

## 地域における障がい者スポーツの現状と課題：指導者の立場から

- 視覚障がい者ランナーを取り巻くランニング環境を例として -

平井達雄\*

先ほどご紹介にあずかりました平井と申します。よろしくお願いいいたします。

次は「地域における障がい者スポーツの現状と課題：指導者の立場から」というご報告になりますけれども、指導者というスタンスを持つときもありますけれども、どちらかという僕は伴走者と一緒に走るという色のほうが濃い中で、指導というポイントが必要な状況で時々出すというかたちでさせていただいています。というのも、やはり一緒にスポーツを行っているという視点のほうが気楽ですし楽しいです。初心者の方の場合は何も知らないから教えなければならないという点で指導者というスタンスが大きいところであります。後半のほうに至りましては、地域とかの定着についてどうしたらいいのかという部分を短距離の伴走、長距離の伴走、それぞれの問題点が、先ほど三雲さんがおっしゃられたとおり異なる面がございますので、そこに言及して提案をしていきたいと思っています。では、本題のほうに入らせてまいります。お手元の資料は詳細に記してありますので、そこをかいつまみながら進めていきたいと思っています。

まず、全体の話としては、視覚障がいの方のランニングを取り巻く環境ということで全国的なもの鹿兒島のものを取ってそれぞれ見ていきたいと思っています。伴走の経験がない方もいらっしゃると思いますので、伴走講習会ではありませんけれども、一緒に走るとはどういうことということを考えてみたいと思います。伴走する前に知っておくべきことを押さえることができれば先ほどありました四つの障壁もしくはそれまでに必要なサポートということが自然と見えてまいります。具体的には四つ目に視覚障がい者ランナーの伴走とは何かという点で伴走の種類やランニングのスタイルの種類という点、それから伴走の方法の共通点と違う点、それぞれにおける現状の問題点を考えていきたいと思っています。最後にその提案を五つ目と六つ目で述べていきます。では、中に入ります。

しゃべってばかりではしょうがないので、皆さんリラックスして映像でもご覧になってください。

< 動画再生 >

これは去年の県障害者スポーツ大会のときの走っている様子です。これは1,500メートルの伴走の最後のストレートです。もうちょっとランナーの方はだいぶ疲れていらっしゃる、これは伴走が引っ張っているのは本当は反則ですけど、こうならないように気を付けていただけたらなと思います。どれだけ微妙な段階でも経験者が見たら一発で分かってしまうので、これはルールを守る上で皆さん知っておいてください。無事にゴールされましたね。手に汗を握って皆さん応援してくださいました。もう1点、これが1500メートルでこれぐらいのスピードレベル、もっと速い人もいらっしゃるのですが、こういうイメージを持たれながら次の映像です。こちらが、以前テレビで放送された松下佳生選手です。ご存じの方もいらっしゃると思いますが、彼の高校時代の最後の200メートルです。映像が小さくて申し訳ないですが、ちょっとご覧ください。

< 動画再生 >

ちょっとうるさかったですね。今、200、50メートル通過、第4コーナーに差し掛かりました、これはコーナリングです。

もう一度つなぎ直します。ゴールする直前で途切れてしまって失礼しました。後半のほうからもう一度続きを見ていただきたいのですけれども、このストレートに入ってから、だいぶランナーも伴走者も共にバテのほうに入っておりますけれども、それでも走り切るだけのスピードを持っています。この日のタイムが天候が悪くて27秒台であまり優れなかったのですが、初

\*社会福祉法人汰功樹会わくわくキッズ倶楽部あけぼの園

めて見られる方からすると「おお、すげえ」という感じですが、今の僕が走ると、多分自分の足がつっちゃうのではないかなということで、彼の伴走も試合のほうは担わなかったというオチつきです。いまだに地域レベルで見ればこのような走りになります。テレビはどちらかというと競技レベルで短距離に関してはリオパラリンピックもあって見られた方が多いですけど、あれは正直言ってとんでもない世界です。100メートルでも10秒98でしたか。見て、伴走者の人はどう考えても10秒2とか10秒1、10秒前半でないと担えないレベルです。200メートルは、僕も映像で見ましたけれども、22秒98、22秒99だったので、伴走者の人は明らかに21秒、20秒後半ぐらいで、どう考えても日本選手権の決勝レベル、国際大会でいっても二次予選、準決勝レベルの人が走っています。となると一般の人ができるかといったらできるわけがないのでそこでも人材確保の問題が浮上します。

