

※ Facebook でレポートに関するアンケートを実施しています
ので、ご協力をお願いします。



CIR レポート 2月号

イサスクン・オセス選手

スペイン国際交流員ヘマ・ガルベス



やっと 2020 年になりました：東京オリンピック・パラリンピックの年。どこでもカウントダウンが表示されて、常にニュースの話題になっていて、全国でこの世界的なイベントへの楽しみが感じられます。山口県もスペインのホストタウンとしてオリンピックに積極的に関わっていて、去年ナバラ州出身メダリストのイサスクン・オセス選手を招待しました。今月の CIR レポートでオセス選手のことや彼女の山口県訪問を紹介したいと思います。

選手のスポーツ履歴

オセス選手は 1984 年にナバラ州の首都、パンプローナ市に生まれました。山口でのインタビューで彼女は子供の頃から視野は 50%しかないと語りました。スポーツへの愛は若い頃から湧いて、12 歳から 21 歳までテコンドー選手として輝いていました。スペイン代表選手として活躍しただけでなく、全国チャンピオンの成績も残しました。

テコンドーを引退してから現在の夫のダニエルさんの提案で陸上の世界に入りました。市民参加型マラソンから初めて、それから選手として地元のチーム「イル・エリ」のクロスカンントリーランニング大会と現在のチーム「グルーポ・エンブレオ・パンプローナ」で活躍してきました。

仕事と陸上への集中

大学時代はナバラ州立大学の看護学部に入學して、卒業後ナバラ州立病院で 2007 年から 2015 年まで集中治療室で働いていました。しかし、2015 年の終わり放射線科に移動し、視野の変化に気づきます。



ナバラ州立大学の図書館

それから強度近視や緑内障の診断を受けて仕事を辞めざるを得ませんでした。現在の視

写真出典：<https://www.flickr.com/photos/dvidm/24421183376/>

野は 5%と 15%になっていて、レベール遺伝子視神経症の可能性が考えられるとのことです。

しかし看護師の仕事を辞めても、陸上の練習に集中しながら成績が更に上がります。そんな、ある日バレンシアのマラソン競技大会で陸上選手のリオパラリンピック内定決定のニュースを聞いて、初めてパラリンピックを目指すことを考えます。2015 年の終わりにパラリンピック出場手続きを始めて、仕事を辞めた翌年の 2016 年 2 月に参加標準記録を達成しました。

2016 年の成績とリオパラリンピック

同じ年の夏、グロッセート（伊）の IPC 陸上ヨーロッパ選手権大会で 400 メートルと 1500 メートルで二つの銀メダルを獲得して、リオパラリンピック出場への心の準備が整いました。それから、2016 年 9 月に、何か月間もの努力が実って、リオパラリンピックで 1500 メートル T13 クラスの銅メダルを獲得しました。山口での滞在中オセス選手がリオでの経験について語ってくれました：オリンピック村の雰



リオでフィニッシュライン達成の瞬間

囲気、世界中の優秀な選手との交流、家族とのメダル獲得のお祝いなど... 色々な素敵な話を聞かせてくれました。

息子の誕生と次のオリンピックへの道

パラリンピック直後の足のケガにもかかわらず、リオでの素晴らしい体験を経て再びパラリンピックに参加することを決心して、ケガが治ってからすぐ練習に取り組みました。その間、2017年のクリスマスの日には息子のイケル君が生まれました。出産前後は、できる範囲でスポーツ活動を止めず、積極的に練習に励みました。その結果、2018年8月にベルリンのパラ陸上ヨーロッパ選手権大会で再び1500メートルで銀メダルを獲得しました。

東京2020への道が進んでいましたが、残念ながら2019年の4月、伝染性単核球症によってパフォーマンスが衰弱してしまい、2019年内に東京パラリンピックの参加標準記録を達成できませんでした。それにもかかわらず、オセス選手は2019年ドバイのパラ陸上選世界手権で世界のトップ8に入り、東京パラリンピックの夢を絶対に諦めません。世界選手権の後、彼女はしばらく休みを取って家族と共に山口県に来てくれました。

オセス選手の来県

初めての日本、山口県で彼女は忙しいスケジュールでした：知事表敬訪問、学校での交流イベント、県内での様々な公式的な訪問と主役としてあいサポートスポーツフェスティバルに参加しました。訪問中、彼女と家族はずっと日本と山口の文化について興味を示して、色々な質問をしていました。彼女たちにとって、道と人の優しさがとても印象に残ったそうです。

