

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
～Deaf Blind Triathlete～

はじめに 自己紹介①

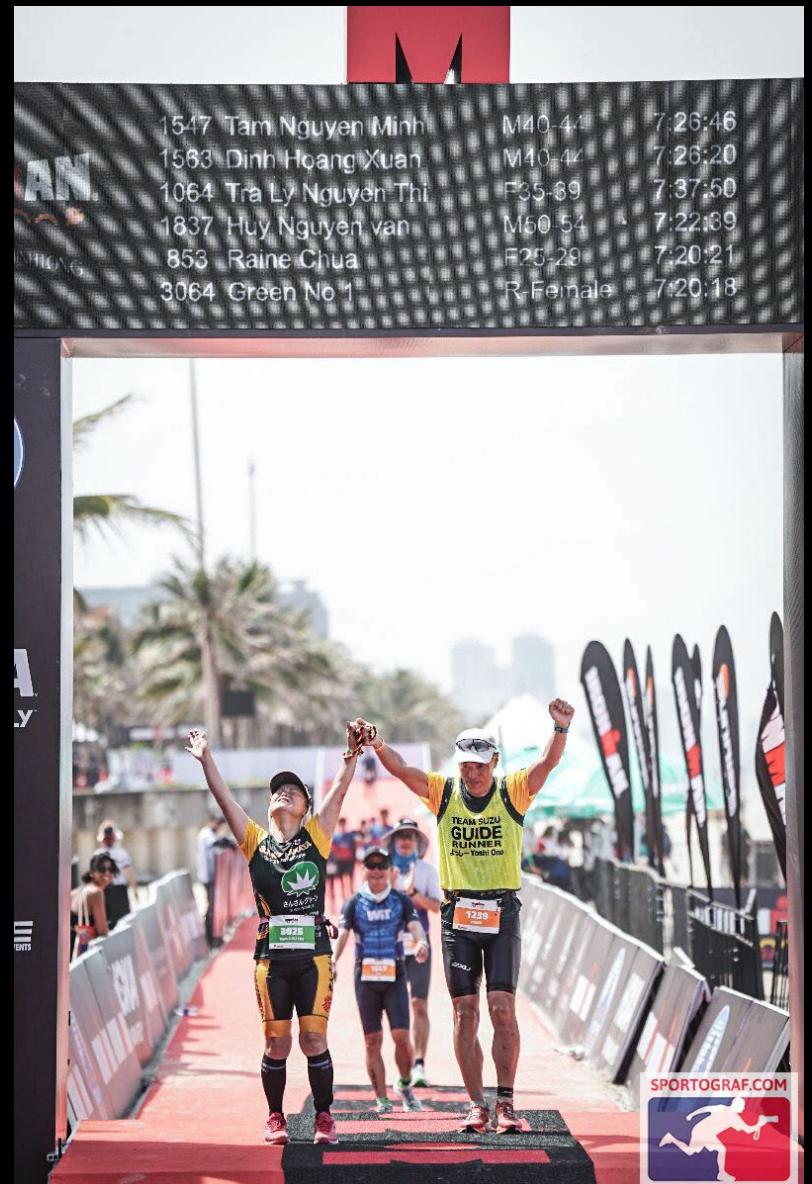
名前 ■ 中田鈴子

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分徒步で通学

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



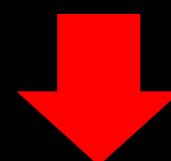
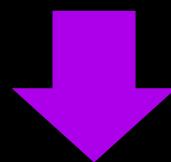
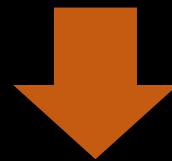
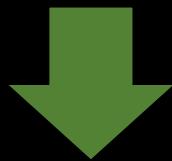
京都えびいも



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」



京吉利 七味

(さんさんグリーン産鷹の爪使用) (さんさんグリーン産京柚子使用)



MOTOI SAUCE

C R A F T B E E R



宇治抹茶



京柚子



燦燦 濃茶大福



燦燦 濃茶クッキー



燦燦 京番茶



京番茶



京都レモン



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



さんさん田辺なす丼定食



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



ワンコイン
¥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





さんさんグリーンでの仕事②(加工作業)

②鷹の爪
軸取り作業





さんさんグリーンでの仕事③(調理)

③調理 玉ねぎ



トライアスロン

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、全く泳げなかつたが、
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

初めての海外大会



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



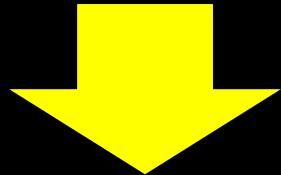
盲ろう者は**チャレンジする機会**
すら与えられないことが多々ある。
確かに一人ではできないこともある。
でもほんの少しのサポートさえあれば、
周りの理解さえあれば、
できることはたくさんある。

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

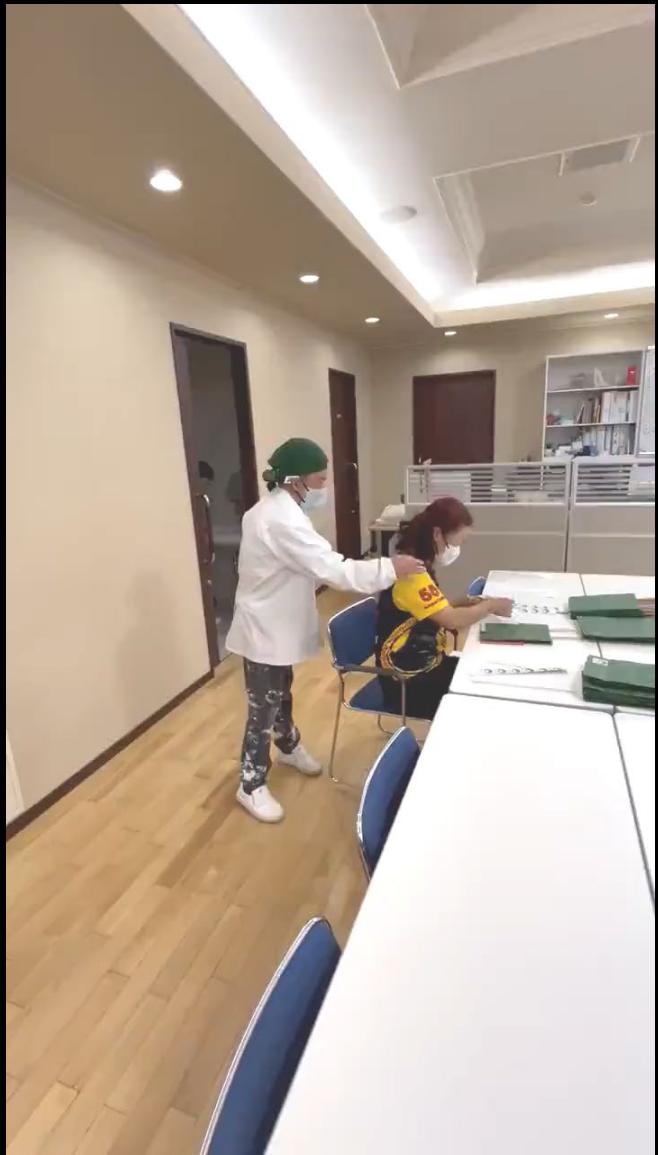


「無理」「できない」



「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」

誰もが社会の一員



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

心で見て、心で聴いてください、
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