今から全国の動向のほうに話を移しますけれども、まず1980年代の頃から日本盲人マラソン協会が発足して代々木公園で練習会を開始します。追うようにして東京視覚障がい者ランニングクラブが始めてというのが80年代の動きでした。この頃は東京でさえもいつでも走れる人というのがいなくて、組織化することによって伴走者を集める場をつくったというのが大きな理由だったのではないかなと思います。これは直接大学で調査したときにお話を聞いたところです。それから90年代に入って第二次ブームでランニングが一般化し始める延長上で東京・新潟・愛知とかでだいぶクラブが発足されて、そこでも活発に行われたいたのですが、90年代というところがやっぱり視覚障がい者スポーツが広がっている時期ではなかったので細々と続けてた段階だと思います。日本は長野冬季五輪を皮切りにですけれども、アトランタからシドニーにかけて認知度がぐいぐい上がってきて、そこから2000年で発足したクラブも多く出ています。お手元の資料の一番最後の七つ目の目次の内容のほうに、全国のクラブをリスト化したのがあります。当時大学院生で時間が取れたのでちまちまやっていたら、こんなにいろいろあったのだなということを知りました。大体発足から15、16年ぐらいのところは半分ぐらいを占めていて、90年代、80年代発足になると数は減っていきますけれども、そこになってくると活動が20年、30年の超ベテランレベルになってきているところが多いかなと思います。その中で、実

を申しますと先ほど三雲さんがおっしゃっていましたが、ブラインドランナーズが2005年に発足しまして、その前身は僕がヘルシージョギングクラブという変な名前のクラブをつくってしまいましたが、そこでシステムなどをつくったうえでブラインドランナーズに移行しました。

話はさらに戻りますけれども、シドニー五輪の2000年代のときに三雲さんの伴走を始めました。最初何をやっているのだろうと思ったら、先ほどの鉄線走というのをしている、あまりに疑問だったので僕のほうから話し掛けたら、試合が来月ありますと言って、僕はそのとき全然三雲さんが何をやっているのか、日本記録保持者ということも知らなかったです。でも、走りたいからやりたいんだろうと軽い気持ちで言って電話の連絡先も教えずに始めてしまいました。あとで大学に電話がかかってきて、当時は鹿児島大学の陸上部だったんですけど、そこから始めるかたちになって、練習したら1カ月後に走ったレースが実は日本記録でした。当時、僕はそれ自体も信じられなくて、「本当に日本記録なんか？」という感じで南日本新聞に掲載されて初めて信じることができたというぐらい、要は僕がそれぐらい知らなかったということでした。それを知ることによって、ただ三雲さんが練習すれば記録が伸びていくのが面白かったし、大学で時間も取れるし自分も練習できるしいわという単純な理由で伴走していました。意味を理解し始めたのは大学の3年、4年の人生見つめなあかん頃になって意味を初めて振り返ったという、超行き当たりばったりな道を歩んでいます。さすがにフェスピック、現在のアジアパラリンピックと、IBSAの世界選手権に行ったときには、国際大会のトップクラスの走りを男女ともに見たときに、日本は脆弱だということと同時に、アジアは日本以上に脆弱な部分があるんだというのを思い知りました。というのも、インドの女の子の選手は14歳で、三雲さんが当時31秒36で予選をゴールしましたが、その女の子は40秒近くかかっていたんじゃないかなと思います。でも、そんな子が世界選手権で来てて、これはまだやれることがいっぱいあるんだなという疑問がいろいろあって、結局自分もこの視覚障がい者と伴走者の世界の研究をしたいという思いで修士課程と博士課程と勉強をさせてもらっております。まだ結果は出ておりません。

話はそれぐらいにして、それ以降どうなっていたかですが、まず僕が伴走をして一緒に走ること

を考えてみたいと思いました。伴走者がランナーと一緒に走ってどういうことかというところ、ランナーと伴走者が伴走を楽しむこと、伴走がおこがましいのならペアラン、並走でも構いません。一緒に走ることで、ロープを持って一緒に走ることを楽しみながらランナーの目標を伴走者と一緒に達成することです。だからこの時点で目標が共有されていると思います。ということでそういう経験を積んでいると、自然と伴走の方法とかランナーの集め方、伴走者の仕方、また走力を考慮したマッチング方法とかというのが自然と考えられていくようになっていくと思います。結局そこを考えないと目的に合った伴走ができないということが起こってしまいます。ただ、人数が足りない場合は先ほどにもありましたように変則的にレベルをも崩してやるケースも起こってきます。