県内での初日：知事表敬と学校訪問

山口県知事はオセス選手の練習方法、リオパラリンピックでの経験と去年本人が訪問したナバラ州について興味を示しました。彼女は優しいおもてなしに感謝すると共に、東京パラリンピックに参加ができるように全力を尽くすと語りました。その日の午後、山口県立下関南総合支援学校を訪問しました。交流イベントで生徒たちによる演奏を聴いて、「パプリカ」の踊りを教



えてもらいました。それに、スペインで知られていない「フロアバレーボール」の試合

に参加して、彼女はとても楽しくて共生的なスポーツだと思ったようです。最後にオセス選手はお別れの挨拶として生徒たちに「夢があれば諦めずに追いかけて。私たちは障害があっても何でもできる。」とのメッセージを残しました。

(学校サイトでオセス選手訪問の記事：<http://www.s-minami-s.ysn21.jp/special-contents/index.html>)

あいサポートスポーツフェスティバル

翌日、オセス選手の山口県訪問のメインイベント、あいサポートスポーツフェスティバルが行われました。このイベントは県内で障がい者スポーツについての知識を高めるだけでなく、障害のある人となない人が共にスポーツができる場を与えるために開催されます。午前、選手はウォーミングアップを指導して、知事、吉本の芸人や県民と一緒にリレーレースを含めた陸上競技に参加しました。その後、車いす陸上の番になって、車いす陸上選手やスペシャリストの指導によって陸上用の車いす走行に挑戦してみました。



イベントの後半で維新公園の野外音楽堂でインタビューが行われました。彼女はリオパラリンピックと地元のナバラ州やパンプローナについて県民に話しました。インタビューが終わったら質問の時間があり、県民は選手にトレーニングルーティーンについて聞きました。彼女のウォーミングアップはいつも同じで、50分かかります。毎日練習を行っていて、週に3回午前と午後に練習を行います。

大会が近づいてきたらごはん、卵、鶏肉などタンパク質たっぷりのダイエットをしています。他の事前準備として大会開始時の1時間半ぐらい前に会場に着いて施設の範囲を把握しておきます。

あいサポートスポーツフェスティバルの最後で、県民とボッチャやフライングディスクをやって、大玉送りと餅まきでイベントが終了しました。参加者はスペシャルゲストと楽しい思い出を作って帰り



ました。オセス選手はとても楽しい時間を過ごせて、イベントを高く評価してくれました。こういう風に一般の方々の中で障がい者スポーツとその選手の価値を知らせるイベントをスペインでももっと開催してほしいと言いました。

山口市から宇部市へ移動

山口市での最終日、オセス選手は家族と共に菜香亭で着物体験をして日本庭園で写真を撮ってから瑠璃光寺やサビエル記念聖堂を訪れました。午後宇部市に



移動して宇部市長の表敬訪問を行いました。宇部市長は選手に共生ホストタウンのことや共生社会ホストタウンジュニアサポーターを紹介して、市の共生社会に向けての努力について話しました。その後、常盤中学校の美術部とジュニアサポーターは触覚でも楽しめる野外彫刻を紹介しました。

川上小学校での訪問

山口県での最終日、彼女は宇部市立川上小学校の子供たちとスポーツ交流をして、彼らの質問に答えました。質問時間でオセス選手は自分の障害を分かりやすく説明したり、日常生活や伴走



者なしで走る決断について話したり、子供たちに障がい者スポーツの大切さを伝えた

りました。小学生たちはオセス選手にとっても興味深い質問をしました：「障害がなければ何をやりたいですか」。その質問に対して選手は「元の看護師の仕事がやりたいです」と答えました。実は今スポーツに集中していても、選手としての活躍が終わったらオセスさんは理学療法士の勉強に戻って、また医療関係の仕事をやりたいと述べました。

これからのオセス選手の歩み

彼女はドバイの世界選手権が終わってからの3週間の休みの間に来日してくれましたが、帰国した去年12月から今シーズンに向けて全力で練習に取り組んでいます。4月まで競技に出場して、それから今年のヨーロッパ選手権に向けて特別なトレーニングを行って、東京パラリンピック参加標準記録の達成を目指します。

オセス選手の来県はスポーツの面でも、人間的な面でも、誰にとってもとても実りのあった交流だったと思います。オセス選手の思い出を大事にして、夏が近づいてきたら彼女の出場を楽しみにしてみましょ。山口県の人々はいつでもオセス選手を歓迎しています。オセス選手の東京パラリンピック出場を山口県から盛大に応援しましょ！



頑張れ、イサスクン！



Fin

Izaskun Osés

Ya estamos en 2020, año en que Japón será sede de los esperados Juegos Olímpicos de Tokio. Por todas partes se ven marcadores con la cuenta atrás para los Juegos, es tema recurrente en los medios de comunicación y todo el país está pendiente de esta cita internacional. La Prefectura de Yamaguchi también está muy implicada en este evento y en calidad de *Host Town* recibimos el año pasado a la medallista navarra Izaskun Osés. En el informe de este mes me gustaría hablarles de esta deportista y su paso por Yamaguchi, en el que compartió con nuestra ciudadanía sus experiencias como atleta y su objetivo de alcanzar Tokio 2020.

