

スポーツ教室

(①障害者健康水泳教室 ②コミュニティー水泳教室 ③障害者スポーツ教室)

| | |
|------|--|
| 主 催 | 葛飾区教育委員会生涯スポーツ課 |
| 実施時期 | ①平成 23 年 7 月 27 日 (水) 以降毎月 1 回開催 ②平成 23 年 8 月 12 日 (金) ③平成 23 年 9 月 7 日 (水)、14 日 (水) |
| 実施場所 | ①葛飾区総合スポーツセンター 温水プール館 ②葛飾区 鎌倉公園プール ③葛飾区総合スポーツセンター エイトホール |
| 参加者数 | ① 163 名 ② 68 名 ③ 70 名 |

『様々な障害の種類・程度を問わずに参加できる教室』

▶取り組みのきっかけは？

葛飾区教育委員会生涯スポーツ課では、区民に対し、生涯に渡って継続しやすいスポーツを始めるきっかけを提供するために、各種スポーツ教室を実施しています。これまでも障害者が参加できる教室を開いていましたが、知的障害のある方に加え、身体障害のある方もより多く参加できるよう、参加できる障害種別の拡大を図ったり、より参加しやすい内容に改善したりするため、平成 23 年度に東京都障害者スポーツ協会の協力を得て、3つの教室について内容を充実させることにしました。

▶事業内容は？

①障害者健康水泳教室では、毎月 1 回約 1 時間半、知的障害のある方と身体障害のある方の 2 グループに分かれ、それぞれの参加者の目的に合わせてリハビリテーションや水泳指導を行うこととしました。



水中でのウォーキング



泳力別水泳指導

②コミュニティー水泳教室は、通常の水泳教室に、よりレクリエーション的な要素を加えた内容として実施するものです。屋外のプールを貸切にした約1時間の教室で、障害別・泳力別に分かれたグループごとに水泳指導や水中ウォーキング・リラクゼーションを行いました。また、中盤では参加者全員でプール全体を使用したレクリエーションを行いました。



泳力別グループ指導



水中レクリエーション

③障害者スポーツ教室では、約1時間半の教室で、障害別に分かれて指導を行いました。知的障害のグループは、ペットボトルボウリングやショートテニスを行い、身体障害のグループは、座位の状態でできるスポーツ・レクリエーションを行いました。また、終盤には参加者全体でリズム体操と卓球バレーを楽しみました。



座位でのスポーツ・レクリエーション



卓球バレー

障害別に指導を行う理由は、障害の種別によって安全管理上の留意点や参加者のスポーツを行う目的が異なる場合があり、そのことに配慮する必要があるためです。例えば、水泳教室では、知的障害の方は「水を楽しむ・泳ぐ」、身体障害の方は「リハビリ・泳げるようになりたい」など、参加目的に違いがあります。このように、参加目的やテーマに応じてグループを分けたほうが、より細やかな指導が可能となります。

▶参加者は？

区内在住・在勤の障害のある方を対象としており、主に区報を活用して参加を呼びかけたところ、区内の福祉作業所に通所されている方をはじめ、区内在住の知的障害のある方や肢体不自由の方が個人で参加されました。

▶実施体制は？

教室の企画・運営は区の職員が行い、実際の指導には、葛飾区で養成した障害者スポーツ指導員（①は6名、②は10名、③は4名）があたりました。葛飾区では、区の障害者スポーツ教室などで活動してもらえる指導員を育成するため、独自に障害者スポーツ指導員養成講習会を実施しており、その修了生を葛飾区教育委員会生涯スポーツ課の登録ボランティアとして教室に派遣し、指導員としての経験を積んでもらうことを通じて育成を図っています。また、①の障害者健康水泳教室では、指導のほか運営補助にもあたってもらいました。

【→葛飾区障害者スポーツ指導員養成講習会は 15 ページ】

▶今後の活動に向けて

障害者健康水泳教室では、平日の開催が多いことから、働いている方や学生の方は参加が困難な状況にあります。このような方々が気軽に参加できるよう、平成24年4月から葛飾区総合スポーツセンターの指定管理者に運営を委託し、日曜開催を設けるなどの事業拡大を計画しています。区としては、指導者の確保をはじめ、指導法などこれまで蓄積してきたノウハウを伝えることにより、引き続き教室の開催を支援していきます。

また、参加者が、教室以外の日常生活の中でも、運動・スポーツ活動に取り組み健康管理に留意するよう促すため、指導方法をさらに充実させていきたいと考えています。

さらに、このような教室以外でも、水泳に興味がある障害のある方がいつでも水泳に楽しめるような、自主グループを育成することを検討しています。



障害者健康水泳教室



コミュニティー水泳教室



障害者スポーツ教室





葛飾区教育委員会生涯スポーツ課 事業係 池谷 俊子さんの声

葛飾区の障害者スポーツへの取り組みは、平成6年に開催した夏の水泳教室が始まりです。実際に障害のある方へ指導する時、接し方が全くわからなくて苦い経験となりました。そこで、障害者スポーツの担当者としてまずは知ることから始めようと思い、自ら障害者スポーツ指導員の講習会を受講して、指導員資格を取得しました。障害者スポーツへの理解が深まるとともに、教室の開催には、正しい知識のある指導員が不可欠だという思いが強くなっていきました。

そこで、平成10年度から葛飾区独自に障害者スポーツ指導員養成講習会を毎年開催しており、修了生を教室に派遣して、指導員としての経験を積んでもらい育成を図っています。近年、さらなる指導員の活用のために水泳以外の教室の開催を企画して、「障害者スポーツ教室」を実施しました。これらの教室の継続によって指導員に運営を任せられるまでに成長したため、平成21年度から水泳教室を毎年1回から毎月1回へと拡大して「障害者健康水泳教室」を開始し、翌年には、水泳教室とはまた違った感覚でレクリエーション的な内容の教室を開催してほしいと参加者から要望を受けて、毎年夏に1回の「コミュニティー水泳教室」を開始しました。

平成23年度からは、東京都障害者スポーツ協会さんにご協力いただいていることにより、葛飾区の指導員だけではなかなか気づくことのできない「指導の細かい留意点」「用具・ルールの工夫」「種目の紹介」など、様々な面において「新しいアイデアを提供」していただけるので、障害のある方だけでなく指導員自身も楽しみながら学ぶことができ、良い刺激になっています。

私自身、障害者スポーツは何もわからないところから全てが始まりました。“わからないからこそ、多くを質問して多くを学んだ。”このことが、今の事業実施に繋がっていると自負しています。今後も、障害のある方達の健康づくりやリハビリ中心の指導を積極的に取り入れていき、障害のある方のスポーツ活動を支援していきたいと思います。

四区青年学級連合 レクリエーション大会

| | |
|------|--|
| 主催 | 千代田区区民生活部文化スポーツ課（日曜青年教室） 中央区区民部文化・生涯学習課（かえで学級） 墨田区教育委員会事務局生涯学習課（すみだ教室） 江東区福祉部障害者支援課（エンジョイクラブ） |
| 主管 | 千代田区区民生活部文化スポーツ課 |
| 実施時期 | 平成 23 年 10 月 30 日（日） |
| 実施場所 | 千代田区立スポーツセンター |
| 参加者数 | 339 名 |

『四区合同開催によって得たスポーツの楽しさ、仲間づくり、交流』

▶ 取り組みのきっかけは？

四区青年学級連合レクリエーション大会は、4区（千代田区・中央区・墨田区・江東区）の知的障害のある方を対象に、軽く体を動かしたりゲームを行ったりする事業です。

今回、主管の千代田区区民生活部文化スポーツ課では、東京都障害者スポーツ協会から障害者スポーツ地域開拓推進事業の説明を受けたことがきっかけで、選択種目の一つとして、障害のある人もない人もともに楽しめる「ボッチャ」を取り入れることとしました。

ボッチャの選定にあたっては、各区の青年学級担当者やスタッフから成る実行委員会でデモンストレーションを行い、参加者全員が楽しめる種目であるとの認識を得て取り入れることとしました。

▶ 事業内容は？

大会では、フォークダンス、絵葉書集めゲーム、区対抗での風船バレー・玉入れ・ドッチビー・輪投げリレーのほか、5つの選択種目が行われ、その一つとしてボッチャが実施されました。

大会でボッチャ体験を取り入れることが決定してからは、大会当日に向けて、事前に各区の青年学級において、協会の支援を受けながら、ボッチャの紹介・用具の扱い方・簡単なゲームなどの体験・指導教室も行いました。



開会式



四区青年学級連合レクリエーション大会でのボッチャ



青年学級対象スポーツ教室（千代田区日曜青年教室）でのボッチャ

▶参加者は？

4区（千代田、中央、墨田、江東）の青年学級の合同大会のため、それぞれの青年学級に所属する知的障害のある方が参加しました。青年学級とは、主に義務教育修了後の知的障害者を対象として毎月1～2回、日曜日に開催される教室のことで、今回の大会には、青年から高齢者まで多くの方が参加しました。

▶実施体制は？

大会全体の運営は、主管の千代田区職員、スポーツ推進委員、各区の青年学級のスタッフ（講師・ボランティア）が行いました。

今回新しく取り入れたボッチャの試合は、司会進行やゲームの審判・参加者の誘導を東京都障害者スポーツ協会（4名）が行い、千代田区のスタッフ（5名）や協会のボランティア（9名）の協力を得て運営されました。

▶今後の活動に向けて

障害のある方は、義務教育が修了するとスポーツ活動の機会や仲間との交流の場が少なくなることから、日常生活において青年学級での活動が重要な役割を果たします。今回連携した4区の場合は既に青年学級の活動が行われていますが、東京都障害者スポーツ協会に今後も継続して協力してもらうことにより、活動内容にさらにスポーツの要素を加え、地域の知的障害のある方がより健康に楽しく過ごせるようにしていきたいと思います。また、四区レク大会や青年学級で、ボッチャだけでなく障害のある方が親しんでいる他のスポーツも紹介することで、仲間とスポーツをすることの楽しさも伝えていきたいと考えています。

千代田区区民生活部 文化スポーツ課 担当者一同の声

工藤 真由美
山本 正洋
古志 麻実

・四区レクを継続する意義

千代田区での活動にも様々なプログラムに参加する機会がありますが、同じ日曜青年教室のメンバーの中だけに限られてしまいます。他地域の仲間、それも4区が一堂に会してスポーツを通じて交流が図られ、仲間意識を深めることができる唯一の機会であることが、継続の意義と考えています。

・主管区として、事業を行うにあたっての留意点及び種目を決定する際のポイント

参加者が300人余りという大勢であるため、まずは無事故・安全に、そして楽しく競技に参加して頂くのを一番に考えるようにしています。また、中央区も千代田区と同様に人口の少ない区であり、障害者青年学級登録者の人数も少ない区です。一方で墨田区や江東区のように登録者が多い区は、千代田区のおよそ3.5倍にもなります。このような人数に違いのある区同士の合同競技であるため、参加者全員が競技に参加できる状況を作ることを心がけています。

・ボッチャを取り入れてみて、昨年と比べた変化・反響

(参加者のアンケートから抜粋・編集)

ボールを転がす行為自体が楽しく、勝敗にこだわらず楽しむことができたようです。理解できるといろいろ考えながら投球できるので今後もプログラムに取り入れた方が良くと思います。これから定番の競技になっていくのではと思われます。

しかし、普段馴染んでいない種目だったため、理解できない受講生が多かったのも事実です。また、参加者自身の動きがそれほどない競技なので、周囲が盛り上げて進行する必要のある競技ととらえています。

・今年度、東京障害者スポーツ協会の協力を受けて良かったこと

事前に各区での練習に参加しご指導いただけたのは、共通理解をする上で欠かせなかったことであり、新種目を実施する上で大変心強く感じました。また、当日の進行にも全面的にご協力いただけたため、スムーズに競技を進行することができ、初めて導入した競技としては問題も少なかったように思います。

・文化スポーツ課としての障害者支援に対する考え・取り組み

社会教育法第3条を根拠として“いつでも どこでも 誰もが学べる環境整備を行う”との基本的な考え方から、障害がある人の生涯学習、障害があっても学ぶ権利を行使することを支えるのは、社会教育行政の責務です。

多くのプログラムに参加する機会を得ながらも、「楽しかった」だけに終わらず、少しでも自らが感じとる、学びとる、主体的に考えることができるようなサポートを目指したいと考えています。

小平市ニュースポーツデー

| | |
|------|-----------------------|
| 主催 | 小平市教育委員会教育部体育課 |
| 主管 | 小平市スポーツ推進委員会 |
| 実施時期 | 平成 23 年 11 月 13 日 (日) |
| 実施場所 | 小平市民総合体育館 |
| 参加者数 | 約 100 名 |

『関係機関のネットワークの構築により開催』

▶ 取り組みのきっかけは？

小平市教育委員会では、市民にスポーツの楽しさを提供することを目的として、ニュースポーツの体験イベント「ニュースポーツデー」を実施しています。今回、多くの方が訪れる機会を活かして、障害のない人に障害のある人のスポーツを知っていただくこと、ゲーム性に富み、障害の種別や有無を越えて楽しめるポッチャの体験コーナーを設置することとしました。

この企画のアイデアは、7月に実施された小平市社会福祉協議会主催の「近隣市町村人材養成講習会」に、小平市スポーツ推進委員が参加し、障害のある人が行っているスポーツを体験したことで、スポーツ推進委員が小平市教育委員会に働きかけて生まれました。

【→小平市近隣市町村人材養成講習会 60ページ】

▶ 事業内容は？

ニュースポーツデーでは、卓球・ユニカール・スポーツチャンバラ・ミニテニス・ネオテニス・ソフトバレー・ビーチバレー・スカットボールの各種目のブースでスポーツ体験を実施しましたが、障害がある方が楽しめるスポーツ種目として「ポッチャ」のブースも設置し、紹介しました。

