

障がい者スポーツの発展へ向けて

- 地域スポーツクラブへの障がい者スポーツ導入 -

抜屋 洋子*

皆さん、こんにちは。私は隣の宮崎県の、宮崎市の北のほうにあります佐土原町というところで総合型地域スポーツクラブをつくっております抜屋と申します。よろしくお願いいたします。

皆さんも聞いてばかりでお疲れではないかと思えますので、少し運動をしたらどうかと思えます。手を上のほうに上げていただいて、背伸びをして、右のほうに倒して、次、左のほうに倒していただいて、また元に戻して、精いっぱい伸びてください。よろしいでしょうか。

では、始めさせていただきます。地域スポーツクラブへの障がい者スポーツ導入ということで、話をさせていただきます。まず、佐土原町についてですが、宮崎市の北部に位置しておりまして、宮崎市内までは車で30分、空港にも30分で行けるといっても便利なところにあります。人口が3万3,000人ですが、宮崎市に18年に合併いたしまして少し不便な思いもしております。施設が佐土原会館とかいろいろありますけれども、うちのクラブはクラブハウスとかを持っていませんので、ここに挙げている施設を利用しながらクラブのほうは運営しております。うちのクラブの設立は、先ほど北村先生のほうから紹介していただいたのですが、19年に設立をしまして、今年10年になりましたのでイベントを企画して12月24日に実施しました。午前中に鹿児島出身の城彰二さんにサッカー教室の指導をしていただいて、午後からは式典と運動会ということで、250名ほどの参加で初めて運動会をしたのですがとても盛り上がりました。普段は大人向けの教室が14、子供向けの教室が8、合計22の教室を運営しています。4月からは高齢者向けの教室も設置して、折り紙、絵手紙、歌あそびなどをやっております。高齢者の方は認知症予防とか1人暮らしの方は引きこもりになりがちですが、そういう方に参加していただいていて、皆さんの居場所づくりみたいな場所として大変喜ばれております。

今回のテーマになります地域スポーツクラブにおける障がい者スポーツの導入ということで、平成26年度に日本レクリエーション協会から健常者と障がい者のスポーツレクリエーション活動連携推進事業という委託事業を受託しまして、参加していただける団体をまずは探しました。平成24年、25年に文部科学省の事業を受けたときに携わった二つの団体、「NPO 法人チームさどわら」と「那珂の郷」という障がい者施設が佐土原にありますけれども、そちらにお話をして今回も協力をしていただきました。「チームさどわら」の方たちは知的障害の方ですが、すごくレベルが高くてこちらからお話しても会話ができるということで、こちらとしてはすごくやりやすいチームの方です。「那珂の郷」の方はレベルが重度ですけれども周りの雰囲気はどうにか壊さずに一緒に楽しんでいただけるような二つの団体が参加してくれました。

障がい者の接し方ということで、ボランティアスタッフの方たちがすごく不安に思っちゃったので、どういった対応をしたらいいのかということ研修で皆さんに共通理解を持ってもらったほうがいいのかなと考えて、宮崎県障がい者スポーツ指導者協議会の会長さんを講師に迎えて実践的な話を伺いました。そのときに障がい者の種別はいろいろあって接し方もそれぞれ違うということを知ったわけですけれども、それまでボランティアスタッフさんたちも教室をやりながらいろいろ考えていたことを質問したりとかができましたので、皆さんの心の中のストレス解消になるいい機会の研修になりました。そこで伺ったことで、失敗しても批判せず、成功したら一緒に褒めたりとか、子どもは子どもなりに大人は大人なりに接していくとか、まずは笑顔で話しかけるといいとか、一人一人の行動をよく見てその人に合った対応をしていくとかということで、こちらあまり構えることなく普通に接していけばいいのではないかとことを学びました。

教室を全部で6回計画しましたが、それぞれ毎回ニュー

*NPO 法人佐土原スポーツクラブ

スポーツや軽スポーツを準備して、参加者を3班に分けて、それぞれスタッフがついて分かりやすく内容を指導しながら、安全にスポーツを楽しめる環境をつくっていききました。回を重ねるごとに気軽に体を動かして、心地良い汗をかくということで、仲間やスタッフと触れ合うことで信頼関係が築けて回を追うごとに親しくなっていくことを実感しました。やった内容の種目は掲げてあるとおりです。

