

# よくある質問とご回答

## ○運動プログラムについて

	質問	回答
1	運動プログラムはどのようなことをやるのですか。	担当する指導団体や福祉施設の利用者様の状況によって提供する運動プログラムが異なります。 これまでの取組を障害種別毎にまとめた事例集をホームページで公開しております。
2	講師派遣に費用はかかりますか。 また、体育館の施設利用料は福祉施設側が負担しなければいけませんか。	講師派遣の費用はかかりません。 また、事業で利用する場合の体育館の施設利用料についても福祉施設様でご負担いただくことはございません。 ただし、体育施設までの移動に係る費用および移動手段の手配については、福祉施設様にてご対応をお願いしております。
3	運動プログラムの実施日や時間は調整できますか。	運動実施日、時間帯は福祉施設のご都合に合わせて調整可能です。
4	運動プログラムを土日に実施することはできますか。	運動プログラムは原則として平日での開催となります。 ただし、実施するメニューやプログラムの目的によっては、全8回のうち1～2回程度は土日で対応可能なケースもあります。 詳細は実施決定後に応相談となります。

## ○運動プログラムについて

	質問	回答
5	福祉施設内での運動スペースはどれくらい必要ですか。	参加人数や実施メニューによって必要なスペースは異なりますが、例えば、参加者が20名程度の場合には、概ね300㎡程度のスペースがあれば実施可能です。 一方で、100㎡(10m×10m)程度の場合には、実施内容によってはやや手狭となる可能性があります。
6	福祉施設内では運動スペースが確保できない場合、申込みできませんか。	福祉施設内で運動できるスペースがない場合でも、近隣の公共施設(公民館やコミュニティセンター等)を活用することで運動プログラムの実施が可能となったケースもあります。 ただし、実施条件等については選考にあたって確認が必要となるため、申込みを検討される段階で、あらかじめ事務局へご相談ください。
7	最初は福祉施設内で運動プログラムを実施するとのことですが、福祉施設内での運動は何回を想定していますか。	全8回のうち最初の6回程度を福祉施設内で実施する想定ですが、より早い段階で体育館を利用するケースもあります。 運動プログラム実施場所については、利用者様の取組状況を見ながら、職員様と相談のうえ検討していきます。
8	講師は1回あたり何名が派遣されるのでしょうか。	担当する指導団体により異なりますが、毎回2～3名程度のケースが多いです。

## ○運動プログラムについて

	質問	回答
9	運動プログラムに参加する利用者様について、最低限必要な参加人数の目安はありますか。	参加人数については、明確な人数制限は設けておりません。ただし、本事業は、できるだけ多くの利用者様に運動プログラムを提供し、その効果を施設内で広げていくことを目的としているため、事業趣旨を踏まえると、目安としては5名以上の参加を想定しています。
10	運動プログラムの途中から参加したり、体調や状況により途中で参加を見合わせることは可能ですか。	可能です。 本事業では、効果測定の観点から、できる限り同じ利用者様が継続して参加することを想定していますが、当日の体調や気分、生活リズム等は利用者様ごとに異なるため、途中からの参加や途中で退席、当日の不参加が生じても差し支えありません。無理に参加を促すことはありませんので、利用者様一人ひとりの状況に配慮しながらご参加ください。
11	日によって参加する利用者様が異なる場合がありますが、曜日固定するなどして、できるだけ同じ利用者様が参加する形としたほうがよいでしょうか。	本事業では、効果測定の観点から、できる限り同じ利用者様が継続して参加することが望ましいと考えています。 一方で、各施設の運営状況や利用者様の特性はさまざまであることから、参加の方法について一律の対応を求めるものではありません。各施設の状況を踏まえつつ、指導団体とも相談しながら、より効果的な方法を検討・実施いたします。

# ○運動プログラムについて

	質問	回答
12	施設側で事前に準備や用意しておくものはありますか。	<p>運動プログラムで使用する用具については、指導団体が持ち込むものに加え、日常の支援に取り入れやすくすることを目的として、施設で保有している用具や、身の回りの物(段ボールやペットボトル等)を活用するケースがあります。</p> <p>また、外部の体育施設等で運動プログラムを実施する場合には、内履きのご用意をお願いしています。</p> <p>なお、運動プログラムの内容等により、事前にご準備をお願いするものがある場合には、あらかじめ指導団体や事務局からご連絡します。</p>
13	利用者様の障害の程度に幅があり、運動への参加の仕方や取り組める内容に個人差があります。障害の程度に応じて、運動プログラムを分けて実施することはありますか。	<p>参加される利用者様の身体機能や認知機能に大きな差がある場合には、運動プログラムを分けて実施した事例があります。</p> <p>そのような場合には、初回の運動プログラムの際に、指導団体によるアセスメントを行い、利用者様の状況を踏まえたグループ分けを行いました。</p> <p>具体的な方法としては、1回の運動プログラムの中で時間を区切って2グループに分けて実施する方法や、グループごとに実施回を分けて交互にプログラムを行う方法などがあります。</p> <p>運動プログラムの進め方については、施設選定後に担当の指導団体とも相談しながら、施設の実情や利用者様の状況に合った方法を検討していきます。</p>