今回は、東京都障害者スポーツ協会の支援を受けたことで、障害のある人がポッチャ以外のブースにも安心して参加することができました。また、障害のない人にとっても、障害がある人のスポーツをともに楽しむということを理解していただけたようです。



ボッチャでの交流



ボッチャでのランプ体験



スカットボール



卓球

▶参加者は？

小平市内在住、在勤、在学の方を対象として、市報や市のホームページなどで広報活動を行いました。また、今回は小平市立障害者福祉センターの協力により、センターが行っているスポーツ教室の参加者、市内障害者団体などへも呼びかけを行った結果、スポーツを楽しみたい障害のある方の参加を得ることができました。ニュースポーツデーへの障害がある方への積極的な呼びかけは初めてでしたが、ボッチャやニュースポーツに関心のある方が、多数参加してくださいました。

▶実施体制は？

全体の運営、各ブースでのスポーツ体験指導は、例年どおりスポーツ推進委員が分担して行いましたが、今回新たに企画したボッチャのブースについては、東京都障害者スポーツ協会の職員（3名）が担当しました。また、障害のある方の参加を見込んで、今回初めて、小平市立障害者福祉センターのスポーツ教室のボランティア（5名）および小平市立障害者福祉センターの職員（2名）も運営協力を行いました。

▶今後の活動に向けて

イベントでは、障害のない人から「ボッチャは、障害がある人のスポーツというが、障害のない人が取り組んでも楽しい」という声が多く聞かれた一方、障害のある人からは「障害のある人が、スポーツに参加できる場が増えて嬉しい」との声がありました。

「障害のある人もない人もともにスポーツを楽しめる場づくり」は今回初めての試みでしたが、小平市、小平市スポーツ推進委員会、小平市社会福祉協議会、東京都障害者スポーツ協会が連携をとったおかげで、成功をおさめることができました。今後も、地域の関係機関が連携をとることで、継続して実施していければと考えています。また、今後、より多くの人に障害者スポーツへの理解を深めていただくために、このような機会を多く作ることで、また、いかにしてその情報を発信していくかが課題だと考えています。

声



社会福祉法人小平市社会福祉協議会 小平市立障害者福祉センター スポーツレクリエーション教室担当 塚本 英昭さんの声

ニュースポーツデーに、小平市スポーツ推進委員と東京都障害者スポーツ協会と協働できたことは大変に喜ばしいことでした。我々が運営する障害者福祉センターを利用する方は重度障害の人が多く、スポーツを楽しみたくても場が少ないのが現状です。今回は障害がある人に場を提供できただけでなく、障害がある人もない人も同じ場でともにスポーツを楽しむことができました。これにより障害のない人に障害がある人のスポーツの楽しみ方を知ってもらうことができました。多くの参加者から、ボッチャは楽しいスポーツだと感想をいただきましたし、車いすの人がラージボール卓球をしているのを見て驚かれる人もいました。やはり障害がある人のスポーツの理解を進めるには、このように「一緒にスポーツを楽しめる場」が大切であることを再確認することができ大変良かったです。

今後もこのような障害のある方のスポーツの理解につながるように関係機関とネットワークを大切にしながら、協力を重ねていきたいと考えています。

葛飾区

障害者スポーツ指導員養成講習会

| | |
|------|--------------------------------------|
| 主催 | 葛飾区教育委員会生涯スポーツ課 |
| 実施時期 | 平成24年1月14日(土)、15日(日)、21日(土)、2月4日(土) |
| 実施場所 | 葛飾区総合スポーツセンター温水プール館 第一会議室及びエイトホール |
| 参加者 | 原則として葛飾区在住・在勤の方など(5名) |

『地域が独自に公認初級障害者スポーツ講習会を開催』

▶ 研修内容

葛飾区教育委員会生涯スポーツ課では「公認スポーツ指導員制度」を設け、すべての区民が安心して充実したスポーツライフを送り、かつ、地域の青少年・高齢者・障害者の健康やスポーツを支えるため、スポーツ振興やまちづくりに貢献できる指導員の育成・活用を図っています。

障害者スポーツについては、公益財団法人日本障害者スポーツ協会公認の障害者スポーツ指導者制度のカリキュラムに基づき実施しています。講義内容は、福祉領域として「障害者スポーツ施策と障害者スポーツ」、「ボランティア論」、医療・体育学・障害者スポーツ領域として「障害者スポーツの意義と理念」、「安全管理」、「障害の理解とスポーツ」、「(公財)日本障害者スポーツ協会公認指導者制度」、「全国障害者スポーツ大会の概要」、実技・実習として「障害に応じたスポーツの工夫・実施」、「障害者との交流」を、全4日間(22時間)行いました。

講師の選定を始めとした講習会の企画・立案・実施は、東京都障害者スポーツ協会と協働して行い、東京都障害者スポーツ指導員協議会副会長や埼玉県障害者スポーツ指導者協議会会長、障害者スポーツセンター職員の方々のほか、障害当事者の方々の講義も取り入れるなど、充実した内容で開催することができました。



視覚障害者疑似体験とガイド体験



障害当事者の体験談を聞く



ディスカッション「障害者スポーツの意義と理念」

▶地域での取組に向けて

今後の課題として、受講生をもっと増やしていくこと、講習会を受講していただいた方を区内で一層活用する方法、また、障害者スポーツ指導員の資質の向上をしていくことが挙げられます。

現在、障害者スポーツ指導員には、葛飾区の障害者スポーツ事業で指導補助などをお願いしていますが、リハビリから健康づくりまで充分指導ができる指導員の体制づくりや指導員の活躍の場を広げていくことが必要だと考えています。

また、以上のような指導員に関連した課題のほか、障害者スポーツ事業に障害のある方々がもっと参加しやすいように工夫することも必要であると考えています。

▶その他

葛飾区公認スポーツ指導員の認定は、①原則満20歳以上の方、②共通科目と各分野における専門科目の両科目を講習・修了した方、③教育委員会の認定基準に基づく審査により適任と認められた方に認定証を交付しています。

スポーツ指導員は、葛飾区が主催する障害者対象スポーツ教室、地域スポーツ団体、学校、PTA、子ども会、地区委員会などに紹介、派遣されます。また、指導員の資質向上・連携強化を図るために毎年1回、スポーツ指導者連絡協議会を主催しています。



視覚障害者疑似体験（サウンドテーブルテニス）



視覚障害者疑似体験とガイド体験



葛飾区教育委員会生涯スポーツ課 事業係 関 俊憲さんの声

葛飾区障害者スポーツ指導員養成講習会は、東京 23 区に先駆けて平成 10 年度から開催している特徴的な事業です。私は、平成 22 年度にはじめて担当を任され、今年度は私にとって 2 回目の開催でした。しかし、私自身が今まで障害者スポーツに関わったことがなく、障害のある方のことはもちろん障害者スポーツの知識や経験が全くない中での企画はとても大変なものでした。

前任の方に相談しながらの企画実施でしたが、今年度より東京都障害者スポーツ協会さんにご協力をお願いして、カリキュラムの作成や講師選定、講習会期間中の運営など多くの点でご指導いただくことができ、自分自身の勉強にもなりましたし、専門の知識を持った職員の方からのアドバイスはとても参考になりました。

来年度の講習会は、協会さんからいただいた多くのアドバイスと今年度の課題を踏まえて、より良い講習会を企画していきたいと思います。

立川市・昭島市 スポーツ推進委員対象研修会

| | |
|------|--|
| 主催 | 立川市教育委員会スポーツ振興課 |
| 実施時期 | 平成 23 年 11 月 26 日 (土) |
| 実施場所 | 立川市立立川第五小学校 |
| 参加者 | ・立川市と昭島市のスポーツ推進委員 (それぞれ 21 名、15 名) ・立川市教育委員会スポーツ振興課職員 (4 名) |

『今後の取り組みのために、研修会を実施』

▶研修内容

立川市と昭島市は、毎年、共同でスポーツ推進委員の研修会を実施しており、これまで、子どもから大人まで楽しめるユニバーサルスポーツとして、ソフトバレーボールやドッチビー、グラウンド・ゴルフの体験会を行ってきました。

平成 23 年度は、立川市が「障害の有無を問わずに多くの人を楽しめる種目にしよう」と企画し、小平市社会福祉協議会と東京都多摩障害者スポーツセンターの協働により実施しているスポーツ教室を参考にし、普段なかなか触れることのない種目として「ボッチャ」の研修会を実施することにしました。ボッチャの実技指導は、東京都障害者スポーツ協会にお願いしました。

はじめはボッチャのボールを使用してアイスブレイクを行い、その後、競技規則やゲームの進め方などのレクチャーを受け、審判の方法や得点のつけ方も教えていただきました。

最後は、10 グループに分かれて、審判や進行などを全て自分たちで行い、試合を行いました。

▶地域での取組に向けて

今回ボッチャを体験してみて、スポーツ推進委員からは「単純だけどとても楽しく、夢中になれるところが良い。また、それほどスペースもいらず、身体への負担も少ないため誰でもすぐにできるスポーツだと思うので、多くの人に体験させたい」という声があがりました。

これを各地域で実践するには、既存のイベントなどで体験コーナーを設置しイベント来場者に体験してもらったり、多くの参加者を得るために、早期に企画・立案し、イベントの周知期間を長く確保することなどが必要となります。また、いつでもボッチャを楽しめるように用具を揃えることも必要ですが、これに関しては、東京都障害者スポーツ協会に貸し出しの相談に応じていただけるようです。



ルールの習得風景（得点方法）



ルールの習得風景（ゲームの進め方）



交流試合の風景①



交流試合の風景②

声



立川市スポーツ推進委員 林崎 堅司さんの声

立川市のスポーツ推進委員（旧：体育指導委員）の歴史は古く、今年で50周年を迎えます。しかし、これまで障がい者を対象としたスポーツの普及はほとんど行ってきませんでした。スポーツ基本法の制定により、ますます私たち委員の役割は重要になってきています。今回の「ボッチャ」のように障がいがあっても無くても、子供でも大人でもご高齢でも、気軽に一緒になって楽しめるユニバーサルスポーツを市民にどんどん紹介し、日常のストレス発散や、健康増進に寄与できるよう普及活動に努めてまいりたいと思います。

2011 おおた区民大学

「福祉講座」

| | |
|------|--|
| 主 催 | 大田区教育委員会社会教育課 |
| 実施時期 | 平成 23 年 9 月 29 日 (木) |
| 実施場所 | 大田区立大田区民センター |
| 参加者 | <ul style="list-style-type: none"> ・ 大田区スポーツ推進委員 ・ 福祉施設職員 ・ 学生 ・ 主婦 ・ ボランティア (計 32 名) |

『福祉施設職員から主婦まで、区内の様々な方が参加しました』

▶ 研修内容

大田区教育委員会社会教育課は、区民を対象とした「福祉講座」を開催しています。今回は、障害のある方への理解を深めるために、「みんな『ちがう』から面白い～みんなで交流しましょう～」というテーマで、障害のある方もない方も一緒に楽しめるスポーツ・レクリエーションを実施しました。

講座では、身近にある用具（うちわ、卓球のボール）やふうせんバレーボールの代わりとして4Bバルーン（ビニールのような素材の風船で落下速度が遅く、割れても音が鳴らない、ラテックスアレルギーの方でも使うことができるのが特徴）を使用したスポーツ・レクリエーションを体験しました。

このように、障害のある人が日頃楽しんでいるスポーツを体験することにより、少しの工夫で色々な遊びができることを学びました。また、ボッチャやパラバルーンの体験では、障害のある方もない方もともにスポーツを楽しむという体験もしました。



4 Bバルーン体験



ボッチャ体験①



ボッチャ体験②



パラバドミントン体験①



パラバドミントン体験②

▶ 地域での取組に向けて

福祉講座では、障害当事者も含め区民から企画員を公募し、区民の視点からプログラムを企画することを大切にしています。

スポーツは、障害のある方もない方も共に理解し合うための大切なツールであり、こうした講座を通じて障害者理解を進め、障害のある方のスポーツを通じた社会参加の機会が増えていくことを期待しています。



大田区教育委員会事務局 社会教育主事 深谷 じゅんさんの声

社会教育課では、1981年の国際障害者年を契機として、区民企画方式の「福祉講座」を実施してきました。この講座をきっかけにさまざまな学習グループが生まれました。手話通訳士になられた方や、区全体の「やさしいまちづくり」の施策を進めるキーパーソンになられた方も多数いて、長い歴史の積み重ねを感じます。

また、現在「(仮称)大田区スポーツ推進計画」の策定準備をしている中で、総合型地域スポーツクラブの理念にある、“だれでも”スポーツ・文化活動に身近に親しめる地域づくりというテーマを推進しています。「福祉講座」でも大切にしてきた、“障がいのある方もない方もともに学びあう”ためには、スポーツを通じた交流も重要な要素になります。

今回の福祉講座は、初回のアイスブレイクとして実施できました。東京都障害者スポーツ協会の皆さんが、参加者の様子を見ながらプログラムの提供をさせていただけたことも功を奏して、ムードは一気に高まりました。講座後の参加者同士の交流も生まれました。

引き続き大田区から、市民が元気な地域づくりを目指していきたいと思えます。

障がい者スポーツ講習会

| | |
|------|--|
| 主 催 | 三鷹市教育委員会教育部スポーツ振興課 |
| 実施時期 | 平成 23 年 11 月 7 日 (月) |
| 実施場所 | 三鷹市第一体育館競技場 |
| 参加者 | ・三鷹市スポーツ推進委員 (17 名) ・三鷹市教育委員会教育部スポーツ振興課職員 (9 名) |

『身近なものを利用して、障害者スポーツの研修会を実施』

▶研修内容

三鷹市教育委員会と三鷹市スポーツ推進委員協議会が、東京都多摩障害者スポーツセンターを見学・体験した際、障害のある方へのスポーツ指導に対する必要性を感じたことがきっかけとなり、障害のある人のスポーツをテーマとした講習会を実施しました。講師として東京都障害者スポーツ協会の方をお招きし、実技指導などをお願いしました。

