

## 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事業：サポート研修会【出雲地区】

- 1 日時 平成27年11月22日（日） 10時～15時30分
- 2 会場 頓原農村環境改善センター（飯南町）
- 3 講師 講義：中原照男氏【島根県障害者スポーツ指導者協議会】  
実技：前田諒平氏・中原照男氏【島根県障害者スポーツ指導者協議会】
- 4 参加者 56名（出雲地区スポーツ推進委員及び市町村事務局）
- 5 内容

講義：「高齢者におけるスポーツ・レクリエーションの活動性を上げるために」

### ○身体障がい者のスポーツ志向

仲間づくり・交流（73%）、体力の維持・向上（64%）、  
競技力向上（53%） 他

※障がいのある方も健常者と同様にスポーツを通して仲間つくりや交流、体力・健康づくりを望んでいる。

### ○高齢者や障がい者がスポーツをする時の留意点

- ・できることは何かを考える
- ・最初はできることから入り、体を動かすこと、仲間のできることの喜びを体験する
- ・用具やルールを工夫して、できないことをできることにする
- ・一緒に楽しむ



### 実技：「ボッチャ」



最初に、新聞紙を的にしてボールを狙ったところに投げることができるよう練習です。

次に、障がいのある方と一緒に楽しむことを想定して、サポートの仕方を学びました。手で投げることができない方が用いるランプは、サポートする人はコートを見ることはできず、競技者の指示通りに角度や方向を調整します。視覚障がい者の方へのサポートは、前に立つことで安心して進むことができることや腕の振り方の特徴をつかんだうえで的確に指示を出すことなどを教わりました。何よりも日頃からコミュニケーションを深めることが、制限された時間内に的確に投げることができるようになることにつながるというのがポイントのようです。



実技研修の後半は、実際に3コートに分かれて対戦し、ボッチャの楽しさにふれました。

得点のカウントを教わった後、6人が投球（その内の一人は肢体不自由または視覚障がい者とする）、1人がサポート役の7人1組での対戦です。この時点では、審判は講師2名と障がい者スポーツ公認指導者資格を持つ保健体育課の者で行いました。

パラリンピック種目でもあるボッチャですので、厳格に競技ルールを適用すると様々な制約の中で行わなければなりません。今回はルールを簡易化したレクリエーションボッチャとして行うことで、仲間との関わりや競技の楽しさにふれることをねらいとして行いました。

ペタンクやニチレクボール（室内ペタンク）と共通する部分も多いので理解も早く、いいプレイも続出し、コートのあるあちこちで歓声が上がリ、おおいに盛り上がりました。

次の段階は、実際に審判も自分たちで行ってもらいました。より楽しい活動にするためには、ルールを把握し、ゲームをマネジメントしていく力も必要です。障がいのある方がどんなところで不便さを感じるのか、障がいの有無に関わらず一緒に楽しむことができる場面をどこなのかなどを考えることで、それぞれの地域で活動する手立てにしてもらうことがねらいでした。

出雲地区スポーツ推進委員研修会と共催で行った事業でしたが、このほかにも女性委員会の指導の下、ラジオ体操の歌を手話で表現したり、高齢者を想定したイスに座ってのラジオ体操第2の指導が有ったりするなど、障がい者支援、高齢者支援の視点があふれる充実した研修となりました。