# ○運動プログラムについて

	質問	回答
14	当施設には重症心身障害者の方がいますが、運動プログラムへの参加は可能でしょうか。	これまでも、重症心身障害者の方を対象に運動プログラムを実施した実績があります。体位変換が少ない利用者様に対しても、体をゆっくりほぐす運動や、用具を活用したストレッチなど、安全面に配慮したプログラムを実施してきました。実施内容については、利用者様の状況や施設の実情を踏まえ、指導団体とも相談しながら、無理のない形で検討していきます。
15	スタッフの確保が難しい状況です。参加者数に対して、必要なスタッフ人数の目安はありますか。	利用者様の状態や参加人数、実施内容、施設の運営体制等によって適切なスタッフ配置は異なるため、本事業として一律の人数基準は設けていません。実施にあたっては、利用者様の安全確保を最優先とするとともに、職員の皆様が運動プログラムに関わりながら学び、今後の実践につなげていける体制でのご協力をお願いしております。指導団体とも相談しながら、本事業の中で無理のない実施体制と一緒に検討していくことを想定しています。
16	運動時間以外で事前・事後の打合せが合計30分程度とのことですが、送迎の都合等により対応可能な職員に限られる場合があります。打合せについては、対応可能な職員が1名いれば実施は可能でしょうか。	事前・事後の打合せについては、その時に対応可能な職員様のみでの実施で問題ございません。なお、本事業では、ミーティングで得た気づきや内容を施設内で共有し、今後の実践につなげていくことを目的としていますので、実施後の情報共有等にご協力をお願いいたします。

## ○運動プログラムについて

	質問	回答
17	施設の人員体制等の理由で毎回同じスタッフで対応することが難しい場合があります。引継ぎを行っていただければ、異なるスタッフの対応でも問題ないでしょうか。	適切に引継ぎを行っていただければ、異なる職員様が対応する形でも問題ございません。 ただし、引継ぎが十分に行われない場合、毎回同じ内容を繰り返して説明・指導する必要が生じやすく、職員の皆様の運動指導に関する理解や実践のステップアップにつながりにくくなる可能性がありますので、その点をご理解のうえ、ご対応をお願いいたします。
18	本事業終了後も、指導団体に継続して運動指導を依頼したい場合、講師派遣は有料になるのでしょうか。	本事業として実施する全8回の運動プログラム終了後に、各施設の判断により、引き続き指導団体による講師派遣を希望される場合には、必要な経費を福祉施設様においてご負担いただくこととなります。 なお、本事業では、講師派遣に依存することなく、施設職員の皆様が主体となって継続的に運動を実施できるよう、運動指導の考え方やノウハウを共有することも併せて目的として実施しています。

## ○外部の体育施設について

	質問	回答
19	使用する体育施設は都内の施設になりますか。	東京都が実施する事業であるため、都内の体育施設などの公共施設の運動スペースを使用します。 具体的には、区市町村立のスポーツ施設や、公民館などの公共施設内にある運動スペースを想定しています。
20	利用する体育施設の候補は、事前に福祉施設側で探しておく必要がありますか。	必須ではありませんが、体育施設までの移動手段等を踏まえ、可能な範囲で候補となる体育施設を事前にご確認いただくと、調整が円滑になります。実施施設の決定後は、事務局においても候補施設の確認や調整を行います。
21	利用する体育施設は、どの程度の距離を想定すればよいでしょうか。 また、移動を含めた全体の所要時間の目安があれば教えてください。	地域の体育施設の設置状況や利用者様の移動負担を踏まえ、無理のない距離の施設を福祉施設の皆様と相談しながら設定します。体育施設で実施する場合でも、運動時間自体は概ね1時間程度を想定しており、移動時間を含めた全体の進行については、送迎等の状況に応じて開始時刻を調整するなど柔軟に対応可能です。

## ○外部の体育施設について

	質問	回答
22	外部の体育施設で運動プログラムを実施する場合、体育施設の予約は福祉施設側で行う必要がありますか。	体育施設によって予約方法や手続きは異なりますが、利用者登録が必要となる場合もあることから、福祉施設の皆様に予約をお願いするケースが多くなっています。また、障害者福祉施設としての利用により、減免制度等が適用される場合もあるため、そうした点も含めて、施設側で手続きを行っていただくことが円滑な実施につながるケースがあります。 なお、本事業では、事業終了後も無理のない形で地域のスポーツ施設を活用できるよう、施設職員の皆様が予約や利用に慣れていくことも一つの狙いとしており、予約方法等については事務局からのご案内・助言を行います。
23	施設外の運動場所として、近隣の公園も可能とのことですが、その公園が運動プログラムで使用できるかは、公園管理者(区市町村の担当窓口)に確認しておくことが必要でしょうか。	運動プログラムの実施場所は、実施施設決定後に指導団体とも相談のうえで決定します。事前に管理者等に確認いただく必要はございません。