講習会では、まず、身近なもの（例えばタオル）を利用したゲームや、4B バルーンを使用したレクリエーションなどを体験し、少しの工夫で楽しめるということを学びました。



タオルを利用したゲーム



4B バルーンを使ったレクリエーション

次に、実際にタオルで目を覆って、視覚障害の疑似体験をしたり、指導に際しての留意点などを学びました。

【視覚障害の疑似体験】

- ①二人一組で、交互にタオルで目を覆い体育館内を一周する中で、体育館内の様子を説明し、視覚化させる体験
- ②体育館内 20 メートルを介助無しで一人で歩く・走る体験

【視覚障害の方への支援】

- ③視覚障害者に対しては、声掛けでサポートし、方向を認識してもらう必要がある。例えば、「あっち」、「こっち」など抽象的な言葉では方向を伝えられないため、時計の文字盤を利用して方向を理解してもらうような支援を行う必要がある
- ④視覚障害者をエスコートする（右側の肩か肘の部分に手を添えてもらう）体験も実施



タオルを利用した視覚障害者疑似体験



視覚障害者疑似体験とガイド体験

車いすの体験では、健常者と車いす常用者の目線の違いを知るなど、普段なかなかできない体験をしました。

最後に、バリアフリーになっていない施設でも、少しの補助や簡易スロープを作ることで、障害のある人も施設利用ができることなど、ハード面の工夫が大切なことも学びました。



車いす体験

▶ 地域での取組に向けて

今回の研修で体験し学んだことは、今後の事業企画に向けて必ず活かすことができると思います。しかし、休憩時間の取り方や用具の使い方や工夫など、ソフト面に関するさらなる研修のほか、バリアフリーやユニバーサルデザインへの配慮についても理解を深めることが必要です。

また、これまでも市民が参加する様々なイベント開催時には、東京都多摩障害者スポーツセンターの協力により、ポッチャやフライングディスクの体験コーナーを実施してきましたが、今後もこのような理解啓発事業を進めていく必要があると考えています。

三鷹市教育委員会では、三鷹市民のスポーツ振興策の一つとして、広く市民からの指導要請に応じられるスポーツ指導員を養成しており、地域でのスポーツ環境の整備には指導員の養成が不可欠であると考えています。

声

三鷹市教育委員会教育部 スポーツ振興課振興係 西田 奈央さんの声

スポーツには何の造詣もなかった私が、スポーツ振興の仕事に携わることになって2年が経ちます。担当として2年目を迎えた平成23年夏、スポーツ推進委員協議会から障がい者スポーツを理解し、関わっていくためにはどうすればいいかと声があがりました。まずは関係機関の取組みを見てみようと、東京都多摩障害者スポーツセンターを視察させていただいたことがきっかけとなり、今回、同センターの協力を得て、初めの大きな一歩としてこの研修会を開催することができました。

講習ではいろいろなことを教えていただきましたが、最も印象に残った体験の1つが視覚に障がいがある方の感覚を体験したことでした。視覚に障がいがある方の世界はどんなものなのか、広い体育館の中で20m先の壁まで目隠しをして歩きました。私は一歩先に何か障害物があるような気がして、怖くて尻込みしてしまい、前に進むことができませんでした。「こっちですよ」と声掛けしてもらい、手を叩く音を探すのですが、どこで鳴っているのか耳をすましてみても分かりません。きっと私を誘導された方はどうすれば伝わるのだろう…と真剣に考えられたことでしょう。それと同時に、私自身も工夫することの必要性に気付くことができました。

地域のスポーツコーディネーターであるスポーツ推進委員、そして私たちスポーツ振興課職員にとっても、講習の中でのゲームや体験を通して、「障がい者がスポーツに親しむ」ためにできることは何かを考える貴重な時間となりました。

北区立赤羽スポーツの森公園競技場 施設運営スタッフ対象 障害者スポーツ体験・研修会

| | |
|------|---------------------------------------|
| 主 催 | 北区立赤羽スポーツの森公園競技場 指定管理者 スポーツリー・グループ |
| 実施時期 | 平成 23 年 9 月 13 日 (火) |
| 実施場所 | 北区立赤羽スポーツの森公園競技場 |
| 参加者 | 北区立赤羽スポーツの森公園競技場の施設運営スタッフ (10 名) |

『公共体育施設での障害者スポーツ活動推進のために』

▶研修内容

北区立赤羽スポーツの森公園競技場では、地域のスポーツ振興の拠点として、幅広い年齢層や利用者層を対象としたスポーツプログラムを中心に、教室・講座・イベント等の自主事業を実施しています。さらに、ゲーム感覚で楽しめる競技や、障害のある方もない方も楽しめる「ニュースポーツ」を体験する教室を開催するため、東京都障害者スポーツ協会の職員に講師をお願いし、「ポッチャ」の研修会を実施することにしました。

ポッチャに取り組むのは初めてというスタッフが多かったため、体験を通じてポッチャのルールや特性、技術的な事柄を学ぶところから始め、さらに、応用として、今後施設運営スタッフが教室を開催する際の留意点や指導方法も学びました。



ルールの習得 (ゲームの進め方)

▶地域での取組に向けて

北区立赤羽スポーツの森公園競技場では、指定管理者スポーツリー・グループの自主事業として、平成 24 年度より「ポッチャの練習・試合をすることにより、年齢・障害の有無の垣根を越え、北区民の交流をはかること」を目的とした事業を開催していきます。

そのために、今回のような研修会を定期的に行い、施設運営スタッフ全員が、「障害者」や「障害者スポーツ」に対する理解を深めていくことが必要だと考えています。次の段階では、指導競技を増やしていくための指導方法やノウハウ・ポイントを習得していくことも必要になると考えています。

さらに、障害者スポーツ教室を実施する際に、参加者が満足できるような企画の立案や、行政等の関係機関と協力して多くの参加者を集めるための周知方法などについても学び、地域での取組を着実に推進していきたいと考えています。



指導方法（投げ方の習得）



ルールの習得（得点方法）

声



北区立赤羽スポーツの森公園競技場 施設運営スタッフ 釣 悟さんの声

私たち施設運営スタッフが最も重点を置くことの一つは、「施設の価値を高める」ことです。年齢・性別・障害の有無に関わらず、地域の様々な方が一緒になってスポーツを通じて触れ合える環境づくりを目指しております。そこで、施設運営スタッフの足並みを揃えるために、東京都障害者スポーツ協会のご協力のもと、施設運営スタッフ対象の障害者スポーツ研修会を行いました。そのなかでボッチャを紹介していただき、参加した職員みんなで作って見たのですが、とても簡単で面白く、また体力に関係なくできるので、まさに障害の有無に関わらず誰でも一緒に楽しむことができるユニバーサルスポーツだと実感することができました。全く未知のスポーツでしたので、競技のルールや指導法をわかりやすく教えていただいた東京都障害者スポーツ協会の皆さんには本当に感謝しております。

最近、ボッチャのボールを購入しました。研修会で得たノウハウを活かし、体験教室や公園利用者を対象にボッチャの体験コーナーなどを行い、障害のある方もない方も共に触れ合える場づくりに努めてまいりたいと思います。

文京区スポーツ指導者講習会

| | |
|-------|--|
| 主 催 | 文京区アカデミー推進部スポーツ振興課 |
| 実施時期 | 平成 24 年 2 月 16 日 (木) |
| 実施場所 | 文京区民センター 会議室 |
| 参 加 者 | <ul style="list-style-type: none"> ・ 文京区スポーツ推進委員 ・ 文京区スポーツリーダー ・ 文京区体育協会加盟団体員 ・ 地域スポーツ指導者 (計 40 名) |

『障害のある人のスポーツ支援に向けて』

▶ 研修内容

文京区では、毎年、スポーツ推進委員等の区内のスポーツ指導者を対象とした講習会を開催しています。今回のテーマは、スポーツ基本法の制定により障害者スポーツ支援への取り組みが今後さらに求められることもあり、「障害者スポーツ」としました。講習会は、①障害のある方に対するスポーツ支援への契機となること、②障害の有無・種類・程度や年齢・性別を問わず様々な対象者へスポーツ支援を行うため、現場の状況を的確に捉えて安全に楽しく行うための指導スキルの向上を図ること、を目的としています。

講習会の企画・運営は、スポーツ推進委員の担当者とスポーツ振興課職員が行いました。講習会の内容については、東京都障害者スポーツ協会の担当者と打合せを行いながら企画をしました。文京区のスポーツ指導者に障害者スポーツに関心を持ってもらうため、「面白く、体験できるものを2～3種類」、「基礎知識を学べるように」といった実行委員の要望を取り入れたものとするようにしました。

受講者の募集は、初めての方でも気軽に参加できるように、「障害者と一緒に楽しむスポレクの方法～身近な用具を使って～」と題して行い、文京区スポーツ推進委員を中心に、文京区スポーツリーダー、文京区体育協会加盟団体員、地域スポーツ指導者の方々の参加を得ました。

当日の運営はスポーツ推進委員の担当者とスポーツ振興課職員が担当し、講師及び講師補助として、東京都障害者スポーツ協会の職員4名を派遣していただきました。

<講習会メニュー>

①身近な用具（タオル）を使った簡単なスポレク

・参加者が持参したタオルを使って、結んだり、投げたりしながら色々なスポレクを体験しました。身近にあるものでも、使い方を工夫することによって、全く異なるスポレクを作ることができました。

- ・最初は緊張気味だった参加者も次第に笑顔になりました。また、楽しいだけでなく、視覚障害のある方に対してスポーツ支援を行う際の留意点について考えさせられる内容でした。



タオルをボールとして利用



タオルを縄として利用

②視覚障害疑似体験・支援法体験

- ・参加者全員で円陣を作るなどして、視覚障害者と介助者双方の立場において色々な「動き」を体験することにより、視覚障害者の障害特性と支援上の留意点について理解を深めました。
- ・二人一組になり「歩く」「走る」などを、視覚障害者と介助者双方の立場で体験し、視覚障害者の特性と指導する上での留意点について学びました。



声のサポートにより支援



二人一組になり「歩く・走る」のガイド

▶地域での取組に向けて

今回の講習会は1時間半と短い時間でしたが、まずは障害者スポーツとはどういうものか、どのようなことに配慮したらいいのかわかるきっかけになるよう、協会の方にもお願いしてプログラムを組んでいただきました。今後、障害のある方へのスポーツ支援について取り組むためには、さらなる研修が必要だと考えています。

講習会のアンケートの結果は概ね良好で、続編を望む声もありましたので、これをきっかけに文京区でも研修の機会を設けていきたいと思えます。

今後、障害の有無を問わず、全ての区民が身近な場所でスポーツを楽しめる環境づくりを推進していくことが課題となります。

▶スポーツ指導者講習会 アンケート結果(平成24年2月16日実施)

※参加人数：40人

※有効回答者数：36人(回答率90.0%)

●所 属

| 回 答 | 人 数 |
|----------|-----|
| スポーツ推進委員 | 22人 |
| スポーツリーダー | 6人 |
| 交流ひろば指導員 | 0人 |
| 体協加盟団体員 | 1人 |
| そ の 他 | 7人 |
| 無 回 答 | 0人 |
| 合 計 | 36人 |

Q1. 指導者講習会の受講回数

| 回 答 | 人 数 |
|---------|-----|
| 1、初めて | 10人 |
| 2、2～3回目 | 6人 |
| 3、4回目以上 | 20人 |
| 無回答 | 0人 |
| 合 計 | 36人 |

Q2. 障害者へのスポーツ指導・支援の経験の有無

| 回 答 | 人 数 |
|-------|-----|
| 1、はい | 16人 |
| 2、いいえ | 20人 |
| 無回答 | 0人 |
| 合 計 | 36人 |

Q2.で「1、はい」と答えた方の指導・支援回数

| 回 答 | 人 数 |
|----------|-----|
| 1、1～4回 | 4人 |
| 2、5～9回 | 2人 |
| 3、10～19回 | 0人 |
| 4、20～49回 | 2人 |
| 5、50回以上 | 3人 |
| 無回答 | 5人 |
| 合 計 | 16人 |

Q2.で「1、はい」と答えた方の指導・支援内容

水泳指導(4人)、精神障害者とソフトバレー(2人)、トレーニングルーム内の移動・案内(4人)、運動会、ラジオ体操、ウォーキング、謡曲

Q3. 講師の説明について

| 回 答 | 人 数 |
|------------|-----|
| 1、わかりやすかった | 30人 |
| 2、普通 | 2人 |
| 3、難しかった | 2人 |
| 無回答 | 2人 |
| 合 計 | 36人 |

Q4. 障害者スポーツについて身近に感じることができましたか？

| 回 答 | 人 数 |
|-------------|-----|
| 1、はい | 30人 |
| 2、どちらともいえない | 5人 |
| 3、いいえ | 0人 |
| 無回答 | 1人 |
| 合 計 | 36人 |

Q5. 本日の内容は、今後、障害のある方へスポーツ支援を行う際、役立つ内容でしたか？

| 回 答 | 人 数 |
|-------------|-----|
| 1、はい | 35人 |
| 2、どちらともいえない | 0人 |
| 3、いいえ | 0人 |
| 無回答 | 1人 |
| 合 計 | 36人 |

Q5で「1、はい」と答えた理由（自由意見）

- ・障害のない方にも指導できる内容であった。
- ・体験して少しですが、怖さを感じました。
- ・実際に体験することで相手の立場を考えられるようになりました。
- ・視覚障害の方の接し方や声かけの仕方が少しわかりました。
- ・今まで障害者の方と接したことがなかったのに。
- ・身障者の体調、気持ちを察することが重要であることがわかった。
- ・障害を持つ親友の力になりたいので。
- ・視覚障害者の不安な気持ちが少しわかった。

