

ノウハウで変わる日本

～誰もが社会の一員～



さんさんグリーン

盲ろうトライアスリート 中田鈴子

～Deaf Blind Triathlete～

はじめに 自己紹介①

名前■**中田鈴子**

年齢■**59才**

自宅■**京都府木津川市**

家族■**ろう者の夫と2人暮らし**
(近所に息子家族が住んでいる)

2025年5月11日「IRONMAN 70.3 Da Nang」
(スイム 1.9km、バイク 90km、ラン 21.1km)



出身■大分県宇佐市

耳■生まれつき聞こえない

目■生まれつき弱視

生活■2歳の時、ろうあ児施設
「あけぼの学園」に入寮
高校卒業まで約17年間、
寮生活を送る
(長期休みのときだけ帰省)



学 校■ **大分県立聾学校**

(幼稚部から高等部まで16年間)

通 学■ **あけぼの寮～ろう学校まで、
毎日片道30分徒歩で通学**

結 婚■ **京都出身の主人(ろう者)と
知り合い、22歳の時に結婚**

子■ **その後、出産**

視 力■ **29歳の時、視力低下により、
自動車の運転をやめる**

**30代の頃、網膜色素変性症で盲ろう者になる
しばらく引きこもりの生活を送る**





さんさんグリーンについて

場 所 ■大阪府枚方市（農地は京都府京田辺市）
事 業 ■就労継続支援B型（障害者の就労支援事業所）
登 録 者 数 ■26名（2025年10月1日現在）
障害の内訳 ■ろう者が70%、精神障害者、知的障害者が30%（うち重複障害者が3名）
事 業 内 容 ■

地域特産にこだわった**農業**

それらを使った**加工品製造**

コミュニティカフェの運営

「**農福連携**」を通した
6次産業に取り組む事業所



地域特産にこだわった農業

宇治抹茶



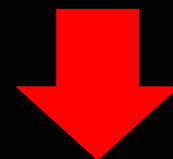
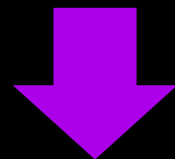
京都えびいも



京都田辺なす



鷹の爪



地域特産にこだわった加工品製造



手摘み宇治抹茶「燦燦」



京甘利 七味
(さんさんグリーン産鷹の爪使用)



MOTOI SAUCE

(さんさんグリーン産京柚子使用)

CRAFT BEER



宇治抹茶



京柚子



京番茶



京都レモン



燦燦 濃茶大福



燦燦 濃茶クッキー



燦燦 京番茶



さんさんグリーンコミュニティカフェ



さんさんえびいも豚汁定食



さんさん田辺なす井定食



さんさんえびいもハンバーグ定食



さんさん京野菜カレー



のソコイン
¥500
(税込)



さんさんグリーン コミュニティカフェ



さんさんグリーンでの仕事①(農業)

①宇治抹茶 茶摘み





②鷹の爪 軸取り作業





③調理

玉ねぎ



トライアスロン

トライアスロン■
2013年(47歳の時)、
トライアスロンを始める。

始めた当初は、全く泳げなかったが、
何とか克服。



これまでの大会出場歴

【マラソン】 100以上の大会で完走

- ハーフマラソン 20回以上完走
- フルマラソン 60回以上完走

- 水都ウルトラマラソン(70km)
- 屋久島ウルトラマラソン(100km)
- 石垣島ウォーキング(100km)
- びわこウォーキング(100km) 全て完走



【トライアスロン】 50の大会で完走

- 九十九里トライアスロン (スイム1.9km 自転車90km ラン21km)
- 河津フラワー・トライアスロン (スイム1.5km 自転車40km ラン10km)
- 石垣島トライアスロン (スイム1.5km 自転車40km ラン10km)
- 徳之島トライアスロン (スイム2.0km 自転車75km ラン20km)
- 横浜パラトライアスロン (スイム750m 自転車20km ラン5km)
- 長良川パラトライアスロン (スイム750m 自転車20km ラン5km)
- みやぎパラトライアスロン (スイム750m 自転車20km ラン5km)
- 千葉シティトライアスロン (スイム1.5km 自転車40km ラン10km)など