## ○外部の体育施設について

	質問	回答
24	当施設には重症心身障害者の方がおり、外部の体育施設への移動は負担が大きいと想定されますが、対応は可能でしょうか。	これまでも、重症心身障害者の方が在籍する福祉施設において、外部の体育施設を活用しています。広い空間での運動により、利用者様がよりのびのびと身体を動かす様子が見られ、継続的な外部施設利用につながったケースもありました。本事業では、利用者様や施設の状況を十分に踏まえたうえで移動方法等を調整しつつ、事業計画上、原則として1～2回程度は外部体育施設での運動実施を想定しています。実施にあたっては、施設の皆様と相談しながら、無理のない形で進めていきます。
25	複合施設等で、福祉施設と同じ建物内に体育館がある場合でも、外部の体育施設を利用する必要がありますか。	本事業では、地域との接点をつくることを目的の一つとしているため、原則として外部体育施設の利用を想定しています。具体的な実施場所については、対象施設決定後に個別に調整を行います。

## ○申込みについて

	質問	回答
26	他の事業所や法人と合同で申し込むことは可能でしょうか。	<p>本事業は、<b>原則として単一の福祉施設を対象</b>に実施することを想定しています。ただし、同一法人内で日常的に連携・一体的な運営が行われている複数事業所については、合同での応募を認める場合があります。</p> <p>複数事業所での実施の場合、日程調整や参加者の継続性の確保が難しくなり、事業効果や運動習慣の定着につながりにくくなる場合があることから、事業実施体制を事前に確認するため、申込時には「施設名」欄に対象となる全事業所名を記載してください。</p> <p>なお、本事業は、福祉施設単位での運動習慣の定着を目的としているため、別法人・別事業所との合同での申込みは想定しておりません。</p> <p>別法人の場合、運営方針や支援の考え方、職員体制等が異なることが多く、参加者や職員の継続的な関与が難しくなることで、計画的な運動指導や事業効果の蓄積につながりにくくなる場合があります。このため、本事業では、同一法人内で一体的な運営が行われている施設を対象として実施することを基本としています。</p>

## ○申込み・選考について

	質問	回答
27	実施要項のスケジュールに選考ヒアリングの記載がありますが、応募した全ての福祉施設が対象となるのでしょうか。	ヒアリングは応募いただいた全ての福祉施設が対象となるものではありません。 申込書の記載内容に基づき、まず候補となる施設を選定した上で、採択候補施設に対してのみ、5月13日から29日にかけてヒアリングを実施する予定です。
28	申し込み結果が落選の場合もご連絡いただけますか。	落選の場合も事務局からメールでご連絡します。
29	これまで何度も申込みをしていますが、参加できません。選考基準はあるのでしょうか。	ご希望に添えず、誠に申し訳ございません。 本事業は、毎年度、多くの福祉施設様からご応募をいただいております。募集施設数を上回る申込みがあった場合には選考を行っています。 選考にあたっては、実施要項に記載しているとおり、申込書の記載内容に加え、福祉施設が所在する地域における障害者のスポーツ環境等を踏まえ、総合的に判断したうえで対象施設を決定しています。 何卒ご理解くださいますようお願いいたします。

## ○その他

	質問	回答
30	落選した場合、採択された福祉施設の活動を見学することは可能でしょうか。	本事業では、円滑な運営や個人情報保護の観点から、原則として事業関係者以外の方の見学はお断りしています。あらかじめご了承ください。
31	ボランティアの協力も想定されているとのことですが、事業終了後も継続して来ていただけるのでしょうか。また、その場合、有償ボランティアとして事業所から謝礼等の支払いは発生しますか。	本事業では、運動プログラムを通じて地域のボランティア等と関係性を築くことも一つの目的としています。実際に、事業終了後もボランティアとの協力関係が継続している福祉施設の例もあります。事業終了後の活動に係る謝礼等については、ボランティアの方との関係性や活動内容によりますが、一般的には事業所側でのご対応が必要になるものとお考えください。
32	運動プログラム中に、保護者の見学は可能でしょうか。	可能です。なお、見学にあたっては、当日の運営や利用者様の状況にご配慮をお願いいたします。
33	個人情報の取扱いについて、事業としての規定があれば教えてください。	本事業における個人情報の取扱いについては、実施要項の5ページに記載していますので、そちらをご確認ください。