Q6. 今回の講習会についてのご意見・ご感想

- ・とてもわかりやすく、勉強になりました。
- ・楽しく取り組みました。
- ・今後も講習会を行ってほしいです。もっともっと理解し、支援できるようにトレーニングしたいです。
- ・わかりやすく、実技がありましたので、とても参考になりました。
- ・視覚障害の疑似体験をさせていただいたことは大変良かったです。
- ・とても楽しく学べたと思う。視覚障害者の方だけでなく、他の障害の方々のスポーツについても学んでいきたいと思う。
- ・今回は取り上げられませんでした。視覚障害者の柔道が気になりました。
- ・目隠しをただけでもとても怖かったです。とても役に立ちました。ありがとうございました。
- ・次回もよろしくお願いします。
- ・話の内容が少し難しかったが、初めてだったので役に立った。話をする方の立ち位置によっては、聞き取りにくい時があった。
- ・障害者の気持ちになることで考えさせられた。
- ・とてもわかりやすくよかった。
- ・資料があればもっとスムーズに機能するのでは。講習会を重ねてほしい。
- ・とても為になりました。
- ・わかりやすく実践的でよかった。
- ・障害者スポーツの奥深さを感じました。
- ・勉強になりました。ありがとうございました。

Q7. 今後、スポーツ指導者講習会で取り上げてほしいテーマや講師の希望

- ・再度講習会を行ってください。今後、考え方が変わると思います。
- ・視覚障害のみでなく、他の障害の方の講義もしていただきたいです。
- ・ダブルダッチの縄の回し方をみんなに学んでほしい。
- ・他のスポーツの指導の方法を教えてください。
- ・違う障害を前提にした講習をお願いします。
- ・続編をお願いします。
- ・ストレッチ講習会やヒップホップダンス。

リフレッシュくらぶ

| | |
|------|--|
| 主催 | NPO 法人黄金井倶楽部（小金井市） |
| 後援 | 小金井市教育委員会 |
| 実施時期 | 平成 23 年 9 月 12 日～平成 24 年 3 月 26 日の毎週月曜日 障害のある方が初めて参加する場合は第 3 月曜日に開催 |
| 実施場所 | 小金井市総合体育館 会議室 |
| 参加者数 | 延べ 147 名 |

『用具の工夫次第で、障害のある人も楽しく参加』

▶ 取り組みのきっかけは？

黄金井倶楽部では、以前から障害のある方が参加できるスポーツ教室の実施を考えていました。

しかし、指導方法や留意点など実施に向けた不安が多くあったため、東京都障害者スポーツ協会よりノウハウを指導していただき、平成 23 年秋から、障害の有無を問わず参加できる教室「リフレッシュくらぶ」を開催することとしました。

▶ 事業内容は？

ストレッチ体操や気軽にできるレクリエーション、羽子板バドミントン、かるた競争などの軽スポーツ、ゲームなど様々な種目にチャレンジして楽しむ教室としました。

会場が会議室のために専用の設備や用具などは無く、卓球や卓上ホッケーを行う際には机を卓球台にしたり、ペットボトルをラケット代わりにするなど、身近なものを代用して実施しました。

障害のある方は、個々に障害の程度が異なるため、全員が同じプログラム通りに実施できないこともあります。例えばストレッチマットの上に座って行う体操の際、マットに座れない方には椅子を用意するなどの工夫を加え、参加してもらうようにしました。また、今回、東京都障害者スポーツ協会に、障害者スポーツの用具（ポッチャ）を持参していただくことで、障害の有無に関わらず共に楽しむことのできるユニバーサルスポーツのメニューを新たに追加して楽しむことができました。



ストレッチ



下肢に障害のある方は椅子に座って



卓上ホッケー



卓球（テーブルを利用してダブルスのゲーム）



かるた競走

▶参加者は？

クラブ会員及び小金井市や近隣地域在住の方々が参加しました。平日の午前中の開催だったため中高齢者の方の参加が主となりました。

障害のある方への事業周知については、地域福祉施設や団体、特別支援学校などに呼びかけるとともに、障害者スポーツセンターの協力を得てチラシを置くなど、障害のある方が集まる場所での周知を中心に行いました。

▶実施体制は？

講師は、小金井市のスポーツ推進委員であり精神保健福祉施設などの各種スポーツ教室でも指導されている経験者に依頼し、黄金井倶楽部のスタッフ（1名）がサポートしました。

23年度からは、障害のある方も参加できるように設定したことから、東京都障害者スポーツ協会の職員の方（2名）をスタッフに加え、障害の程度ごとの留意点や新しい種目の指導方法などについて、ノウハウを提供いただきながら実施しました。

▶今後の活動に向けて

会場の体育館入口から会議室までは段差がなくフラットで、障害者用トイレも会議室近くにあるので、障害のある方にもとても便利です。しかし、最寄りのバス停から体育館まで距離があり、下肢に障害のある方には少し不便なため、例えば送迎などのサポート体制があれば、参加者の拡大につながるのではないかと考えます。

また、教室は、基本的には健常者向けのプログラムを用いて実施していますので、障害の程度に応じた指導やサポートを常に心がける必要があります。事業を継続して実施できるようにするためには、協会から教えていただいたノウハウの習得が必要です。

さらに、教室の開催回数が多いので、安定した補助員の確保も必要になると考えます。

声



リフレッシュくらぶ 講師 北原 佳代さんの声

私たち『リフレッシュくらぶ』は「出会う・集う・遊ぶ」をテーマに平成23年9月より活動しています。上達を目的とせず、ダイエットや筋力アップにも重きを置かず、たくさん動いて遊んで笑って「あー、楽しかった」と言えればそれでいいのです。場所は会議室なので、ちょっと狭いことと天井が低いという難点がありますが、ポッチャをはじめ、テニス、卓球、ボウリング、ホッケーなどを楽しんでいます。流行りもののマルモリダンスにも挑戦し、1月には、けん玉や羽子板、カルタ大会もしました。いくつになっても「遊ぶ」って楽しいものです。ついつい大きな声が出ちゃったり、笑っちゃったりしてしまいます。

「運動をしたほうがいいのはわかっているけど、スポーツは苦手だし何から始めていいかわからない」という方が運動をするきっかけになるような、誰でも気軽に参加できる教室を創りたいという思いから、地域スポーツクラブNPO法人黄金井倶楽部の事業の一つとして立ち上げました。そしてまだ企画段階だったときに、東京都障害者スポーツ協会の方から「障がいのある方も一緒にやれないか？」とのお話を受け、強力なバックアップをいただいてスタートしました。

もともと、私は精神保健福祉センターで精神障がい者のスポーツ指導をしています。また友人には視覚障害の人や車椅子を利用している人がいて、日常生活に不便を感じることも多々ありつつも、ありのままに暮らし、スポーツを楽しみ、健康維持のための運動をしている姿をずっと見ています。その欲求に障がい者と健常者の違いはありません。むしろ障がいをもつ方こそ、住んでいる地域で気軽に運動のできる場が必要だと感じていました。

現在、障がいのある方には障害者スポーツ指導員の方が同行してくださり、参加しやすいように気を配ってくださるので安心ですし、対応の仕方など勉強にもなります。当事者の方も「やれることだけをしますから」と言われるので私も特に意識せずに進行しています。

今後も利用者の方々をはじめ、関わってくださるたくさんの方々と一緒に楽しい『くらぶ』を創っていきたいと思っています。



リフレッシュくらぶ

受講者 大久保 敬子さん(写真左)と 嶋田 美奈子さん(写真右)の声

○大久保敬子さん

私は普段東京都多摩障害者スポーツセンターを利用していますが、友人の嶋田美奈子さんに誘われて、初めて東京都多摩障害者スポーツセンター以外のスポーツ教室に参加しました。不安と期待がありました。東京都障害者スポーツ協会と黄金井倶楽部の支援もあり、楽しく過ごすことができました。

会場は体育館の会議室でしたが、入口から会議室までフラットになっていて、その途中に障害者用のトイレも設置されていて非常に便利でした。

軽スポーツを中心に行いましたが、体育館のように用具がないので、机2台を合わせてペットボトルとプラスチックで出来たおもちゃのパック（アイスホッケーで使用するもの）を利用した卓上ホッケーや、同様に机2台を合わせて卓球のラケットとボールを使用してのラリー卓球を行いました。

健常の人たちと一緒に卓球やエアホッケーができることがとても楽しく、また、多摩障害者スポーツセンター以外のお友達もできて、スポーツを通して交流を図ることが出来ました。また機会があれば参加したいと思います。

○嶋田美奈子さん

いつもは、東京都多摩障害者スポーツセンターを利用し、ストレッチ体操や卓球をしています。

私の住んでいる小金井市から東京都多摩障害者スポーツセンターまでは約1時間半かかります。私は、右側半身麻痺のためスムーズに歩くことができないので、移動に時間がかかってしまいます。そんな時、地元の小金井市総合体育館で、地域クラブの黄金井倶楽部主催の「リフレッシュくらぶ」という教室を実施するとの情報を得て、体験してみようと思いました。

最初は健常者の教室に参加することの不安もありましたが、東京都障害者スポーツ協会の職員さんと、講師の北原先生がとても親切丁寧に指導してくれました。

参加している健常の方と同じことはできませんが、自分なりに出来ることをやっています。ストレッチ体操の際は、マットに座ることができないため、椅子を用意してもらい、少しの応用で障害者も一緒に参加できる喜びを覚えました。障害者にとってスポーツは欠かせないもので、状態が悪くなることを防ぐ目的もあり大変有意義なものです。身近な地域でスポーツに親しめることは大変ありがたいことですし、このような取り組みをしていただいた黄金井倶楽部さんや東京都障害者スポーツ協会さんに感謝します。今後もこのような機会を設けていただきたいと思います。



NPO 法人黄金井倶楽部 クラブマネージャー 天野 和代さんの声

私たち黄金井倶楽部では、スポーツ振興及び生涯スポーツ社会の実現を目指す一助として、毎年視察研修会を実施しています。21年度の研修会で、東京都障害者総合スポーツセンターを見学し、その時初めて障害者スポーツというものを知りました。そこで見た光景は、今でも目に焼き付いています。障害のある方々が、とてもいきいきとしてスポーツを楽しんでいたからです。指導するセンタースタッフの皆さんの姿もとても輝いて見えました。初めて見た障害者スポーツは、私に大きな衝撃と感動を与えてくれました。

その日以来、「障害のある方々に参加していただき、黄金井倶楽部でも何かできることがあるのでは」と考えるようになりました。しかし、いざやってみようと思っても、どんなことをどのようにやれば良いのかわからない状況でした。そんな時、東京都障害者スポーツ協会の方が私たちの背中を押してくださいました。具体的にどのような事業ができるのか、どのように進めていけばいいのかなど、わかりやすくアドバイスしてくださいました。

そこで、今年度より始めた教室「リフレッシュくらぶ」は、障害のある方々にも参加してもらおうと、障害の有無や年齢・性別などを問わず、“誰でも”参加できる教室として実施しています。

「リフレッシュくらぶ」の特長は、無理なく身体を動かすプログラムで、気軽に楽しめることです。講師の北原先生を中心に、普段、身体を動かすことの少ない人、スポーツには無縁と思っていた人などが皆さん一緒に、机やペットボトルなど身近にあるものを使って軽スポーツを楽しんでいます。「用具にお金をかけなくても工夫次第で“いつでも どこでも”スポーツはできる！」そんなことも実感できる教室です。障害のある方が参加する際は、東京都障害者スポーツ協会の方にサポートしていただけるので、とても安心できます。「リフレッシュくらぶ」をきっかけに、「障害があっても運動などは…と思っている方々にスポーツで汗を流す快適さを味わってもらいたい」と強く思っています。

そのような人の輪が広がり、誰でもみんながスポーツを通じて交流できる地域社会を作っていくことが、私たち黄金井倶楽部の目標であり願いです。

小金井市 スポーツフェスティバル

| | |
|------|------------------------|
| 主 催 | 小金井市教育委員会生涯学習部生涯学習課 |
| 主 管 | NPO 法人黄金井倶楽部（小金井市） |
| 実施時期 | 平成 23 年 10 月 10 日（月・祝） |
| 実施場所 | 小金井市総合体育館 |
| 参加者数 | 約 560 名 |

『ユニバーサルスポーツで市民間の交流を』

▶ 取り組みのきっかけは？

年に一度開かれる小金井市の「スポーツフェスティバル」は、小金井市地域スポーツクラブの黄金井倶楽部の主管により開催されています。障害のある人を含め、誰もが気軽に参加できるスポーツレクリエーションを実施し、市民の交流をはかりたいという黄金井倶楽部の思いから、東京都障害者スポーツ協会と提携してユニバーサルスポーツの体験コーナーを新設することになりました。



ルールの説明（得点方法）

▶ 事業内容は？

ストラックアウトやスポーツチャンバラ、ファミリー体操、スポーツ吹矢などの6種目の体験コーナーが設置されました。ゲストとして高見盛関が来場し、小学生を対象とした「お相撲さんにチャレンジ」も行われました。

また、ユニバーサルスポーツの体験コーナーでは、障害の有無を問わずに誰でも楽しむことができるボッチャの体験会が行われました。

▶参加者は？

市報を活用して周知を行い、小金井市及び近隣地域にお住まいの方々の参加を得ました。

ポッチャのほかにも多くのスポーツ体験コーナーが用意され、また、ゲストとして高見盛関が来場したこともあり、ポッチャのコーナーには100名近くの方々が来場するなど、子どもから大人まで、年齢や性別、障害の有無に関わらず、多くの方がフェスティバルを楽しみました。



ポッチャの体験会の様子

▶実施体制は？

今回行われたスポーツフェスティバルは、地域スポーツクラブの黄金井倶楽部が主管となったため、小金井市スポーツ推進委員、黄金井倶楽部理事及び事務局、クラブの講師やボランティア、そして日頃からスポーツ教室に参加している小金井市在住の皆さんがスタッフとなって準備に当たりました。

ポッチャコーナーについては、黄金井倶楽部が東京都障害者スポーツ協会のアドバイスを受けて企画し、当日は東京都障害者スポーツ協会の職員（2名）と、黄金井倶楽部の関係者（5名）が協働で運営を行いました。