Izaskun nació en 1984 en Pamplona, capital de Navarra. Durante sus entrevistas en Yamaguchi nos hizo saber que ya contaba con deficiencia visual del 50% desde la niñez y que su amor por el deporte se manifestó a muy temprana edad. De hecho, llegó a ser una destacada taekwondista desde los 12 a los 21 años, llegando a formar parte de la selección española e incluso a coronarse campeona nacional. Tras dejar el taekwondo se inició en el atletismo, donde comienza corriendo carreras populares y haciendo cross en el club Hiru Herri para luego entrar en el club Grupompleo Pamplona.

Tras graduarse en enfermería por la Universidad Pública de Navarra entra a trabajar en el el Complejo Hospitalario de Navarra en 2007. Después de varios años ejerciendo de enfermera en la UCI, a finales de 2015 la trasladan a la sección de rayos X, donde se da cuenta de cambios en su visión. Poco tiempo después se le diagnostica una miopía magna y glaucoma, circunstancia que finalmente le hace renunciar a su trabajo. Actualmente su capacidad visual es del 5% en un ojo y el 15% en el otro y se baraja el diagnóstico de Neuropatía óptica hereditaria de Leber.

Sin embargo, después de dejar su trabajo como enfermera, época en la cual no dejó de emplearse a fondo con el atletismo, llega a sus oídos la noticia de un atleta gallego que se clasificó para los Juegos Paralímpicos de Río 2016. Es entonces cuando se plantea por primera vez presentarse ella misma y a finales de 2015 comienza los trámites para postularse. Después de un año lleno de cambios en su vida, en febrero de 2016 cumplía con la marca mínima para participar en Río.

Ese año, después de colgarse dos platas en el europeo de Grosseto, no solo consiguió participar en los Juegos Paralímpicos de Río, sino que además se subió al podio. Aunque Izaskun es originalmente una atleta T12 especialista en 800 metros, esta distancia no entra en las carreras olímpicas, por lo que en Río se llevó la medalla de bronce en 1500 metros T13. Durante su estancia en Yamaguchi nos relató lo mágica que fue su participación en estas olimpiadas: el ambiente de la villa olímpica, verse rodeada por atletas de altura de todo el mundo, poder compartir su victoria con sus seres queridos, etc.

Incluso después de sufrir una lesión en el pie tras los Juegos, la increíble experiencia de Río 2016 hizo que Izaskun se marcara como objetivo volver a participar en unos juegos paralímpicos. Durante esta espera, en la Navidad de 2017 nació su hijo Iker, para alegría de ella y su marido Daniel, que fue quien la introdujo al mundo del atletismo. Tanto durante el embarazo como después del nacimiento de su hijo, Izaskun siempre mantuvo en la medida de lo posible la actividad deportiva, centrada en conseguir el máximo rendimiento. Todos estos esfuerzos dieron su fruto, ya que en agosto de 2018 se vuelve a hacer con la plata en 1500 metros el europeo Berlín.

El camino hacia Tokio 2020 continuaba, pero desgraciadamente, en abril de 2019 contrae una mononucleosis que afecta a su rendimiento y le complica alcanzar la marca mínima para Tokio. No obstante, Izaskun siguió compitiendo, y tras quedar entre las 8 mejores del mundo en Dubai, su empeño para

conseguir su billete olímpico continúa más vivo que nunca. Fue precisamente después de esta competición cuando Izaskun vino a visitarnos a Yamaguchi.

Acompañada de su familia, la atleta navarra contó en Yamaguchi con una agenda muy apretada: visita institucional al Gobernador, eventos de intercambio en escuelas, visitas oficiales y su participación en el evento Ai Support Sports Festival, en el que fue una de las protagonistas. Durante todo el proceso Izaskun y su familia fueron muy participativos y mostraron mucho interés en la cultura de Yamaguchi y Japón; no faltaron los elogios a lo limpias que estaban las calles y el carácter amable de la gente.

El Gobernador de Yamaguchi se mostró muy interesado en los entrenamientos de Izaskun y su experiencia olímpica, así como en el vínculo entre Navarra y Yamaguchi, dado que él mismo había visitado la región el año pasado. Izaskun se mostró agradecida con el recibimiento y comunicó su decisión de luchar por estar en Tokio para las olimpiadas. Es misma tarde visitamos la Escuela Prefectural de Apoyo a la Discapacidad Shimonoseki Minami, donde sus alumnos hicieron una actuación musical y nos enseñaron el baile "paprika". Asimismo, Izaskun participó en un partido de "floor volley", disciplina que no se conoce en España y que Izaskun opinó que presentaba una manera emocionante y completamente inclusiva de practicar deporte. Al terminar la sesión de intercambio Izaskun le dirigió unas palabras al alumnado, mostrándoles que no hay ningún sueño que no puedan alcanzar, porque con esfuerzo, todo se consigue.