【スイムの大会】

- 湘南オープンウォータースイミング
(2.5km 障害女子1位)

完泳

【バイクの大会】

- ひたちなかタイムトライアル(180km) 完走
- ツール・ド・のと2023(約274km) 完走



2025年5月11日
IRONMAN 70.3
Da Nang
In
VIETNAM

Swim 1.9km Bike 90km Run 21.1km

7時間56分52秒
世界初の女性で視覚障害者の完走者



11月1日から全国の



Go!Go!CURRY! 店舗で放映中



盲ろう者は**チャレンジする機会**
すら与えられないことが多々ある。

確かに一人ではできないこともある。

でもほんの少しのサポートさえあれば、
周りの理解さえあれば、
できることはたくさんある。

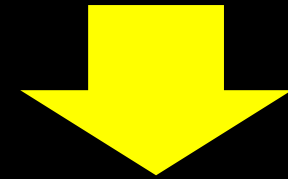
私はそうやって

トライアスロンにチャレンジし、
さんさんグリーンで仕事をしてきた。

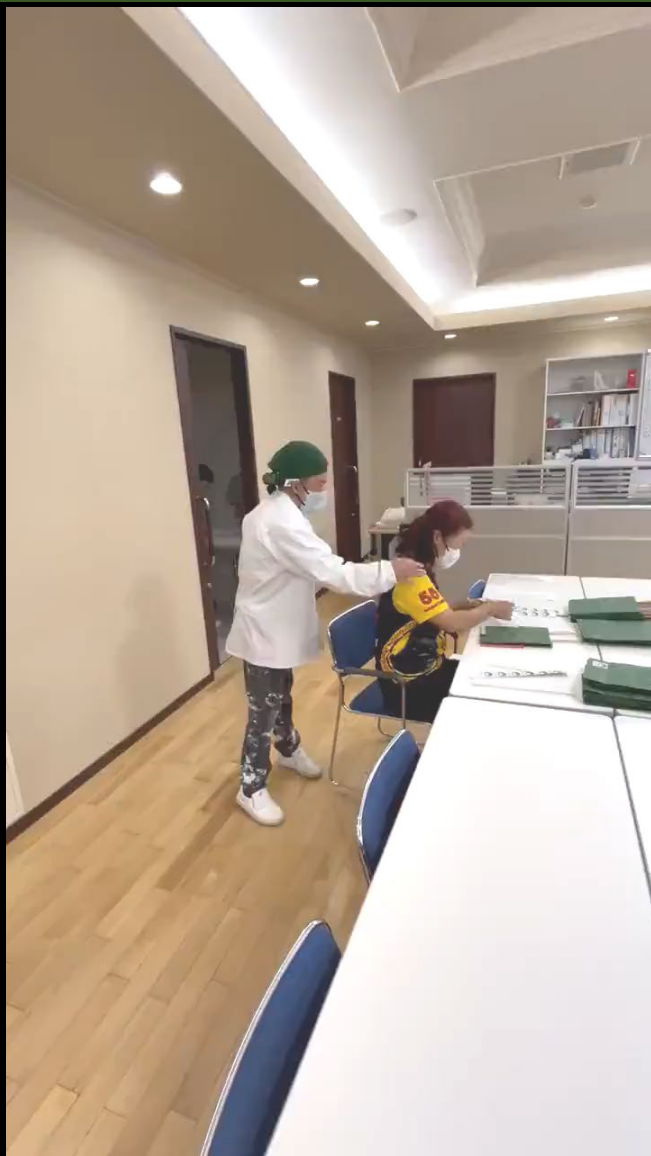
誰もが社会の一員



「無理」「できない」



「とりあえず
やってみよう」
「できるようになる
かもしれない」



さんさんグリーン利用者
中山隆輝さん
24歳
重複障害者
(聴覚障害と重度知的障害)

誰もが社会の一員



心で見えて、心で聴いてくださり、
ありがとうございました

ノウフクで変わる日本
～誰もが社会の一員～

 さんさんグリーン

盲ろうトライアスリート 中田鈴子

終わり