▶今後の活動に向けて

今回、地域の方々が実際に障害者スポーツを体験することを通じて、障害のある方の特性やスポーツ活動への理解が可能となりました。このような障害者スポーツ体験会を継続して行っていき、ボッチャのように、障害の有無や年齢・性別を問わず誰もが一緒になって楽しめるスポーツを通じて、さらに多くの方々に障害者スポーツを理解してもらうことが必要だと考えています。

声



NPO 法人黄金井倶楽部 サブクラブマネージャー 米田 寛さんの声

黄金井倶楽部では、今年度から東京都障害者スポーツ協会のご協力のもと、障害のある方がスポーツをすることができる環境づくりに取り組んでいます。障害者のスポーツ環境の整備は非常に大切なことですが、同時に障害のない方たちに障害のある方のスポーツ活動を知ってもらうということも大切なことだと思います。

こうして、「障害者スポーツを地域の皆さんに知ってもらおう」と考え、毎年開催している体育の日のスポーツフェスティバルで障害者スポーツ体験コーナーを行ってみました。「せっかく体験してもらうなら、多世代の人が気軽に参加できるものがない」と、障害の有無を問わず誰もが気軽にできるスポーツ「ボッチャ」の体験コーナーを設けたのです。当日は多くの方々が来場され、子供からお年寄りまで様々な方にボッチャを体験していただきました。東京都障害者スポーツ協会の方がわかりやすく丁寧に指導してくれたので、とても楽しんでいただくことができました。スポーツを通じて障害者の方々と楽しく交流できる期待もふくらみまし、我々スタッフにとっても良い勉強になりました。

今後もこういった取り組みはもちろん続けていきたいですが、まだまだ障害者スポーツに対して知らないことが沢山あります。だからといって足踏みしているよりは一步踏み出し、少しずつでも取り組みを続けていく中で、みんなで学んでいければと思っています。地域の多くの方々に私たちのこのような思いが届くよう願っています。

夏休みユニバーサルスポーツ体験会

| | |
|------|---|
| 主催 | NPO 法人はちきた SC (八王子市) |
| 協力 | 八王子市青少年対策檜原地区委員会 |
| 後援 | 八王子市教育委員会 |
| 実施時期 | 平成 23 年 8 月 8 日 (月)、11 日 (木)、25 日 (木)、29 日 (月) 全 5 回 (29 日は午前・午後の 2 回開催) |
| 実施場所 | 八王子市甲の原体育館 |
| 参加者数 | 延べ 80 名 |

『障害のある人もない人も参加できるクラブづくりのために』

▶ 取り組みのきっかけは？

NPO 法人はちきた SC は、地域の方々に楽しくスポーツに親しんで欲しいという理念のもと、クラブの運営に取り組んでいます。そのなかで、障害のある方も参加できるスポーツ教室を実施したいという思いがありました。そこで、地域の方々と障害のある方が一緒にスポーツを体験することでお互いの理解を深めることを目的として、今回の体験会の実施に至りました。

▶ 事業内容は？

初回はドッチビーを行いました。ディスクの持ち方や投げ方など、基本的なことから体験し、最後は試合を行いました。

2 回目、3 回目はスポンジフットサルを実施しました。どちらの種目で使用する用具も、柔らかい素材で当たっても痛くないという特徴があり、安全性に優れているので誰もが楽しめるスポーツとして実施されました。

4 回目、5 回目は、スペシャルオリンピックスの正式種目であるフロアホッケーを実施しました。用具の使い方やルールなど基本的なことから学び、2 人 1 組になったのパス練習や、グループごとにドリブルからのシュート練習などを行い、最後はコートを 2 面に分け、各面を使用して、小学校高学年による試合と、低学年と知的障害のある方によるゆっくりとしたペースでの試合の双方を行いました。

▶ 参加者は？

はちきた SC にサッカー等を通じて会員となっている子どもたちや、近隣の大学生、東京都多摩障害者スポーツセンターの利用団体所属の知的発達障害の方々など、約 80 名もの多くの方に参加していただきました (1 回目 9 名、2 回目 17 名、3 回目 20 名、4 回目 6 名、5 回目 28 名)。

障害のある方への周知については、市内の福祉施設や障害者スポーツセンターの利用者などに呼びかけ、参加を促しました。

▶実施体制は？

はちきた SC のスタッフ（2 名）と、東京都障害者スポーツ協会が連携して指導を行いました。また、協会と連携している国士舘大学体育学部の学生が、全 5 回を通じボランティア（延べ 23 名）として運営に協力くださいました。

▶今後の活動に向けて

はちきた SC の体験会は、障害の有無に関わらず、主に八王子市北西部在住の住民を対象としていますが、障害のある方の参加が少ないため、今後、後援の八王子市教育委員会と協議し、特別支援学校や市内の福祉施設などで積極的に周知活動を行うなどにより、参加者の拡大を図っていく予定です。



ドリブルからシュート練習



パス練習



試合風景（低学年）



試合風景（高学年）

声



NPO 法人はちきた SC 事務局 峰島 幸哉さんの声

ユニバーサルスポーツ体験会はとても好評でした。

総合型地域スポーツクラブとして八王子北西部を中心に様々なスポーツプログラムを展開している「はちきた SC」ですが、障害のある方と一緒にスポーツをするプログラムは初めてで、開催には不安もありました。しかし東京都障害者スポーツ協会さんのご協力もあり、最終日には障害のある方も含めて、幼児から大人まで 30 人以上の参加者が集まり、一緒になってフロアホッケーを楽しみました。

ユニバーサルスポーツの魅力は、安全面への配慮はもちろんですが、誰もが全力でプレーしても圧倒的な差が出にくいように設定されているという点もあると思います。大人も小学生相手に全力で戦えますし、小学生も障害のある方に遠慮することなくプレーできます。障害のある方も思わぬファインプレーを幾つも見せてくれました。相手に遠慮せずに共に競えるという事は、スポーツを楽しむ上でとても大切なことではないでしょうか。

スポーツはすべての国民の権利として認められました。ただ障害のある方がスポーツを楽しむ場はまだまだ少ないように感じます。はちきた SC では、ユニバーサルスポーツを毎週開催できるようなプログラムに育てるなど、今後も地域スポーツクラブとして障害者スポーツの普及に力を入れていきたいと思っています。

スポーツフェスタ 2011

| | |
|------|--|
| 主催 | NPO 法人はちぎた SC (八王子市) 八王子市青少年対策檜原地区委員会 |
| 後援 | 八王子市教育委員会 |
| 実施時期 | 平成 23 年 11 月 26 日 (土) |
| 実施場所 | 八王子市立檜原中学校 |
| 参加者数 | 約 1000 名 |

『クラブ主催の地域交流イベントで障害者スポーツの理解促進』

▶ 取り組みのきっかけは？

夏休みに開催されたユニバーサルスポーツ体験会に引き続き、障害がある人のスポーツの理解促進のため、毎年 1 回開催されているスポーツフェスタの中で、ユニバーサルスポーツ体験コーナーを設置することになりました。

▶ 事業内容は？

当日午前、中学校の校庭に「わくわくスポーツランド」と称して、スポーツ体験会や手作りの段ボール迷路、模擬店など約 20 のブースが設けられました。また、体育館ではヒップホップダンス、チアダンス、ダブルダッチなども行われました。

午後には、アスリート教室と称して野球、サッカー、バスケットボール、徒競走の教室を行い、普段子どもたちが接することの少ないアスリートによるスポーツ教室を実施しました。

ユニバーサルスポーツコーナーでは、ボッチャとグラウンドゴルフの 2 種類のブースを設置しました。ボッチャは、障害のある人もない人も一緒に楽しめるスポーツです。また、グラウンド・ゴルフは障害のある人が参加できるよう、車椅子用に作られた短いスティックを用意することで、一緒にプレーできるところが魅力です。



ボッチャ (ゲーム)



ボッチャ (ルール説明)



グラウンドゴルフ（あがり）

▶参加者は？

クラブ会員及び八王子市檜原地区在住の小・中学生を中心に多くの方々に参加しました。障害のある方への周知については、地域の福祉施設や団体などに声をかけて参加を促しました。

▶実施体制は？

NPO 法人はちきた SC と八王子市青少年対策檜原地区委員会が全体の運営を担当し、各ブースの運営は、近隣小学校の PTA や会場である八王子市立檜原中学校の生徒の皆さんが担当しました。ポッチャとグラウンドゴルフの 2 つのブース運営については、東京都障害者スポーツ協会（4 名）と、日頃から協会と連携している国士舘大学の学生（8 名）にも協力いただきました。

▶今後の活動に向けて

障害者の参加がまだまだ少ないので、今後、より多くの方に参加していただくためには、特別支援学校や福祉関連施設等、多方面の団体にもご協力をお願いして参加を呼びかけるなど、周知を徹底する必要があります。また、今回、ポッチャやグラウンド・ゴルフといったユニバーサルな種目の指導は、東京都障害者スポーツ協会にお願いしましたが、クラブとしてユニバーサルな種目を自分たち自身で継続して実施していくためには、指導者の養成も必要となります。

声



NPO 法人はちきた SC 理事長 紙本 諭さんの声

NPO 法人はちきた SC は、スポーツを通じて地域を盛り上げることを目的に活動しており、そのためには、誰もが気軽にスポーツに参加でき、住民同士の交流が図れる場を作ることが必要不可欠です。これまではなかなか障害のある方が参加できる場がなかったので、はちきた SC では今後、このような場を多く作っていきたいと思っております。また、他の多くのクラブでも障害者が参加できる場が増えるよう、はちきた SC での活動を通してどんどん情報発信をしていくつもりです。

障害者スポーツ教室

| | |
|------|-------------------------------|
| 主 催 | ココスポ東伏見（西東京市） |
| 実施時期 | 平成 23 年 8 月 21 日（日）以降毎月 1 回開催 |
| 実施場所 | 西東京市立東伏見小学校 |
| 参加者数 | 延べ 110 名 |

『地域スポーツクラブで障害者スポーツ教室実施』

▶ 取り組みのきっかけは？

ココスポ東伏見では、設立当初から、障害者スポーツをプログラムのひとつとして取り入れたいという熱い思いがあり、平成 23 年 5 月を皮切りに障害者スポーツ教室を実施しています。

今回、東京都障害者スポーツ協会から障害者スポーツ地域開拓推進事業の説明を受け、スポーツ種目の拡大やその指導方法について協力の申し出をいただき、クラブ理事会での障害者スポーツ体験・研修会を経て、平成 23 年 8 月から当クラブの障害者スポーツ教室において毎月指導・協力していただく運びとなりました。



体験・研修会の様子

▶ 事業内容は？

1 時間半の教室で、障害の有無にかかわらずともに楽しめるスポーツとしてペットボトルボウリング・バスケットボール・パラバレーンのほかに、新たにポッチャを取り入れました。このほか、特別な用具を使用しなくても行えるスポーツとして、体育館にある物を利用して楽しめるレクリエーションゲームを実施しました。また、障害者スポーツ教室と同時開催で、小学生を対象としたこども相撲教室も行いました。



ボッチャ



バスケットボール



相撲



パラバドミントン遊び

▶参加者は？

地域の障害児・者を対象としていますが、開始当初は参加人数も少なく内容も模索状態でした。当クラブの会長は、日頃から地域活性化に尽力しているということもあり、クラブと地域がタイアップしたイベントを数多く開催していますので、地域での呼びかけやクチコミにより参加者も次第に増えてきました。

また、こども相撲教室に参加した障害のない子供たちも一緒にパラバドミントンやボッチャに参加しました。このように、他の教室と同時開催することで、障害の有無を問わず、ともに楽しむ機会を作ることができました。

▶実施体制は？

障害者スポーツ教室は通常、会長をはじめ、クラブのメンバー、こども相撲教室の指導を行っている地域の方（以上計7名）が中心となって運営しています。今回の事業は、障害者スポーツの指導上の留意点や新たな種目紹介などについて、東京都障害者スポーツ協会の職員（1～2名）からの支援を受けて実施しました。

▶今後の活動に向けて

現在、クチコミや地域への呼びかけによって参加者は増加傾向にはありますが、さらなる参加者の拡大が課題となっています。そのため、西東京市の広報を活用したり、市内の福祉作業施設など参加を呼び掛ける対象を拡大することで、まずは教室を知っていただく機会を増やしていきたいと考えています。また、教室の内容も充実を図り、参加した方に身体を動かすことの楽しさや達成感・仲間と交流することの喜びを伝えられるように、スタッフ一丸となって取り組んでいきたいと思っています。

声



ココスポ東伏見 会長 早乙女 勇一さんの声

私たちココスポ東伏見では、クラブの設立以前から障害者を対象としたスポーツ教室を行いたいという思いがありました。しかし、私は障害者スポーツに対して全くの素人でしたので、行っていく上での不安もありました。始めた当初は参加者も少なく内容も模索状態でしたが、地域での呼びかけやクチコミにより、参加者も次第に増え、また公益社団法人東京都障害者スポーツ協会のご協力もあり、参加者からも少しずつ満足の声を得られるようになりました。

教室ではボッチャやバスケットボール等を行っていますが、最初は来ても体育館の隅っこに座ってみんなの輪の中に溶け込めないう子が、今では積極的にみんなでスポーツを楽しむようになりました。

また、我々指導する側も、回を重ねるごとに、指導する不安と一緒に楽しむ喜びへと変化してきました。「素人でもやればできる」という自信もつき始めてきました。障害者スポーツ教室を通じて、参加者だけでなく我々指導する側も「成長」というものを実感しました。

手ごたえを感じてきた今だからこそ、さらに向上心を持って障害者スポーツに取り組んでいきたいと思っています。

ボッチャ教室

| | |
|------|-----------------------------------|
| 主 催 | 南千住スポーツクラブ（荒川区） |
| 実施時期 | 平成 23 年 9 月 16 日（金） 以降毎月 2 回開催 |
| 実施場所 | 荒川区立汐入東小学校 |
| 参加者数 | 延べ 94 名 |