ここで少し教室の中を紹介します。バドミントンはすごく人気があって、最初は障がい者の方には難しいかなと思いましたが、実践してみるとすごく上手に打てました。障がい者の方同士だとラリーが続かないので、そこにスタッフが入って1対1でやると続いたりするので、そこで参加された方が満足感を感じてもらえたと思います。こちらがこの競技は無理なんじゃないかと決めつけるのではなくて、まずは体験していただいたりするのも大事だなということを学びました。現在はミニテニスも取り入れています。ミニテニスはラケットがコンパクトなので、バドミントンは苦手な方もミニテニスのほうは喜ばれたりということもあります。

次にストライクボーリングです。ボーリングよりもコンパクトで使いやすい障がい者の方も無理なく十分楽しめるスポーツです。点数をつけて競技型にしたところ大変盛り上がりました。全部が全部スタッフがするのではなくて、障がい者の方にもピンを立てたりボールを運んだりというふうに、お手伝いしていただけたところは協力してやっていただくというスタイルで進めました。

たまには外でスポーツをしたいなということで、グラウンドゴルフを広場でしました。天気も良くて、初めての方もたくさんいらっしゃいましたが、スティックの使い方を説明すると、なかなか上手に遊ぶことができ、周りで見っていた高校生も、「参加したいんですけど」と言って参加してくれましたので、大人数になって盛り上がる教室になりました。

次はニュースポーツを多くの方に体験していただくということで、体育館を借りて9種目を準備してスポーツバイク方式で楽しんでいただくというやり方でイベントを計画したところ、宮崎市内より4施設、約70名の方が参加してくださいました。誰にでも簡単にできるニュースポーツでしたので、グループをつくって次々に次の種目に渡り歩いて体験していただくとい

うことにしました。休憩をするときに、うちのクラブのフラダンス教室の方がフラダンスを披露されて、そういうときには障がい者の方も一緒に身ぶり手ぶりで歌を歌ったり踊りを踊ったりして、大変そちらのほうでも盛り上がるイベントとなりました。

障がい者の団体の方が、「わくわくネットワーク」というネットワークをつくっていらっしゃるって、そこで今回のような教室を紹介していただきまして、広報活動にも協力していただきました。障がい者の方は、学校とかに行かれている間はスポーツをする機会もかなりありますが、社会に出るとなかなか運動される機会がないみたいで肥満傾向にあるということ、そのときに施設長の方に伺いました。私たちには、障がい者の方ができる運動ができる場をつくって提供することしかできませんので、そこで健康増進だったり地域の方と交わってまた社会参加をしていただくというお手伝いをさせていただけることが私たちの使命感かなと考えております。

スポーツをするのにはお金がかかりますので、受益者負担というのがスポーツクラブでは普通ですけども、障がい者の方が参加するのに参加費をいただいているのかがいつも気がかりで、もらいにくいイメージがあるなと考えていました。そういう話を、参加して下さっている施設長さんにお話をしたところ、「今どき無料でできる場所はないので大丈夫ですよ」というふうに理解していただきましたので、それをきっかけに障がい者の料金設定を思い切って決めて理事会で決定しました。現在の障がい者の参加者は22名ほどで楽しんでいただいています。

その後の広がりということですけども、現在も毎月第二土曜日にふれあいスポーツ教室ということで知的障がい者の方を対象としてニュースポーツ体験みたいな教室をしています。毎回15名から20名の参加をいただいております。今、参加していただいているのは一つの施設ですけども、その方たちはすごく運動能力が高くて、この人はこっちができる、この人はこっちができるとかいろいろな個性があるんですけども、障がい者の大会もいろいろありますので、参加できる種目があるのではないかというのを話していただき、何かできる種目が見つければそれをこの教室で練習して大会の出場を目指して練習するのもいいですねと余談で話したりして盛り上がりました。今後はそういう方向で考えていきたいと思っています。