次、伴走する前に知ってほしいことなんですけども、伴走者が知っておかないといけないのは、ランナーがどういう状況下でもものを見ているか、そういうところから伴走のサポートが必要かということなんです。晴眼ではっきり見えていけば500系のぞみがめっちゃ全部見えますけど、暗点や視野狭窄、白内障等でさまざまあれば見え方のグレードが変わってきて、障害区分やロープが必要かそうじゃないかということも変わってきます。それによって移動の問題ももろもろ出てきますので、そこはランナーの方と話し合っ解決していきます。

伴走方法について、簡単に三つまとめますと、ランナーと伴走者が一緒に楽しむものであるということと、ランナーとリズムを合わせて走る、ランナーの安全確保を常に意識してランニングする、そのときに道のでっぱり、コーナー、傾斜の角度、それから人の混み具合、どれぐらいで行くのかという判断のラインを、伴走者の表現できる範囲で、ランナーもたくさん聞きたい人もいればあまりたくさん聞きたくない方もいらっしゃるのじゃしゃべり過ぎないように、僕の場合しゃべり過ぎないように、あとはいらぬ情報を与えずに気をつけて走っています。そこは話し合っです。

次には伴走の種類です。ロードと言っても楽しむジョギングやランニングもありますけれども、これはブラインドランナーズになるちょっと前のまだみんなが若い頃です。甲突川沿いに走っています。横の方は先ほど走られたんですけど、ロードレース、1500メートル以上の超長距離、トラックでは僕の若かりし頃の200

メートルとか800メートルもあります。フィールド競技では、もろもろ投てきも跳躍もありますけど、これは立ち幅跳びで行った県スポーツ大会です。前に足が出ないように引いてからここではコーラーは置いても置かなくてもいいんですけども、ピョーンと跳ぶと記録が出るというかたちです。

ここから本題に入っていくんですけども、長距離と短距離の伴走の共通点と違いは何というところですか。まず共通点は、一緒に同じ体重移動のスピードでリズム良く走ること、両者の歩幅が近くなることです。ピタッと合わせる必要はないと僕は思っていて、ピタッと合わそうとすると身体的にも心理的にもきついで、走る結果合っしまえばいいのではないかと、最近では走り合っしています。ただ、初心者のときはなかなかそれっぽくできるわけではないので、最初は合わせていくというスタンスなのかもしれません。次に違う点は何かというところ、明らかにスピードレベルです。これは主観ですけども、短距離だと7割から全力です。例えば三雲さんが当時15秒、14秒の頃は、僕はあまり速くなくて12秒台でしたけど、大体6割、7割ぐらいで走っていました。だけど、横が男性で13秒とか12秒になってくると全力疾走に近い状態であまり質の高い伴走にはなりませんけれども、それでもリズムを合わせて走ります。長距離ではゆっくりジョギングレベルから5、6割ぐらいになってきます。もう6割、7割になってくるとどっちかというスピード選手になります。伴走者の志願数は長距離は多く、短距離は極端に少ないです。短距離になってくると、昔走っても今走れるかというところその保証もない面もあるので、今現時点で体力が充実している人をピンポイントで狙わないとなかなか見つかりにくいというのがあります。そこでやはり学生とか学生上がって間もない22、23の若い人、もしくはマスターズでがんがん競技を続けているような人というのが短距離には適している方が多いかもしれません。ただ、そこも未開拓な面もあるので、いろいろ実践面、調査面、研究面でも進めていきたいと思っしております。

次は伴走者の現状と問題点です。結局五つまとめたら問題点が二つ挙がります。一つは先ほど申しました伴走者の集まりやすさです。短距離集まりにくい、長距離集まりやすいです。そして、ランナーも伴走者も1対1問題というのがあります。これは勝手に僕が1対1と言っしていますが、長距離はブラインドラ

ンナーズが10年ちょっとあって今現在の時点でもほぼ1対1です。当時4, 5人ぐらいから始めて伴走者も4, 5人ぐらいだったのが、時々伴走者が多いときもありますけど、14, 15人来たら14, 15人ぐらいで計30人前後で行っていることがちらほらあります。前半は幽霊部員だったので詳しくは三雲さんにお聞きいただければと思います。