『障害の有無に関わらず、みんなでスポーツを一緒に楽しむための環境づくり』

▶ 取り組みのきっかけは？

南千住スポーツクラブでは、定期スポーツ教室としてバレーボールやバドミントン、太極拳など 20 種目の教室を行っています。対象は種目によって様々ですが、小学生から大人まで、多くの方が楽しめる内容となっています。

平成 22 年のクラブ設立時より、その定期スポーツ教室の中に障害者と健常者が一緒になって楽しめるスポーツを取り入れたいと考えていました。「いずれは障害のある方々が多く参加できるように、まずは地域の方々に障害者スポーツを知ってもらいたい」というクラブ側の思いから、平成 23 年 9 月より、東京都障害者スポーツ協会と提携して、ユニバーサルスポーツの代表でもあるボッチャの教室を開催することとしました。

▶ 事業内容は？

老若男女、障害の有無を問わずに一緒に親しむことのできるのが、ボッチャというスポーツです。初参加の方はルールなど基本的なことを覚えながら、毎回参加している方は主に試合を行って戦術的、技術的な方法を学びながら、ともにそれぞれの目的に応じて楽しんでいます。障害のある方の参加者のなかには、ボッチャの試合に出場している選手もあり、参加している子供たちに投げ方などをアドバイスしながら一緒に楽しむ様子も見られました。

また、会場である汐入東小学校の体育館ではボッチャのほかに、スポーツ吹矢とミニテニスの教室も開かれており、参加者は 3 つのスポーツをあわせて楽しむことができる内容となりました。



2対2でのゲーム



親子で体験



ルールの説明



1対1でのゲーム

▶参加者は？

クラブ会員及び地域住民の方たちを対象とし、近隣の小学校などにチラシを配布して参加者を募りました。年齢制限は特に設けませんでした。小学生やその保護者が主に参加し、各回10名程の参加を得ました。

また、回を重ねるごとに障害のある方や介助者の方などの参加者も増えてきました。



ゲームでの交流①



ゲームでの交流②

▶実施体制は？

毎月2回、東京都障害者スポーツ協会から2名指導に来ていただき、参加者にボッチャの楽しさや競技の特性などを伝えていただきました。クラブ会員は、今後の活動に活かすため、協会の指導する様子を注意深く見たり、実際に体験するなどしました。

▶今後の活動に向けて

ボッチャを含め障害のある方が参加できるスポーツの多くは、他のスポーツに比べるとあまり知られてはいないので、教室を通してまずは皆さんに、興味・関心を持っていただくことが重要であると考えます。

また、障害のある方々を含め、多くの方々に参加してもらえよう、スポーツクラブが毎月発行している定期スポーツ教室一覧のチラシだけでなく、ボッチャ教室独自のチラシを作成するなど周知方法を工夫し、周知先を拡大していくことが必要であると考えます。

▶その他

平成 23 年 6 月、クラブ主催のキンボール大会において、ボッチャの体験会を行いました。大会に参加した小学生から大人まで多くの方々や、会場となった汐入小学校をはじめ、隣接する汐入東小学校の教員も参加して、ボッチャの競技性への理解を深めたり、その楽しさを共有することができ、平成 23 年 9 月からの当クラブのボッチャ教室開催に結びつきました。



小学校教員による体験①



小学校教員による体験②



南千住スポーツクラブ 会長 高田 忠則さんの声

声

南千住スポーツクラブでは、「いつでも・だれでも・いつまでも・このまちで」、「スポーツや文化活動をしながら毎日楽しく健康に過ごそう」を理念に地域社会の活性化を図っています。それは、子どもから高齢者までの幅広い年代の方々はもちろんのこと、障害のある方々もスポーツ活動に楽しく参加できてこそ実現するものだと思います。そこで、「まずは地域の方々に障害者スポーツを知ってもらおう」と思い、クラブで主催しているキンボール大会にて昼休みの時間を利用し、ボッチャの体験会を行いました。キンボール大会に参加した選手の方々や、会場となった小学校の先生方など多くの方々に障害者スポーツの楽しさを味わってもらうことができました。特に先生方は気に入ったようで、普段からボッチャの話をするようになったようです。

現在、南千住スポーツクラブでは 20 種目のスポーツ教室を行っています。その中にボッチャを取り入れて、23 年 9 月より教室を開催し、東京都障害者スポーツ協会の方にお越しいただき、参加者にわかりやすく指導していただいています。

今年から協会の支援を受けて始めたボッチャの教室は、今はレクリエーション重視の内容ですが、それと並行して今後はボッチャのチームを結成し、障害当事者も踏まえた大会を開催して、競技スポーツとしての活動も行っていきたいです。障害者が本気で取り組んでいるスポーツだからこそ、我々も本気で取り組んでいきたいです。

スポーツフェスタ 2011

| | |
|------|---------------------|
| 主催 | こやのエンジョイくらぶ（葛飾区） |
| 協力 | 葛飾区教育委員会生涯スポーツ課 |
| 支援 | 財団法人東京都スポーツ文化事業団 |
| 実施時期 | 平成 23 年 10 月 2 日（日） |
| 実施場所 | 葛飾区立旧小谷野小学校 |
| 参加者数 | 約 1500 名 |

『大学生の協力により、活気あるスポーツイベント』

▶ 取り組みのきっかけは？

葛飾区の地域スポーツクラブ「こやのエンジョイくらぶ」は、平成 20 年 9 月の設立以降、秋に「スポーツフェスタ」、春に「桜フェスタ」というイベントを開催しています。今回初めて、イベントの中でユニバーサルスポーツ体験コーナーを設けることとし、東京都障害者スポーツ協会と提携して、ボッチャの体験コーナーを実施することにしました。

▶ 事業内容は？

ボッチャは、障害の有無を問わず誰もが一緒になって楽しめる、ユニバーサルスポーツの代表的な種目です。初めて体験する方が多かったので、ルールなど基本的なことを覚えながら楽しみました。

また、校庭ではソフトテニスやグラウンド・ゴルフ、体育館ではバドミントンなどを行い、参加者は 15 以上もの種目を体験することができました。校舎内では、スポーツが苦手な方でも楽しめる椅子ヨガや押し花、囲碁なども催されました。ほかにも、フラダンスやチアダンスの演技発表など、子供からお年寄りまで家族みんなで楽しめるイベントとしました。



体験コーナーの様子①



体験コーナーの様子②

▶参加者は？

区役所などの公共施設にチラシを置いたりポスターを貼って周知を行うほか、地域の小学校などでも呼びかけをしました。その成果もあり、クラブ会員及び葛飾区在住の小学生を中心に多くの方々が参加しました。

▶実施体制は？

フェスタ全体は、こやのエンジョイクラブのスポーツフェスタ実行委員を中心に運営されました。また、葛飾区教育委員会事務局生涯スポーツ課の方々が体験ブースなどで運営補助を行い、東京都スポーツ文化事業団からは、補助金の支援をいただきました。

ボッチャの体験コーナーでは、東京都障害者スポーツ協会が参加者に用具の扱い方やルールなどを教える役割を担い、こやのエンジョイクラブのスタッフ（2名）、国士舘大学の学生（9名）とボランティアスタッフ（1名）がサポートしました。



当日の参加者とスタッフ

▶今後の活動に向けて

地域で障害者のスポーツ環境を整えていくためには、今回のスポーツフェスタのように地域の住民が多く集まるイベントで、実際に障害者スポーツを体験できる場を設けることが最適な方法の一つであるといえます。

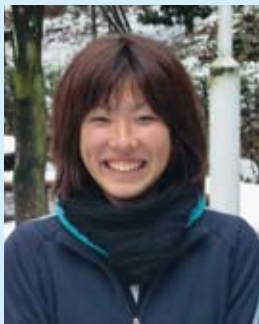
今回のイベントでは、多くの方々が参加しましたが、その多くは小学生だったので、今後は保護者や高齢者など幅広い世代の方や障害のある方が参加しやすいような環境づくりやプログラムの考案をする必要があります。



こやのエンジョイクラブ 事務局長 鈴木 奈保美さんの声

昨年度、私は葛飾区主催の障害者スポーツ指導員養成講習会を受講しました。その際に、地域で障害者スポーツを広めていくことの大切さを学び、そのためには「障害のない方々の理解が必要だ」と思いました。そこで「私たちのクラブでも何かできるのではないか」と思い、年に2回、クラブで主催しているフェスタの中で、障害者スポーツの体験コーナーを行ってみたいと思いました。

当日の流れや、種目はどのようなものが良いか等、悩む点は多かったのですが、東京都障害者スポーツ協会から多くの助言をいただき、ボッチャの体験コーナーを実施することができました。地域の



ボランティアスタッフ

国士舘大学体育学部 成田 朋未さんの声

『障害者スポーツ』とは、パラリンピックの選手のようにごく限られた人たちだけが関わるもので、障害があるためにスポーツを諦めてしまう人がほとんどだと思っていました。しかし、実際は誰もが楽しめるということを、ボランティアに参加してみて初めて知ることができました。

私はスポーツが大好きなので、普段から小学校の体育のサポートや、スポーツイベントのボランティアなどによく参加しています。ある日、大学の掲示板で『障害者スポーツボランティア募集』と書かれたチラシを目にし、障害者スポーツとは実際にどんなものかわからなかったので、とても興味が湧き応募しました。

当日はボッチャの体験補助をしましたが、私自身ボッチャをやるのは初めてでした。「ボッチャ？どんなスポーツなの？」と多少の不安がありましたが、参加者と一緒にやってみるととても面白くて、すぐに覚えることができました。実際に障害のある人たちがやっているスポーツを体験することにより、「障害があるからってスポーツを諦めることないんだ！」ということと「障害の有無や年齢・性別に関係なく、みんなで一緒に楽しむことができるんだ！」ということを改めて知ることができました。

今回ボランティアに参加したことで、このことをもっと多くの人たちに知ってもらいたいという気持ちが芽生えました。これからもボランティアに積極的に参加して、障害者スポーツを地域で広げていく手助けをしていきたい、と思っています。

小学生を中心に家族連れや高齢の方など、様々な年代の方に体験していただき、皆さんから「面白かった」や「障害のある方が普段やっているスポーツに触れることができ、とても良い体験ができた」等の声をいただくことができました。

また、東京都障害者スポーツ協会と国士舘大学の学生さんたちが協力してくれたおかげで、会場は大いに盛り上がりました。例年のフェスタでは午後になるとお客さんが減ってしまうのですが、今回は今までにないくらい活気あふれるフェスタになりました。

東京都障害者スポーツ協会の皆さん、国士舘大学の皆さんには感謝の気持ちでいっぱいです。今後も、学生の皆さんのような若い力と連携して、障害者スポーツの地域発展にも努めてまいりたいと思います。

福祉交流まつり

| | |
|------|----------------------|
| 主 催 | 社会福祉法人八丈町社会福祉協議会 |
| 実施時期 | 平成 23 年 10 月 1 日 (土) |
| 実施場所 | 八丈町立三根小学校体育館 |
| 参加者数 | 128 名 |

『ユニバーサルスポーツ、試してみたら大反響』

▶ 取り組みのきっかけは？

福祉交流まつりは、町内 2 つの福祉作業所を中心として八丈町社会福祉協議会が運営している事業で、毎年 1 回開催しています。平成 23 年のまつりでは、八丈町社会福祉協議会が東京都障害者スポーツ協会から地域開拓推進事業の説明を受けたことがきっかけで、みんなが楽しめるユニバーサルスポーツの体験会の企画を取り入れることとしました。

▶ 事業内容は？

福祉交流まつりは、障害のある人もない人も、子どもからお年寄りまでみんな一緒にレクリエーションを楽しむ行事で、例年運動会形式で玉入れやパン食い競走、綱引きなどを実施しています。

今年はその中で、ドッチビー、風船遊び、ボッチャの 3 種類のユニバーサルスポーツを紹介する体験会を行いました。



ドッチビー



4B バルーン



ボッチャ

▶参加者は？

町内の障害者施設「ちょんこめ作業所」、「フェニックス作業所」に通う利用者とスタッフ、在宅の『身体障がい者友の会』の会員、一般の方など130名近くの方が参加しました。

▶実施体制は？

福祉交流まつり全体の運営は、八丈町社会福祉協議会の役員や職員を中心とした民生委員障害者部会が行い、婦人会がサポート要員として協力しました。

ポッチャ、風船遊び、ドッチビーの体験会は、ルール指導や参加する上での安全面に配慮が必要なことから、東京都障害者スポーツ協会の職員（1名）と東京都障害者スポーツ指導員協議会（1名）が中心となって運営しました。

▶今後の活動に向けて

福祉交流まつりでは、毎年新しい競技をプログラムに取り入れていますが、今回、このイベントでは初めて、年齢や障害の有無にかかわらず、だれもが楽しめるというユニバーサルスポーツを紹介しました。関係者のなかには、競技名を聞いたことはあるけれども、実際に体験するのは初めてという方も多くいました。今後、ユニバーサルスポーツへの理解をさらに深めるために、イベントでの体験会の実施や、指導する人材の育成及びボランティアスタッフの確保が必要だと思えます。

声



八丈町社会福祉協議会 福祉交流まつり担当 奥山 直樹さんの声

八丈島はスポーツが盛んな土地で、ゲートボールや野球・サッカー・バレーボール・卓球と子供から100歳のシニアまで沢山の人がスポーツを楽しんでいます。特徴は、障がい者・健常者・若い人・高齢者と色分けすることなく、障がいのある人もない人も、子供も大人も皆で共に楽しもうという、おおらかな雰囲気です。学校や地域の運動会でも、障がい者作業所の利用者が、学生や一般の人と一緒に走って走りまわって競技を楽しんでいます。

