

障害者スポーツ Q&A

Q 障害者とは？ ▶ **A** 障害者基本法に基づき、身体障害、知的障害、精神障害（発達障害を含む）その他の心身の機能の障害のある人で、障害や社会的障壁により継続的に日常生活・社会生活に相当な制限を受ける状態にある人をいいます。障害を有する人には障害者手帳が交付されます。また、身体障害には、視覚障害、聴覚障害、肢体不自由、内部障害などの障害があります。

Q 障害者スポーツとは？ ▶ **A** 障害があってもスポーツ活動ができるよう、障害に応じて競技規則や実施方法を変更したり、用具等を用いて障害を補ったりする工夫・適合・開発がされたスポーツのことを指します。障害のある人はもとより、年齢や性別に関わらず、だれもが参加できるように、個々人の心身の状況に用具やルールを適合させるので、アダプテッド・スポーツとも言われます。障害者スポーツというと、車椅子バスケットボール、陸上競技の車椅子マラソンなどの競技スポーツや、ボッチャなど重度の障害のある人が取り組むスポーツを連想されがちですが、それぞれの目的に応じて、用具やルールなどを工夫しながら各種スポーツに親しんでいるという点では、一般的にいわれる「スポーツ」と同じであり、決して特別なものではないのです。

Q どのような時に用具やルール、指導方法を工夫することが必要なのでしょうか？ ▶ **A** 以下の場合に、工夫を考える必要があります。

- ①障害があるためにできないことがある
- ②障害があるために事故の心配がある
- ③障害を増悪化させるおそれがある
- ④規則などが複雑すぎて理解しにくい

Q 用具は障害者向けの特別なものが必要ですか？ ▶ **A** 肢体不自由の人が使用する競技用車いすなど一部特別なものはありますが、既製の用具を転用、応用、代用することなどにより、障害に応じたスポーツ活動が可能となります。

Q ルールの工夫はどのような観点から行うものなのでしょうか？ ▶ **A** スポーツを「安全に」、「公平に」、「楽しく」行うことができるように考えていくことが大切です。

Q 障害のある人のスポーツを指導する上で、一般的にはどのようなことに留意すればよいのでしょうか？ ▶ **A** 障害のある人の心理面・社会的側面や身体機能面などを十分理解したうえで、以下のことに留意することが大切です。

- ①スポーツをする目的を明確にとらえておくこと
- ②対象者が医療機関から指示されている情報をできるだけ把握すること
- ③対象者の障害状況や特性を踏まえたうえで安全に留意すること
- ④施設、用具やルールを工夫すること
- ⑤運動量に留意すること
- ⑥継続しようとする意欲を喚起すること
- ⑦フォームにこだわりすぎないこと
- ⑧協調性を育てること
- ⑨スポーツ活動中に本人に障害特性や程度の自覚がなくなる場合は、注意を促すこと

Q 視覚障害がある人に対する留意点で、特に配慮する点はどのようなことでしょうか？

▶ **A** 以下のことに留意することが大切です。

- ①正しい姿勢で行うようにすること
- ②正確な言葉や統一した言葉を使用すること
- ③視覚の障害を補う誘導物を活用すること
- ④障害を受けた時期や状況を十分把握しておくこと

Q 聴覚障害がある人に対する留意点で、特に配慮する点はどのようなことでしょうか？

▶ **A** 以下のことに留意することが大切です。

- ①意思の伝達を正確にすること
- ②音声を視覚に訴える工夫をすること

Q 知的障害がある人に対する留意点で、特に配慮する点はどのようなことでしょうか？

▶ **A** 以下のことに留意することが大切です。

- ①綿密な個別指導とともに、併せてグループ指導を行なうこと
- ②具体的で簡潔な言葉を使うこと
- ③言葉での理解が難しい場合は、視覚や実際の動きにより理解できるようにすること

Q 精神障害がある人に対する留意点で、特に配慮する点はどのようなことでしょうか？

▶ **A** 以下のことに留意することが大切です。

- ①一人ひとりの障害の状況を十分把握しておくこと
- ②個性を生かしたきめ細やかな指導につとめること

Q 障害者スポーツ指導員とはどのような資格なのでしょうか？

▶ **A** 公益財団法人日本障害者スポーツ協会が公認する資格で、上級、中級、初級の階層別に養成されています。
東京都では、二つの障害者スポーツセンターなどで、毎年、公認初級障害者スポーツ指導員養成講習会が開催されています。各スポーツ指導員の役割は、以下のとおりです。

①初級障害者スポーツ指導員

地域で活動する指導者で、主に初めてスポーツに参加する障害者に対し、スポーツの喜びや楽しさを重視したスポーツへの導入を支援する者

②中級障害者スポーツ指導員

地域における障害者スポーツのリーダーとしての役割を持ち、指導現場で十分な知識・技術と経験に基づいた指導ができる者

③上級障害者スポーツ指導員

都道府県レベルのリーダーとして、指導現場では障害者スポーツの高度な専門的知識を有し、指導技術と豊富な経験に基づいた指導を行うとともに、指導員を取りまとめる指導的立場にある者

引用・参考文献

藤原進一郎「障害のある人々のスポーツ 総論」
(2006年 特定非営利活動法人日本障害者スポーツ指導者協議会)