次に解決方法ですけれども、これを考えてみたときに、全国のいろいろなベテランの伴走者の人に聞くと、やっぱり最低3人は要るよという方が多いです。実際にJBMA、日本盲人マラソン協会の鈴木邦雄さん、伴走の神様という方がいますけれども、その方も1対3、伴走伴歩クラブの代表者の方も1対3、これは多くのところで1対3はやはり言われています。僕もこれを聞く前からやはり1対3で最低3人はいるといいなと思っていました。それは自分の負担も少なくなるからとそのほうが楽しめるからというのです。もう1点の4点目がマッチング問題です。マッチングする際にはやはりクラブという母体があったらいい、長距離はブラインドランナーズがあるからそれがやりやすい、短距離はコミュニティがあまりないので短距離選手の伴走者が引き合う場面が少ないというのも集まりにくい原因の一つかとは思われます。最後に見つける方法です。ブラインドランナーズでは、長距離は現行の体制から伴走者を増やせますが、短距離の場合は中・高・大学のクラブもしくは先生方、もしくは大学であればサークルとかでもいいので運動しているところとのネットワーク、ハブになる人と知り合うことが一番重要なと思います。そうでなければなかなか人を引っ張ってこられません。

ここで提案です。視覚障がい者ランナーとランニング環境の整備に向けた今後の課題と提案です。一つ目が、ブラインドランナーズに所属する鹿児島市内もしくは市の郊外で、また市外のメンバーの居住地域で伴走講習会を企画し実施することです。もう1点は出前した地域で学校とか小・中・高があったら授業の一環として実施するパターンも考えられれば放課後に受講者を募集して小学校・中学校の放課後教室として行ってみることで、小・中・高・大です。もしくはPTA行事として土日に実施して、その一環として入らせてもらうということも考えられるかと思えます。自分が鹿児島市の吉野の雀ヶ宮なので、やろうかと思ったらみんな集まってワートとやったあと最後に懇親会等開

けばまた交流ができるというデザインができます。地域を生かすためにあとは町内会と愛好会、特に鹿児島は愛好会の動きがすごくしっかりされているのでそこから辺でアクセスできればあとは10年、20年先の人材がもしかしたら見出せるかもしれません。そこをやってみたいところです。もう1点、今回は視覚障がい者をメインに述べましたけれども、全国障害者スポーツ大会を通じて知的、切断、車いすのかたがたとも関わっていますので、そちらも強化していけたらなというところで、先ほど丸野さんがおっしゃられていた点と共通しますけれども、県内の各特別支援学校・養護学校で学生や先生方の協力を募って、できたら定期的に練習して行けたら。そして、出前教室と実際開くのは年に2, 3回できれば地域でのリーダーも育成ができるのではないかと思います。教室以外でも普通の練習をどのようにしてすればいいかという悩みを聞いてあげれば、悩みを聞いてあげるだけで案外元気が出て動くようになれる方もいらっしゃるかもしれません。そこら辺もして行けたらと思っています。

話がいろいろなところに飛んでしまいましたが、伴走者の実践者として、ある一端で指導者としての意見を述べさせていただきました。長い話にはなりませんが、ありがとうございました。

北村：ありがとうございました。それでは松本先生のほうからコメントをお願いします。

松本：平井さんから発表いただいたのを伺いながら、最後にご本人もおっしゃっておられましたが、指導者という立場ということですが、競技のコーチとパートナーであり、また障がい者スポーツのサポーター、であり、仲間、そして、よき理解者であるという多面的な関わりを持っておられますね。障がい者スポーツの指導者には、平井さんのようなライフワークにされておられる方が少なくないと感じています。それはさておき、私自身、視覚障がい者の陸上競技の詳細については知りませんでしたが今回のお話を聞いてとても関心を持ちました。障がい者スポーツの全般にいえることですが、普及・推進を図るうえで、まず、“知る”ということがとても大切ですね。まさに今、スポーツ庁の推進計画の中にもありますが、障がい者を、また障がい者スポーツを“知る”ことによって“興味・関心”をもち、機を逸しないタイミングで“親しむ”、