八丈町社会福祉協議会の“福祉交流まつり”もノーマライゼーションの考えのもとに、色々な方が一緒に楽しめる内容の競技を毎年考え、とても楽しく開催しています。作業所のスタッフさんからも、「〇〇さんがこんなに一生懸命頑張る姿を初めて見た」、「お腹を抱えて笑った」などの声をいただき、とても好評です。

今年は、東京都障害者スポーツ協会から新しい競技も教えていただいたので、レパートリーに加え、これからも皆で楽しい交流まつりを実施しようと思っています。



東京都障害者スポーツ指導員協議会 理事 近藤 清子さんの声

私は日頃ボッチャの教室や大会などで、東京都障害者スポーツ指導員として指導や大会運営などに携わっています。ユニバーサルスポーツを多くの方々に知ってもらいたいという思いで、今回、八丈島へ行ってきました。

体験コーナーでは、4B バルーン（素材がゴムではないので破裂しにくい）を使用したバレー、ドッチビー、ボッチャを紹介しました。私の担当するボッチャコーナーでは、みんなで楽しめるようボッチャ本来のコートや競技のルールにこだわらず、バドミントンコートの上から、フラフープを的に見立てて輪の中にボールを入れるという方法を取り入れました。ボッチャは、八丈島ではあまり知られていませんでしたが、実際に体験された方からは「競技名を聞いたことはあるが、実際に初めて体験してみるとすごく楽しかった」という声もいただきました。

障害の有無に関わらず、子供から高齢者まで誰でも気軽に楽しめるスポーツですので、八丈島のもっと多くの方々に知ってもらい、普段から親しんでもらえると嬉しいです。

東京都障害者スポーツ指導員協議会では、八丈島だけではなく、島しょ地区を含めた都内全域に、障害者スポーツを紹介し体験していただく機会を増やしていくためにも、今後も積極的に情報を発信していこうと思います。

ふれあいまつり

| | |
|------|--|
| 主催 | 社会福祉法人大島社会福祉協議会・同児童福祉部会 社会福祉法人藤倉学園 大島藤倉学園 社会福祉法人武蔵野会 大島恵の園、第2大島恵の園 |
| 後援 | 大島町、大島町教育委員会 |
| 実施時期 | 平成23年12月4日(日) |
| 実施場所 | 大島町開発総合センター |
| 参加者数 | 約70名 |

『ユニバーサルスポーツ導入により、イベントの幅が広がる』

▶ 取り組みのきっかけは？

ふれあいまつりは、ふれあい交流会と障害者福祉施設作品展の同時開催により、年齢・障害の有無を超え、地域にお住まいの方みんなで交流を図り、お互いの理解を深め合うことを目的としたイベントで、毎年1回開催しています。

大島社会福祉協議会は、東京都障害者スポーツ協会から地域開拓推進事業の紹介を受けた際に、みんなで楽しめる障害者スポーツの「ポッチャ」の体験会の提案を受け、今回のふれあいまつりにおいて、初めてスポーツ体験を取り入れることとしました。

▶ 事業内容は？

会場内では障害者福祉施設を利用する方の作品展展示のほか、フレーム織・かご編み・石鹸などの製作体験コーナーや飲食の模擬店が設置されました。

ポッチャの体験コーナーでは、駐車場の一角を利用して、年齢・障害の有無を超えた楽しいゲームが繰り広げられました。また、体験した方全員にポッチャの資料を配布して、ユニバーサルスポーツの普及啓発も行いました。



ポッチャを通したさまざまな交流①



ポッチャを通したさまざまな交流②



ポッチャを通したさまざまな交流③

▶参加者は？

各小中高等学校向けや新聞折込のチラシ、町の広報などを利用して周知活動を行いました。町内の児童・生徒を主な対象としていますが、どなたでも参加が可能なため、当日は、親子連れ、友達同士、障害者福祉施設を利用する方など多くの方が来場しました。ポッチャの体験コーナーにも約70名もの方が来られました。

▶実施体制は？

主催者である大島社会福祉協議会・大島藤倉学園・大島恵の園・第2大島恵の園の方を中心として、大島町の職員と民生委員・地域のボランティアの方々約80名の協力によって運営されました。その上で、ポッチャの体験コーナーでは、東京都障害者スポーツ協会の職員(2名)と東京都障害者スポーツ指導員(1名)が参加者への指導を行いました。

▶今後の活動に向けて

大島町をはじめ、島しょ地区は、一般的なスポーツしか普及していないので、レクリエーション・イベント等で実施する種目が限られています。

今回のふれあいまつりでも、初めてポッチャというスポーツを体験したという方がほとんどでした。まずは地域のイベントで、一般のスポーツだけではなく障害のある方のスポーツも知ってもらえる機会を増やしていきたいと考えています。

社会福祉法人大島社会福祉協議会

宮川 美波さんの声

大島社会福祉協議会では、児童・生徒を主な対象に、町内の障害者施設である大島藤倉学園、大島恵の園、第2大島恵の園との共催で「ふれあいまつり」を年1回実施し、今年で9年目を迎えました。障害者施設の利用者作品の展示と、フレーム織、かご編、石鯰作り、じゅず玉の工芸等施設利用者が日常活動で行っている工作や、地域の高齢者を講師として招き、木工や、手芸等の交流コーナーや、模擬店



東京都障害者スポーツ指導員協議会 理事 近藤 清子さんの声

大島は私の行きなれた島であり、中には私の知っている児童や保護者もいて、参加できることを知ったときはとても嬉しかったです。

大島町役場の駐車場ではボッチャを、室内ではフリスビーを体験してもらいました。その日は12月にもかかわらず、半袖でいられる陽気でした。出足は皆さん素通りでしたが、子供たちに声をかけたりして、徐々に参加者を集めました。レクリエーション的に「楽しむ・知ってもらう」を目的に行い、子供同士や兄弟同士、高齢者対子供たちと、まさに障害の有無に関わらず、子供から高齢者まで楽しんでもらいました。それは、私が日頃から望んでいることです。ユニバーサルスポーツを通じての様々な方々との出会いは、とてもすばらしいと思います。

大島社会福祉協議会から「来年またやりたいですね」と、ひと言いただいたときもとてもうれしかったです。また、以前からボッチャをやっていたという作業所の所長さんもいて、そういった方がボッチャを広めてくださることを願います。

を併設しています。児童を主な対象としていますが、結果として、地域のいろいろな年齢層の住民の方々に楽しんでいただいています。

会場の光景としては、同じテーブルで、子供と大人と高齢者、そして障害のある方がいっしょに同じ工作に取り組んでいます。中には、工作の講師を勤める施設の利用者の方もいます。「ふれあいまつり」への参加を通してノーマライゼーションへの第一歩となればとの思いです。

また、今年度、東京都障害者スポーツ協会のご協力を得て、初めて「ボッチャ体験コーナー」を実施しました。障害者スポーツは、大島ではあまり普及していませんが、今回たくさんの人に楽しんでいただけたと思います。今後もスポーツを通して障害のある人もない人も交流ができれば良いと思います。

小平市近隣市町村人材養成講習会

| | |
|------|---|
| 主 催 | 社会福祉法人小平市社会福祉協議会 |
| 実施時期 | 平成 23 年 7 月 24 日 (日) |
| 実施場所 | 東京都立小平特別支援学校アリーナ |
| 参加者 | <ul style="list-style-type: none"> ・小平市スポーツ推進委員 ・小平市内の福祉施設職員 ・小平市スポーツ教室登録ボランティア、近隣市からの参加者など (計 50 名) |

『近隣市町村に呼びかけ、協力体制を構築』

▶研修内容

地域で障害者スポーツ活動を行っていくためには、地域の人の支えが必要不可欠です。

小平市社会福祉協議会では、小平市を含む近隣市町村間の協力体制を構築し、各地域の社会福祉協議会や大学、地域住民に対して、障害者と障害者スポーツへの理解を促し広めていくことを目的に、小平市社会福祉協議会の職員と東京都障害者スポーツ協会の協働により、人材養成講習会を実施しました。

この講習会は、参加者が障害者スポーツを体験し楽しむことを通じて、障害者や障害者スポーツへの理解を深めると同時に、協力者の必要性を認識する機会となりました。

講習会では、障害の種類や程度に差があっても、用具やルールの工夫を行うことで様々な競技を楽しめるということを理解する時間を設けました。ポッチャでは通常の楽しみ方のほかに、ルールを変えることで障害の有無や種類程度を問わず、また、初心者レベルから競技者レベルまで一緒に楽しめる方法を学びました。

また、スペシャルオリンピックスの正式種目であるフロアホッケーでは、通常の楽しみ方のほかに、椅子に座って行うことにより、身体に障害のある方に近い状況を作って試合をするという実技も行いました。



ルールを工夫したポッチャ体験



ボッチャ体験①



ボッチャ体験②



フロアホッケー体験



椅子に座ってのフロアホッケー体験

▶地域での取組に向けて

小平市立障害者福祉センターのスポーツレクリエーション教室では、現在、多数のボランティアの方が継続的に参加してくださっており、障害のある人への支援はボランティアの方々に信頼をもってお任せしていますが、なかには、支援方法に課題を抱えるケースもあります。そのために教室では、東京都障害者スポーツ協会の協力を得ながら、ボランティアへのサポートを行ったり、ボランティアのためのフォローアップ教室等の開催も行っています。

継続的な活動の場・任された支援・課題に対するフォローアップ、この三つの要素があることで、ボランティアが自信を持って継続的に活動できるようになっていると考えられます。どのような視点で障害がある人のスポーツを支援したらよいかを学び実践し、障害がある人と共に楽しみながらスポーツに取り組むことができる。これが、ボランティアを確保できている理由だといえます。

今後、小平市やその近隣においてスポーツレクリエーションを展開するうえで、ボランティアは欠かせない存在です。障害がある人が地域でスポーツを行いたいとき、同じ地域にボランティアがいるか否かによって大きく状況は変わります。地域の中でより多くの人に支えられることで、障害がある方のスポーツ活動も安定したものになります。

ボランティアの確保と養成は、初年度から引き続く課題となっています。身近なボランティアがまだまだ少ないという現実があるため、今後は、新たにより多くの人を獲得できるように取り組むこと、さらに、経験者が、新しいボランティアを育てられるような仕組み作りが必要であると考えています。



**社会福祉法人小平市社会福祉協議会
小平市立障害者福祉センター
スポーツレクリエーション教室担当
小倉 悟さんの声**

小平市立障害者福祉センターのスポーツレクリエーション教室は、東京都多摩障害者スポーツセンターと東京都障害者スポーツ協会の協力を得て、5年間継続して行うことができました。この間、身体障害のある成人や知的障害のある成人、発達障害等の児童、特別支援学校OB、様々な方を対象に、卓球、テニス、ボッチャ、ハンドサッカーなど種目も様々に取り組んでまいりました。そして、この5年間を大きな力で支えてくださったのが、スポーツボランティアの皆さんでした。教室の参加者を尊重しながら、持っている力を引き出すように関わり、スポーツを共に楽しみ、上達や成長を共に喜び、そのようなボランティアの皆さんの力が教室を継続させてくれたのだと感じています。

ボッチャ教室終了後には、自主サークルも立ち上がりました。この自主サークルも、ボランティアの皆さんに練習を支えていただくことによって運営されています。教室も自主サークルも継続して参加されるボランティアの皆さんが多く、日頃からコミュニケーションがとれていて、いつも和やかな雰囲気であることも特徴の一つであると思います。

なぜ、これほどにボランティアの皆さんが協力を続けてくれるのかを考えてみますと、障害のある人のスポーツの取り組みに関わることと関係があるのではないかと思います。様々な工夫により、障害のある人がスポーツを行うことでパフォーマンスを発揮し、それにかかわるボランティアの皆さんも喜びを感じられる。スポーツを通して、とてもよい関係性ができています。共に楽しいと思えるからこそ、共に続けていきたいと思えるのだと思います。

私たちはこれからも、障害のある人のスポーツ参加の場、そしてボランティアの皆さんの活躍の場を提供していきたいと考えています。

第21回 すみだリハビリ大会

| | |
|------|---------------------|
| 主催 | すみだリハビリグループの会 |
| 共催 | 墨田区 |
| 実施時期 | 平成23年10月14日(金) |
| 実施場所 | 墨田区役所併設すみだリバーサイドホール |
| 参加者数 | 91名 |

『身近な地域で、スポーツの要素を取り入れ、楽しくリハビリ』

▶ 取り組みのきっかけは？

すみだリハビリグループの会は、病気や事故などのために始めた、病院や施設でのリハビリを終了された方々が、その後のリハビリ活動を通して仲間作りや身体機能の維持を目指してグループ活動を行っている団体で、区内に6つの活動場所があります。「すみだリハビリ大会」は毎年1回、メンバーが集まり、メンバー相互の交流や情報交換を行うために開かれているものです。昨年度までは墨田区保健所が企画・実施をしていましたが、今年度からは墨田区の補助金を受け、「すみだリハビリグループの会」が自主事業として取組むこととなりました。

今年度、すみだリハビリグループの会で事業を企画するにあたり、参加者の身体状況に関わらず、車いすの方でも共に楽しみながら効果のあるリハビリテーションプログラムを知り、実際に体験したいと考え、東京都障害者スポーツ協会にご協力をいただき、スポーツの要素をとり入れたプログラムを初めて実施することとなりました。

▶ 事業内容は？

午前、参加者全員で円状に着席した状態で、後出しジャンケンや座位でのリズム体操、身近な用具（タオル）を使って楽しく、無理なく残存機能を高めることができるスポーツ・レクリエーションを行いました。

午後は、各チームに分かれて手のひら健康バレーの交流試合を行いました。



参加者全員でのスポーツ・レクリエーション



タオルを利用したスポーツ・レクリエーション

▶参加者は？

「すみだりハビリグループの会」に所属する方及び区内在住でリハビリに励まれている方を対象としました。すみだりハビリグループの会からの参加が大半でしたが、区報で参加を呼び掛けたことにより、グループ外からも新規の方が参加されました。