Al día siguiente tocaba el evento central de la acogida de Izaskun, el Ai Support Sports Festival. Esta celebración tuvo como objetivo dar a conocer el deporte adaptado y proporcionar una plataforma para que personas con y sin discapacidad puedan practicar deporte juntas. La jornada empezó con el calentamiento para las pruebas de atletismo, lideradas por Izaskun. El gobernador, los ciudadanos y los cómicos del estudio Yoshimoto participaron con ella en diferentes pruebas por la pista, incluyendo una carrera de relevos.

Más adelante fue el turno del atletismo en silla de ruedas, en la que los presentes pudieron recorrer la pista supervisados por deportistas y expertos en este campo.

Después de las pruebas de atletismo pasamos a la entrevista a Izaskun, en la que nos habló de su carrera deportiva, las olimpiadas de Río y de Navarra y Pamplona. Al terminar la entrevista se abrió el turno de preguntas, en las que el público se interesó por la rutina de entrenamientos de la deportista. Nos contó que sus calentamientos duran 50 minutos y son siempre los mismos. Entrena todos los días y tres días a la semana tanto por el día como por la tarde. Nos comentó también que para prepararse para las competiciones lleva una dieta rica en proteínas, que suele contener arroz, huevo y pollo. Asimismo, nos explicó que está entre una hora y hora y media antes de la competición en el lugar donde se celebra la carrera para conocer mejor el terreno.

Como actividad final de este día, Izaskun y los cómicos de Yoshimoto participaron junto a los ciudadanos en una prueba de boccia y de disco volador. La sesión se cerró con un *odamaokuri* y un *mochimaki* en el que todos los presentes se llevaron un buen recuerdo a casa. La valoración de este evento fue muy positiva por parte de Izaskun y su familia, que nos comentaron que en España no hay tantos eventos como este, que conciencian a la ciudadanía del enorme valor del deporte adaptado y las personas que lo practican.

En su último día en la ciudad de Yamaguchi Izaskun, Daniel e Iker se probaron unos kimonos en Saikotei, donde disfrutaron de su jardín japonés para luego visitar el templo Rurikoji. Por la tarde la atleta y su familia se trasladaron a Ube para encontrarse con su alcaldesa, Kimiko Kubota, quien agradeció a Izaskun su presencia y subrayó la importancia de trabajar para conseguir una ciudad más inclusiva. Tras este encuentro, las Juventudes por la inclusión y los miembros del club de arte del instituto Tokiwa nos guiaron por las esculturas al aire libre de la zona, diseñadas para poder apreciarse también con el sentido del tacto.

Para finalizar su visita a la prefectura Izaskun visitó la escuela primaria Kawakami, donde corrió un poco con los alumnos y respondió a sus preguntas. Durante la sesión, Izaskun explicó de una manera sencilla en qué consistía su discapacidad visual, les contó cómo es su día a día y su decisión de correr sin guía, aprovechando para recordarles la importancia del deporte adaptado. Los niños le hicieron además una pregunta muy interesante: qué le gustaría hacer si no tuviera discapacidad visual, a lo que ella respondió que querría continuar su trabajo de enfermera. De hecho, aunque actualmente se está centrando en su carrera como atleta, cuando termine su etapa deportiva piensa retomar sus estudios de fisioterapia y volver al mundo de la salud, campo que le apasiona.

De esta forma terminó la visita de Izaskun a la prefectura, unos días en los que pudimos conocerla de cerca y aprender un poco más sobre su camino hacia Tokio. Después de dejar Yamaguchi ella y su familia continuaron su viaje y volvieron a España, donde desde mediados de diciembre retomó de lleno sus entrenamientos. Actualmente empezará a competir hasta abril y luego volverá a hacer otra fase de volumen más corta para preparar el Campeonato de Europa e intentar hacer la mínima para Tokyo.

El paso de Izaskun por Yamaguchi no ha dejado a nadie indiferente y creo que ha sido una experiencia muy enriquecedora no solo a nivel cultural y deportivo, sino también a nivel humano. Por lo pronto, Izaskun puede contar en Yamaguchi con personas que siempre la recibirán con los brazos abiertos y le animarán de todo corazón en su camino a Tokio 2020. ¡Estamos contigo, Izaskun!