障がい者のスポーツ施設充実に向けてということですが、この教室を続けてきてボランティアスタッフの意識がだんだん変わってきました。障がい者と関わりを持つことで、既存の意識・イメージがだいぶ変わってきたということを話しております。やはり、そうやって普段から接していくことがすごく大事なのではないかなと思いました。また、障がい者と一緒にスポーツをする楽しさを実感しております。またそれを続けていくことで信頼関係もできてきて、安心してこの教室に参加していただけるというようなことにつながっております。これを続けることで障がい者の地域社会への参加がしやすくなるのではないかと思います。

最後ですけれども、地域の方と触れ合うことで、地域におけるクラブとして障害のあるなしに関わらず、誰でも参加できるバリアフリーな環境を整え、健常者や地域社会との敷居をなくし、障がい者の方が気軽にスポーツを楽しめる環境づくりに向けて今後も貢献していきたいと考えております。どうぞご清聴ありがとうございました。

北村：ありがとうございました。では、コメントをお願いいたします。

松本：ありがとうございました。総合型地域スポーツクラブは、地域住民による、地域住民のためのスポーツクラブですね。統計的には地域に5～7%の障がい者がおられます。スポーツ基本法では、“スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むことが人々の権利であり、国民のひとり一人が生涯にわたって、あらゆる機会とあらゆる場所において、自主的かつ自律的に、その適性及び健康状態に応じて行うことができるようにする”ことが明記されています。もちろん、障がい者の方もです。これまでスポーツの推進において言葉としてはあった訳ですけど、地域現場でのスポーツ活動実践は、その個々人、集団の特性に応じて区別して行われています。ようやく総合型クラブの場で地域に住む障がい者のスポーツプログラムが行われつつある事例を拝聴し勉強させていただきました。ぜひともノウハウを共有していきたいものです。今回のご発表では、きっかけは日レク協会の委託事業であったとのことでしたが、現時点では、総合型クラブへ障がい者個人からの働きかけは稀だと思います。一方で、クラブ側も、地域のどこに障がい者がおられるのか、また

ニーズはあるのか、等が把握できないとプログラム化へのスタートが切れませんね。行政はもちろんですが、地域の福祉団体や施設などからの働きかけが必要なのが現状か、と思っています。発表にもありましたが、障がい者の団体などでは、余暇支援活動としてレクリエーションやスポーツ活動を行っておられるところも少なくありませんので、一筋縄ではいかないかもしれませんが、クラブと一緒にやって行うことで、双方が持っていなかったノウハウを得るメリットがあるかとも思います。とはいえ、クラブで受け入れる際に不安はつきものですが、クラブスタッフ事前研修を実施され、学び、障がい者と一緒にできるプログラムである軽スポーツやニュースポーツを工夫しながらプレーし、片付けなどは他の会員と同様にできることは一緒に行うというスタンスは、相互の距離近くしクラブへの一体感を高めるよい試みです。またスポーツ体験イベントでは参加者の好み・関心に応じてチョイスできるスポーツバイキングの試みも、スタッフの数は必要となりますが、種目の幅広さとそれぞれのたのしさを体験できるよい試みです。障がい者に限定しませんが、既存のスポーツの用具やルールを変えることによってプレーヤーに適應させる“アダプテッド・スポーツ”という考え方があります。また、そこに集う誰もがいっしょにたのしむことができるようなスポーツのあり方で“ユニバーサル・スポーツ”という概念もあります。障がい者と健常者という分け方のみではなく、臨機応変に参加者のハードルとなるモノやコトを変えていく工夫でしょうか。現場ではよくあることですが、ちっちゃな男の子も、普段運動から縁遠くなったお父さんやこれまで運動をしたことがないおばあちゃんも、指導者のおじさんたちとも一緒にたのしめるようなプログラムが展開できると素晴らしいですね。共通する考え方は、プレーヤーを第一に考え大切にするといったプレーヤー・ファーストです。

それから、会費など金銭的なところについてです。どうしても障がい者イコール福祉というような固定観念がありますので、その部分は気にはなったのですが、総合型クラブは経営体ですからきちんと会費を頂くことが前提だと思います。ただ一方で、会費ににあったサービスが提供できるか、また会費を徴収することに対する懸念されることが現実的にはあります。例えば、こちらには福祉領域をご担当されておられるが専門の方がいらっしやると思っていますのでご教示いただきたい