その中で、相互に“学ぶ”といった一連のステップを経ることで、今、まさに平井さんがなさっている、いろいろなところに“繋ぐ”という拡がりになるのだと感じています。また、これは今回の発表から逸れますが、障がい者スポーツ指導者養成というのは、現状資格を持っていらっしゃる方が2万2,000人ぐらいおられるようです。それを5万人にするという計画が2020年のパラリンピックに向けてありますが、どう増やしていくのか、このステップを通して、第二、第三の平井さんのような方が出てこられると、障がい者の競技スポーツ、障がい者スポーツ全般の拡がりに繋がっていくのかな、と思った次第です。地域では、障がい者スポーツを拡げるために考えなくてはならない二つの側面があると思います。一つは、障がい者自身の参加の促進、するスポーツの推進、二つ目は、先ほどもコメントしましたが、サポーターの獲得です。ささえるスポーツの促進です。この両方のどちらが欠けてもうまく進みません。現時点では、三雲さんのようなパラリンピアンも精力的に地域で活動され、障がい者スポーツの魅力を身近にみることもできる状況だとも思います。お話しにもありましたが、学校では部活動がありますし、生徒・学生のみならずのみならず、ご家族やPTA、地域の自治会をも視野に入れ、教育活動をきっかけとした広報活動は双方にとってメリットがあります。その折に、明るく、ポジティブな側面を前面に出していただき、プログラムには気軽に参加できるよ、といった雰囲気醸造が大切です。地域におられる障がい者ご自身、また少しでも関心を持った方々が、“ともにスポーツをたのしむ”という基本的なスタンスに立ち返ることができれば、理解者が増え、参加者の増加、推進にプラスになっていくと思います。他にも、陸上競技の愛好家グループなどターゲットを絞った志向別のスカウティングも必要でしょう。それらのことも含め、SNSなどを通しての情報発信を、できれば障がい者ご自身が、またサポーターなど活動体験者によるポジティブな生の声を発信していただくことも大切ではないかと思っています。最後に、障がい者スポーツ指導者のすそ野を拡げるには、全国の各市町におられるスポーツ推進委員の方々の理解が、個また組織的な連携と協働が得られるようになれば、大きな変革に繋がるのでは、と個人的には思っています。ありがとうございました。

北村：ありがとうございました。

平成28年度 鹿屋体育大学生涯スポーツ実践センター協力者会議

## 「地域における障がい者スポーツの現状と課題：指導者の立場から」

- 視覚障がい者ランナーを取り巻くランニング環境を例として -



社会福祉法人汰功樹会 わくわくキッズ倶楽部 あげぼの園  
平井 達雄

### 1. 目次

1. 視覚障がい者のランニングを取り巻く環境
  - 1-1. 全国的な視覚障がい者のランニングにおける動向
  - 1-2. 鹿児島県の視覚障がい者のランニングにおける動向
2. 視覚障がいのある方と『一緒に走る』とは？
3. 伴走する前に知っておくべきこと
4. 視覚障がい者ランナーの伴走とは？
  - 4-1. 視覚障がい者ランナーの競技種目及びランニングスタイルの種類
  - 4-2. 短距離走と長距離走の伴走方法の共通点と相違点
  - 4-3. 短距離走と長距離走の伴走方法の相違点からみた伴走者募集における現状と問題点
5. 視覚障がい者ランナーのランニング環境整備に向けた今後の課題と新たな提案
6. 視覚障がい者ランナーの以外の障がい区分の方のランニング環境整備に向けた今後の課題と新たな提案

### 1. 視覚障がい者のランニングを取り巻く環境

#### 1-1. 全国的な視覚障がい者のランニングにおける動向

#### ▶1980年代：

- ・視覚障がい者のランニング活動の先駆けともいえる組織である日本盲人マラソン協会が発足。
- ・代々木公園で日曜日に練習会を開始。

#### ▶1990年代：

- ・東京、新潟、愛知、宮崎等でランニングクラブが相次いで設立され伴走活動を開始（ランニング学会編、2001）

#### ▶2000年代：

- ・全国で相次いで新たなランニングクラブが多く設立（配布資料参照）  
⇒ 視覚障がい者によるランニングのニーズが高まったから

### 1. 視覚障がい者のランニングを取り巻く環境

#### 1-2. 鹿児島県の視覚障がい者のランニングにおける動向

#### ▶2000年代：

- 2000年 4月 筆者、三雲氏の伴走開始。
- 2002年 11月 FESPIC（＝フェスピック：現在のアジアパラ）出場  
T11女子100m銅・200m銅
- 2003年 8月 IBSA（＝国際視覚障がい者スポーツ協会）  
世界選手権カナダ大会に出場  
T11女子 200m決勝8位
- 2004年 4月～2006年3月  
NPO法人のクラブチームの障がい者セクションでコーチ兼伴走
- 2005年 11月～2007年  
『ヘルシージョギングクラブ』でランナー、伴走者を募りランニング
- 2007年～現在  
『ブラインドランナーズ』として改め、三雲氏が練習会を率いる

### 2. 視覚障がいのある方と『一緒に走る』とは？

「伴走者がランナーと伴走を楽しむこと」

「ロープを一緒に持って走ることを楽しみながら、ランナーの目標を伴走者も一緒に達成すること」

#### ▼伴走の経験とともに考えていくようになっていくこと

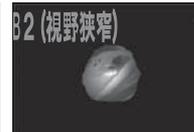
- ・ 伴走の方法
- ・ 配慮の仕方
- ・ ランナーや伴走者集め
- ・ 走力を考慮したマッチングの方法 etc.