▶実施体制は？

墨田区の補助事業として「すみだリハビリグループの会」のメンバーが中心となって、保健所等の支援を受けながら企画・立案・実施しました。新たなレクリエーションとスポーツリハビリテーションについては、東京都障害者スポーツ協会（4名）等の指導により行われました。

▶今後の活動に向けて

事業の企画については、安全で誰もが楽しめる大会にするため、プログラムの検討が必要です。また、身体障害のある方が大勢集まるため、安全確保のための十分なボランティアの確保も求められます。

また、この大会で協力を得たことがきっかけとなり、東京都障害者スポーツ協会からは、その後も各リハビリグループの活動において、卓球バレーやボッチャを取り入れたスポーツ・レクリエーションの支援を受けています。



八広リハビリグループスポーツ体験教室



堤リハビリグループスポーツ体験教室





すみだりハビリグループの会

(中央) 会長 江部 勇さん
 (左) 副会長 本間 茂さん
 (右) 副会長 八巻 一四さんの声

私達「すみだりハビリグループの会」は、発足以来 30 年近く続いている伝統ある活動団体ですが、平成 18 年の介護保険法改定がきっかけとなって、今年度より区の事業としてではなく、補助金を受けての自主グループとしての活動となりました。それに伴い、21 年続くすみだりハビリ大会も今年度から自分達で企画・立案・実施をすることになりました。プログラムを考える際“車いすの人も同じように楽しめること”、“楽しく身体を動かせること”にポイントを置いていたことから、知人に東京都障害者スポーツ協会を紹介してもらい相談した結果、特別な用具を利用しなくても座った状態で行えるスポーツレクリエーションを提案していただきました。

当日私達もタオルを使ったレクリエーションと後出しジャンケンを体験しましたが、“頭と身体を同時に使う”という普段の活動ではできないことが体験できたのでとても楽しかったです。そして、車いすの人も同じように楽しんでいる姿を見られたことも良かったと思います。

また、このリハビリ大会がきっかけとなり、東京都障害者スポーツ協会の皆さんには、現在も通常の活動にお越しいただいて、障害の程度に関係なく楽しめるスポーツレクリエーションをご指導いただいています。

今後も協会の方に力をお借りしながら、リハビリ大会だけでなくそこに至るまでの各グループの自主活動にもスポーツの要素を取り入れて、参加したみなさんが身体を動かすことを「楽しい」と感じられるようなリハビリ活動を企画していきたいと思えます。

すみだりハビリ大会 スタッフの声

私達保健所、保健センターのスタッフが日頃自主グループの支援にあたって配慮していることは、付かず離れずの見守りです。

すみだりハビリ大会は今年度で 21 回目を迎えます。日頃各グループで活動している参加者が年に 1 回集まり、日常の活動の発表や交流の場となっています。すみだりハビリグループの会の目指すところは、自主グループ活動を通して仲間の輪を広げ、閉じこもりや寝たきりを予防することです。

会のみなさん、これからも“仲間づくりを大切に”継続したリハビリ活動をしていきましょう。

ハンドサッカー体験会

| | |
|------|----------------------|
| 主催 | ハンドサッカーフェスティバル実行委員会 |
| 共催 | 社会福祉法人小平市社会福祉協議会 |
| 実施時期 | 平成 23 年 9 月 18 日 (日) |
| 実施場所 | 東京都立小平特別支援学校 |
| 参加者数 | 64 名 |

『重度障害者のスポーツ活動の促進と環境整備のために』

▶ 取り組みのきっかけは？

ハンドサッカー体験会は、都内各地にある肢体不自由特別支援学校の卒業生からなる自主グループ「ハンドサッカーフェスティバル実行委員会」が、ハンドサッカーの普及と今後の活動を支える環境の構築を図ることを目的に行っている事業の一つです。

ハンドサッカーとは、様々な障害を抱える生徒でも参加できるように工夫された、肢体不自由特別支援学校で行われている代表的なスポーツです。生徒達は学校を卒業すると、スポーツをする機会が極端に減ってしまいます。そこで、ハンドサッカー体験会は、卒業後も活動を続けている人たちが集い、様々な状況の肢体不自由の人でも、ハンドサッカーを生涯スポーツとして楽しめるよう環境の構築を図ることを目的に企画実施されています。この体験会は今年で 3 回目を迎えますが、今年からは、学校や協力者・理解者のネットワークを拡げ、地域からより多くの参加を促せるよう、東京都障害者スポーツ協会と連携・協力のもと実施しました。

▶ 事業内容は？

ハンドサッカーは、7人ずつのチームで競う集団スポーツであり、そこにはチームで協力し合ったり助け合ったりという集団スポーツ特有の楽しさがある競技です。

体験会では始めに、参加者の自己紹介と各特別支援学校の活動報告を行い、参加者同士の交流を深めました。その後、グループに分かれてボールキャッチやボールタッチ、シュートなどの練習を行い、午後は交流試合を行いました。



シュート練習



ルール説明



全体への説明

▶参加者は？

東京都内の肢体不自由特別支援学校の卒業生が主ですが、都内在住の肢体不自由のある方とその介助者も参加対象とし、都内の肢体不自由特別支援学校の在校生などに呼びかけ、参加者を募りました。今回の体験会では、東京都障害者スポーツ協会の協力により、前回よりも多くの方や関係機関の協力を得ることができました。

▶実施体制は？

肢体不自由特別支援学校卒業生が主となって構成されているハンドサッカーフェスティバル実行委員会と小平市社会福祉協議会が協働して実施しました。また、特別支援学校の教員（8名）が審判等のサポートスタッフとして協力したほか、日頃から小平市社会福祉協議会の事業に協力している小平市及び近隣地域在住の方々（10名）がボランティアスタッフとして加わりました。

▶今後の活動に向けて

都内各地の肢体不自由特別支援学校を卒業された方々が集まるので、アクセスに優れ、地理的にも規模的にも適した施設の確保が課題となります。

また、教員の方々や地域住民の方々など、このイベントをサポートしてくれる支援者やボランティア・協力者の確保も継続して行っていくことが今後の課題です。

▶その他

ハンドサッカーフェスティバル実行委員会では、23年10月1日に東京都障害者総合スポーツセンターにおいて「第4回ハンドサッカーフェスティバル2011」を開催しました。参加対象は肢体不自由特別支援学校の卒業生の方々ですが、体験会の成果もあり、昨年度に増して多くのOB・OGチームが参加し、白熱した試合が繰り広げられました。また、大会の運営についても、東京都障害者スポーツ協会からの協力を得ることができ、今後益々連携を深めながら、肢体不自由のある方々の生涯スポーツ環境の構築を進めていきたいと思っております。



ハンドサッカーフェスティバルの様子①



ハンドサッカーフェスティバルの様子②



ハンドサッカーフェスティバル実行委員会 島 幸恵さんの声

ハンドサッカーを始めて11年。私は現在、卒業生チームの光明スワローズに所属しています。ハンドサッカーは、様々な障害のある選手達、例えば、自由に動けなくてもボールを投げることができなくても、パスを繋げてシュートチャンスを作る「フィールドプレイヤー」、一人一人のシュート方法で得点を狙う「スペシャルシューター」や「ポイントゲッター」、メインゴールを守る「ゴールキーパー」の全員でボールに触れ、それぞれの課題に挑戦して喜びや悔しさを味わい、またその思いを皆で共有し合うことで、秘めた可能性が見えてくるスポーツだと私は思います。

卒業後、また皆とハンドサッカーがやりたいという思いから、各校の卒業生が集い「ハンドサッカーフェスティバル」を立ち上げました。それぞれの力を発揮し交流を深め「また一緒にやりましょう！」と言い合える仲間や環境を増やし、ハンドサッカーのネットワークをますます広げていきたいと思っています。



東京都立光明特別支援学校 主任教諭 山田 晴信さんの声

ハンドサッカーの魅力として、『多様な障害実態の子どもたちに合わせて、活躍の場を広げ、個々の能力を引き出し、心身を健全に育成する。』という理念が確立していることが大きいと感じています。特に、障害の程度により、既存の競技では、なかなかスポーツ活動の楽しさを理解できなかった方々にとっても、自分自身の力でシュートを成功させたりできる達成感や、満足感を味わえるところが、とても大きいと感じています。一般に重度と言われる障害のある方々も含めて、集団スポーツとしての醍醐味を堪能できるところが、魅力のひとつだと思っています。

また、在学中にハンドサッカーに親しみ、その競技性や集団スポーツのもつ魅力に魅せられた卒業生が、母校を基盤にチームを立ち上げ、生涯スポーツとして取り組むケースも増えてきています。単にスポーツ活動を楽しむというだけでなく、仲間との交流を深めたりすることで生活圏を拡大し、交友関係を広げることも含めて、余暇活動が充実し、生活の質の向上に繋がっているのだと思います。

今後は、先に述べた理念や意義を大切にしながら、より多くの人たちがハンドサッカーで繋がっていき、全国に仲間が増えていくことが目標です。

ボッチャ講習会

| | |
|------|----------------------|
| 主催 | 東京都肢体不自由特別支援学校PTA連合会 |
| 後援 | 東京都肢体不自由特別支援学校体育連盟 |
| 実施時期 | 平成23年10月9日(日) |
| 実施場所 | 世田谷区大蔵第二運動場 体育館 |
| 参加者数 | 110名 |

『PTAが中心となり実施、家族みんなで楽しめる内容に』

▶ 取り組みのきっかけは？

東京都肢体不自由特別支援学校PTA連合会（以下「都肢P連」という）の会長は、以前から障害の程度に関わらず、誰でも安全に楽しく取り組める種目の講習会を考えていました。そこで東京都障害者スポーツ協会と実施内容の企画をしたところ、どんな子も主役になれる、みんなでできる「ボッチャ」が候補にあがりました。このことを会長が都肢P連の会長会で提案しところ、ほとんどの方がボッチャを知らなかったのですが、皆さん興味を持ってくださり、都肢P連全体での開催が決まりました。当日の指導も東京都障害者スポーツ協会にご支援いただくこととなりました。

▶ 事業内容は？

参加者による自己紹介からはじまり、全員でボッチャの用具を使用したアイスブレイクを行いました。その後、一人ひとりの障害の種別・程度は様々ですが、ボッチャの経験の有無によるグループ分けをしてから各グループの参加者に合った指導を行いました。重度障害の方はボッチャを行う際、補助具である勾配具（ランプ）を使用することがありますが、勾配具がなくてもコーンバーやマットを利用して楽しむことができました。



ボッチャを利用したアイスブレイク



全体へのルール説明



体育館の備品をランプ代わりに利用

また、ポッチャの他にもいろいろなスポーツを知ってもらおうと、ふうせんバレーボールの代わりに4Bバルーンを使ったバレーボールや、卓球バレーの体験も行われました。4Bバルーンとは4面体球形の風船の総称で、フィルム製なのでラテックスアレルギーのある方でも使うことができます。また、割れても音が鳴らないので安心して遊ぶことができます。バレーボールも卓球バレーも、親子みんなで楽しむことができました。

運営面では、参加者の体力を考慮して、午前中だけの参加も可能としたり、休憩時間を長めに設けるなどの工夫をしました。



卓球バレー



4Bバルーン

▶参加者は？

東京都内の肢体不自由特別支援学校の在校生を中心として、その保護者の方やご兄弟が参加しました。ポッチャという障害者スポーツを通して障害のあるお子様も、そのご家族も年齢や障害の有無に関係なく、全員で一緒に楽しむことができました。

▶実施体制は？

会長と副会長を中心として都肢P連スタッフ3名が会場の確保・在校生への周知・当日の司会進行を行いました。東京都障害者スポーツ協会（4名）は企画へのアドバイスや当日のボッチャの指導を行い、ボランティア（3名）にもご協力いただきながら運営しました。

▶今後の活動に向けて

今回の講習会を発展させて、都肢P連主催でボッチャ大会を開催したり、卒業後も子どもたちが楽しんでスポーツ活動を継続できる場を作るため、自主グループの設立も考えています。

声



東京都肢体不自由特別支援学校PTA連合会

(右)会長 石田 みきさん

(東京都立永福学園肢体不自由教育部門PTA会長)

(左)副会長 坂 ますみさん の声

(東京都立光明特別支援学校PTA会長)

当日講習会を行ってみて印象に残ったことは、多少工夫しながらも競技のルールに基づいてメジャーで正確な距離を計測したり、勝敗をちゃんと決めてくれたりと、東京都障害者スポーツ協会の方々から“一般の子と同じように一人前に接してくれた”ことです。普段こういった行事をする際は障害があるからといって引き分けで終わるなど淡白に行われることが多いので、今回のように一選手として勝負をさせてもらえたのがとても嬉しかったです。また、風船バレーや卓球バレーのコーナーもあったことから参加者だけでなく私達保護者や参加者の兄弟もみんなと一緒に楽しめたことが何よりも良かったと思います。終了後、保護者の方々からの反響が大きく「子どもと一緒に夢中になって楽しめた1日だった」との声をいただきました。

私達自身も障害を持つ子どもの親の一人ですが、肢体不自由児のスポーツ活動に対して、はじめから親が諦めて制限をかけてしまっている場合が多く、スポーツが好きなのに取り組む機会（場）が少ないように感じます。しかし、障害の程度はさまざまなので、その子にとって競技としてなのか・生きがいとしてなのか、スポーツの捉え方は異なりますが、すべての子どもに共通して言えるのは「スポーツは楽しむのが一番！」ということです。これからもこのような機会を増やしていきたいと考えています。また、肢体不自由児がスポーツを行う機会というのは、同じように保護者にとってもスポーツに触れる機会でもあります。

このことから今回の講習会は、参加した子ども達だけでなく保護者や兄弟も同じ場所で同じようにスポーツを通して“障害の有無や年齢・性別を超えて一緒に楽しむことができた”ので、とても有意義だったと思います。今後も子ども達には、協会の方に様々なスポーツを教えてもらい色々なことにどんどん挑戦して、卒業しても夢中になれる好きなこと・目標にできる何かを見つけて欲しいと願っています。