のですが、総合型クラブのプログラムなどのサービスを福祉サービスの支援給付の一環として利用できないかと考えてます。今、細かなところは把握していませんが、民間のスイミングクラブまでの送迎やプログラムなどが給付の対象として適用されているところがあるということを知ったことがあります。これからは、障がい者ご自身が、生活に必要なものとして運動やスポーツに関わっていただくことで、そのサービスを利用する、その場が、総合型クラブと障がい者の会員にメリットがあります。あと、今回の発表では、知的障がい者の方に向けたプロラウムであったとのこと、地域にはいろんな障害を持った方がいらっしゃいますし、介助度の高いかたもおられます。これからも、障がい者とともにスタッフや会員、地域のみなさんを巻き込むインクルーシブなプログラムを企画、運営していただき、みなさんの肯定感やさらなるクラブの魅力を高めていっていただきたく思います。ぜひこれからもさまざまにチャレンジしてください。ありがとうございました。

北村：ありがとうございました。

障がい者スポーツの発展へ向けて
～地域スポーツクラブへの障がい者スポーツ導入～

平成29年1月27日(金)
NPO法人佐土原スポーツクラブ
抜屋 洋子

佐土原町の概況

- 平成18年1月1日に宮崎市に合併
- 宮崎市の北部に位置し、宮崎市のベッドタウン
- 宮崎市の人口 約40万人
- 佐土原町の人口 約 3万3千人
- 5つの小学校と3つの中学校
- 小学校区毎に「地域づくり協議会」が発足
- 施設が充実
 - 佐土原体育館・佐土原西体育館・久峰総合公園
 - 佐土原西グラウンド・佐土原武道館
 - 佐土原総合文化センター
 - 広瀬地区交流センター

NPO法人佐土原スポーツクラブの紹介

- ☆設立準備委員会 平成17年4月発足
- ☆クラブ設立 平成19年2月(10年目)
- ☆法人取得 平成22年8月
- ☆クラブ会員数 430名(平成29年1月現在)
- ☆教室数 22教室(子ども向け8、大人向け14)
- ☆年間イベント数 13回程度
- ☆年間予算額 約1,000万円

就労支援施設・通所施設に呼びかけ

日本レクリエーション協会より委託され、「平成26年度健常者と障がい者のスポーツレクリエーション活動連携推進事業」を受託。
*地域スポーツクラブにおける障がい者スポーツの導入に取り組む。

- * NPO法人チームさどわら (就労就職支援B型施設)
- ... 地域の施設と連携
- * 那珂の郷 (知的障害者通所施設)

平成24・25年度文科省受託事業
「地域スポーツとトップスポーツの好循環推進プロジェクト事業」での交流が縁。

指導者・ボランティアスタッフの充実

障害者スポーツ初級指導員 6名
* スポーツボランティアスタッフ 10名
* 地域スポーツ推進委員 3名

「指導者研修会の実施」～平成26年9月～
宮崎県障害者スポーツ指導者協議会会長による指導者研修会を実施

ボランティアスタッフのみなさんの抱いていた様々な疑問・問題が解消され、以後の教室のスムーズな運営につながった。

例えば・
◆失敗しても批判せず、成功したら褒める。
◆子どもは子どもなりに、大人は大人なりに接する。
◆笑顔で対応する。
◆一人一人の行動を良く見る。

教室開催①～全6回実施内容～

実施時期・・・平成26年8月～12月
毎回ニュースポーツや軽スポーツを3種目準備し、参加者を3班に分けて実施。各班毎にスタッフが付き、分かり易く指導しながらいろいろなスポーツを楽しんだ。

- 8月2日・・・バドミントン・ターゲットバードゴルフ・ドッチビー(佐土原武道館)
- 8月23日・・・カローリング・ボールボード・シュートゲーム(宮崎市社会福祉協議会佐土原支所)
- 9月20日・・・ストライクボーリング・スカットボール・ミニバレー(佐土原武道館)
- 10月11日・・・ティスゲッター9・わなげ・バドミントン(佐土原武道館)
- 11月8日・・・グラウンドゴルフ(久峰公園芝生広場)
- 12月6日・・・ティーボール・ターゲットバードゴルフ・ストライクボーリング(佐土原武道館)