### 3. 伴走する前に知っておくべきこと：伴走の安全管理

視覚障がいのある方はどのように周囲の状況を知り、見ているのか？  
伴走者はそれを知る必要がある。

視覚障がいのある方の周囲の見え方、言葉がけによる情報提供の仕方、介助者の支援の仕方 etc.



### 4. 視覚障がい者ランナーの伴走方法とは？

- ① 伴走はランナーと伴走者が共に楽しむものである。
- ② 伴走者はランナーと走るリズムを合わせる。
- ③ ランナーの安全確保を常に意識してランニングする。  
道の段差・  
壁や木々の出っ張り・  
コーナーまでの距離と曲がる角度・  
傾斜の入りと角度 etc.



### 4. 視覚障がい者ランナーの伴走とは？

#### 4-1. 視覚障がい者ランナーの競技種目及びランニングスタイルの種類

○ロード：ジョギング、ランニング▶各種マラソン大会・ロードレース



○トラック競技



○フィールド競技



4. 視覚障がい者ランナーの伴走とは？  
4-2. 短距離走と長距離走の伴走方法の共通点と相違点

表1. 短距離走と長距離走の伴走方法の共通点と相違点

伴走方法	短距離走	長距離走
共通点	・ランナーと伴走者の走るリズムを合わせること ・両者の歩幅(ストライド)が近くなること	
相違点	スピードレベル	
	約7割～全力疾走	ゆっくり～約5～6割
	伴走の志願者数	
	極端に少ない	多い

4. 視覚障がい者ランナーの伴走とは？  
4-3. 短距離走と長距離走の伴走者募集における現状と問題点

表2. 短距離走と長距離走の伴走者募集におけるの現状と問題点

問題から解決へ	伴走における現状	
	短距離走	長距離走 (ジョギング・ランニング)
問題点		
① 疾走スピードの違いによる伴走者の集まりやすさ	集まりにくい	集まりやすい
② ランナーと伴走者の「1対1」問題	「1対1」にも達していない 実際は「1対1/3～1/4」	ブラインドランナー充足以降 「1対1」が続いている。
③ ランナーと伴走者の比率目標「1対3」	目標は短距離走・長距離走ともに「1対3」	
解決方法		
④ ランナーと伴走者マッチングする伴走クラブの存在	ランナーの練習の場はあるが、短距離走選手が集まる機会がない	ジョギング・ランニング主体のブラインドランナー存在あり
⑤ 短距離走伴走者を見つける方法	短距離走をできる人材とのネットワーク構築 中学・高校・大学のクラブとの連携へ	現在の体制から伴走者を募り、増やす。

5. 視覚障がい者ランナーのランニング環境整備に向けた今後の課題と新たな提案

- 『鹿児島ブラインドランナーズ』に所属する鹿児島市郊外または市外のメンバーの居住地で出前伴走者講習会を企画し、実施する。
- 授業の一貫としての実施・  
放課後に受講者を募集して実施・  
PTA行事実として土日に実施
- 地域性を活かすために、知人のいる町内会やあいご会で伴走講習会(仮)を開催する。

6. 他の障がい区分の方のランニング環境整備に向けた今後の課題と新たな提案

- 全国障害者スポーツ大会のスタッフ経験者がいる特別支援学校・養護学校などを拠点とする。  
その地域にある特別支援学校・養護学校の学生、障がい者施設に勤める障がいのある方及び職員、この活動に参加したい方をサポートスタッフを参加者として募る。
- 年2～3回  
各地域(鹿児島市・南薩・北薩・始良園分・曾於・大隅・熊毛・奄美)で定期練習会を行う。  
▶ 練習地域の拠点が機能し始めたら、月1～2回に練習回数を増やす。
- 教室以外でも普段の運動環境、練習方法、練習場所、サポートが必要なケース等悩みに対する相談会を実施する。  
そして、日常的に継続した運動環境を整えられるようにする。