年間は「あづまガールズ」に所属していました。

令和5年度の全国障害者スポーツ大会に卓球で出場した際、スタッフの方から「他にも何かスポーツをしていますか?」と尋ねられ、サッカーをしていたと答えると、デフサッカーの存在を教えてもらいました。

令和5年12月にデフサッカーのイベントに参加して、デフサッカー選手の話聞き、その際にスタッフの方からお誘いを受け、再びサッカーを始めることになりました。



—ルールなど、デフサッカーならではの特征はありますか。

私が今までやってきたスポーツでは、人工内耳と補聴器を外さずに、きこえる人と同じようにプレーをしていましたが、デフサッカーでは外してプレーすることを初めて知りました。

外してプレーするので、全く聞こえない状態で判断することが難しいです。

主審の合図も、笛の音が聞こえないので、フラッグで合図してくれます。

ーデフリンピックを目指すことになったきっかけを教えてください。

小さい頃から体を動かすことが大好きで、テレビでオリンピック選手の姿を見て、いつか私も出てみたいと言う気持ちが芽生えていました。

小学5年生のときにテレビでデフリンピックの存在を知り、それ以来、デフリンピックで代表になりたいという思いが強くなりました。

その当時はサッカーのほかにも様々なスポーツをしていたため、どのスポーツで出場したいか迷っていました。

高校生のとき、やり投げをしていたのですが、これまでのスポーツの中でやり投げが一番好きだと感じ、やり投げでデフリンピックに出場したいと思うようになりました。

しかし、肩を痛めてしまい、悩んでいた時期にデフサッカーに誘われ、^{いち}一からのスタートではありましたが、サッカーで挑戦したいという強い気持ちが湧き上がり、デフリンピックを目指すようになりました。



練習前のミーティング風景

ーあなたにとって、デフリンピックとはなんですか。

デフリンピックは、私にとって世界一を目指す舞台です。

—競技をする上で、ここが難しい・苦勞していることはありますか。

人工内耳と補聴器を外してプレーするのは初めてで、実際にプレーしてみると、全く音が聞こえず、ボールに集中しすぎてしまい、周りが見えなくなっていました。その結果、仲間とのコミュニケーションがうまく取れず、良いパスに繋げることができず苦勞しています。

これからは、ボールだけに集中するのではなく、仲間の顔を見ながらアイコンタクトや手話でコミュニケーションを取り、パスを繋げられるようにしたいと思っています。

—ポジションはどこですか。

小学生のときは、特定のポジションは決まっていなかったですが、初めてデフサッカーの合宿に参加したときはフォワードを任せられました。

最近はサイドハーフのポジションについていて、自分にぴったりだと感じています。右足でのドリブルが得意なので、右サイドでプレーしています。



—東京 2025 デフリンピックは、初回の大会から 100 周年を迎えるとともに、国内で初開催となる記念すべき大会となります。さらに、サッカー競技が福島県で開催されることになりましたが、このことについて思いを聞かせてください。

地元開催を知り、嬉しさもありますが、プレッシャーがすごくあります。

自分が代表に選ばれたら、皆さんにサッカーの楽しさを伝えて、きこえなくてもスポーツができることを知ってもらいたいです。

ー東京 2025 デフリンピックへの意気込みや目標などをお聞かせください。

デフサッカー女子は優勝を目指しているので、あきらめずに自信を持って、自分が主役という気持ちで、チームに刺激を与える存在になりたいと思っています。

今は家の周りで練習をしています。父もサッカー経験者なので、できる日は一緒に練習しています。

先日、初めて日本代表候補生とプライベートで練習を行う機会がありました。また、十六沼公園でデフサッカー男子の合宿が行われた際には、試合観戦にも行きました。

中学校までは走る力がありましたが、高校時代はやり投げ中心だったため、走る機会がなく、体力が落ちてしまいました。

デフサッカーに誘われたとき、走っていなかったことを後悔しました。そこで、今は仕事終わりにできるだけ毎日走るようにしています。最初は 10 分しか走れませんでした。毎日続けるうちに 30 分以上走れるようになりました。

走力も大事ですが、サッカーはぶつかり合いの多いスポーツなので、飛ばされないように筋力もつけていきたいです。



—プライベートな質問に入ります。
休日はどのように過ごされていますか。

家族と過ごしたり、友達と遊んだり、好きなことを楽しんでいます。特に、写真を撮ることとお菓子作りが好きです。

写真は風景が多く、特に空や夜景をよく撮ります。社会人になって初めてのボーナスで、自分のカメラを購入しました。

お菓子作りでは、チーズケーキが得意です。小学生のときに参加したパン作り体験がきっかけで、作ることの楽しさに気づきました。

中学生のとき家庭科の授業でお菓子作りを経験して、さらに好きになり、パティシエを目指した時期もありました。しかし、スポーツも好きだったため、お菓子作りを趣味として楽しんでいます。友達からリクエストされたら、作ってプレゼントしています。



西戸さんが撮影した夕焼け空



西戸さんの手作りお菓子

ー勝負メシや験担ぎはありますか

勝負メシはないのですが、小さい頃、発表会の前によくオムライスを作ってもらっていました。

験担ぎも特にはないのですが、試合前にチームメイトに背中をたたいてもらってます。

ー最後に、応援してくれるみなさんへメッセージをお願いします。

きこえない子どもたちに、きこえないからと諦めず、やりたいことはチャレンジしていいということを知ってもらいたいです。

そして、デフサッカー女子の応援をよろしくお願いします！