教室開催②～8月2日(土)～

「バドミントン」 佐土原武道館

手軽に出来るバドミントンも人気があった。障がい者同志ではなく、スタッフが一人一人つittedこと、ラリーが続き、スポーツをしたという充足感を感じてもらえた。

ゆっくりだが、確実に上達していく。障がい者にはこのスポーツは無理だと決めつけないことが大事。

教室開催③～9月20日(土)～

「ストライクボーリング」 佐土原武道館

ボーリングよりもコンパクトな使いやすさで障がい者の方も無理なく十分楽しめた。ストライクやスペアを取る方もたくさんいて、点数をつけ競技型にしたところ、大変盛り上がった。

障がい者の方も、競技志向が十分にある。

教室開催④～11月8日(土)～

屋外ですること、
近隣の人たちとふ
れあうことが出来た。

「グラウンドゴルフ」久峰公園芝生広場

ゴルフクラブを初めて持つ人でも、指導すると上手に出来る人が多く、人気が高く、屋外でする解放感を味わえ、スタッフも一緒に楽しめた。

公園に来ていた高校生らも参加し、大変盛り上げてくれた。



8

その後の広がり.....

現在、毎月第2土曜日に「ふれあいスポーツ教室」を継続して開催。知的障がい者の方を中心に15～20名程参加があり、良い関係を築いている。



～クラブとのコラボレーション～

- クラブのリンパケア教室生がボランティアでマッサージ！
- フラダンスや体操教室など他の教室生がボランティアスタッフで活躍！



リシバマッサージ

12

体験会開催～12月4日(木)～佐土原体育館

「宮崎市内外より4施設・約70名が参加」

9種目をスポーツバイク方式で自由に♪

地域の高齢者も参加し、多くの健常者と障がい者がスポーツを楽しむ姿が見られた。

- ☆スカットボール ☆ターゲットパードゴルフ ☆わなげ
- ☆ストライクボーリング ☆カローリング ☆バドミントン
- ☆ディスクゲッター9 ☆風船バレー ☆卓球 ☆



障がい者のスポーツ実施拡充に向けて

「ボランティアスタッフの意識の変化」

- 関わりを持つことで既存の意識・イメージが変わった。
- 障がい者と一緒にスポーツをする楽しさを実感。
- 障がい者の地域社会への参加がしやすくなる。

「地域スポーツクラブと障がい者スポーツ」

地域におけるクラブとして、障がいのあるなしに関わらず誰でも参加できるバリアフリーな環境を整え、健常者や地域社会との敷居を無くし、障がい者の方にスポーツを楽しんでもらいながら、住みやすい地域づくりに貢献していきたい。

13

ネットワークによる広がり

障がい者ネットワーク「わくわくネットワーク(宮崎市)」を紹介してもらい、加入37団体に教室を案内した。



毎回は無理だが、年に数回利用したいという施設があった。



スポーツがもたらすさまざまな効果を障がい者及び関係者に知ってもらいたい。

- ※健康維持・体力向上・社会参加・精神的効果
- ※障がい者の社会参加による健常者の意識の向上

10

「ご清聴ありがとうございました。」

障がい者スポーツの支援体制の確立

クラブの会員枠になかった「障がい者枠」を新設。



個人会員が困難な場合には「施設団体」での加入を。



WINWINの関係で継続(やっもらうorあげるではない)

平成27年度クラブ年会費改訂※2/12理事会承認

クラブ会則改訂※2/12理事会承認

分類	入会金	年会費	
		全期(4月～3月)	半期(10月～3月)
幼児	なし	1,000円	500円
小・中・高校生	なし	2,000円	1,000円
一般	なし	3,000円	2,000円
障がい者	なし	1,000円	500円

※1 障がい者枠は、この会則改訂より新設された。この枠は、障がい者の方の参加を促進し、クラブの活性化を図ることを目的とする。この枠の加入者は、入会金・年会費が軽減される。また、この枠の加入者は、クラブの活動に参加し、他の会員と交流する機会を得ることができる。この枠の加入者は、クラブの活動に参加し、他の会員と交流する機会を得ることができる。

※2 理事会承認

※3 理事会承認

※現在、22名の障がい者会員がスポーツを楽しんでいます。