2021年
第290号

戸山サンライズ

特集 コロナ禍でも歩みをとめずに

スポーツ 障害者とスポーツ ～社会参加とその道程～

全国障害者総合福祉センター

←これは、SP コードです。
専用読み取り装置の使用により、誌面の内容の音声出力が可能です。

第35回障害者による書道・写真全国コンテスト

写真部門　金賞「がんばって咲いて！」

神奈川県　小松　均

（寸評）

画面に溢れんばかりの赤いヒマワリ、蜜を求めてヒマワリの蕾にとまる蜂、構図、光、ピント、季節感が良く、元気の出る作品です。

このコンテストは、障害者の文化活動等の推進を図ることで技術の向上、自立への促進並びに積極的な社会参加を目的として、(公財)日本障害者リハビリテーション協会（全国障害者総合福祉センター）の主催により毎年開催されているものです。第35回を迎えた今回のコンテストでも、全国各地より225点（写真部門）にのぼる素晴らしい作品がよせられました。

目　次

2021年 第290号

■特集：コロナ禍でも歩みをとめずに

誰も取り残さない社会へ向け目の見えない、見えにくい人を支援し続ける ―― 公益財団法人　日本盲導犬協会　1

あかるく あせらず あきらめず　コロナ禍における全国脊髄小脳変性症・多系統萎縮症友の会（難病患者会）の取り組み ―― 4

Life pandemic ―― Hieu Thi Luu　7

■スポーツ

障害者とスポーツ～社会参加とその道程～ ―― 藤田　紀昭　9

Hieu Thi Luu 小さな写真展「ヒョウ×ファンタスティック」より ―― 13

特集

誰も取り残さない社会へ向け
目の見えない、見えにくい人を支援し続ける

公益財団法人　日本盲導犬協会

■視覚障害者支援の「歩みを止めない」

先の見えないコロナ禍においても、盲導犬歩行や視覚障害リハビリテーションの提供を停滞させないよう職員一丸となって事業を継続してきました。

コロナ感染拡大当初は訓練もままならず、新たに盲導犬と歩く方の共同訓練も一部延期せざるを得ない状況でした。「決して歩みを止めない」固い決意で、新たなやり方を模索し続けてきました。子犬を育てるボランティアへの指導は、対面ではなく映像を使う、盲導犬ユーザーへのアフターフォローはスマートフォンを使用して遠隔でおこなうなど、新発想も次々に生まれました。

未曾有の事態に多くのユーザーが不安を抱えていました。コロナ禍において協会はこうした方々に寄り添い、コミュニケーションを大切にしてきました。

◆コロナ禍「視覚障害者の困りごと調査」を実施

2020年度末、日本盲導犬協会のユーザー227人を対象に、コロナ感染の広がりに対する不安や困りごとについて、聞き取り調査を実施しました。

「外出時の困りごと」を尋ねた（複数回答可）ところ、**「ソーシャルディスタンスが分かりづらい」（41%）、「周囲に手引きなどのサポートを頼みづらい」（22%）、「商品などを触るため周囲の目が気になる」（21%）、「同行援護依頼回数が減った」（20%）、「声かけや周囲のサポートが減った」（18%）**などがありました。

自由回答では「盲導犬ユーザーとして外出していることに何か文句を言われないか不安」「商品などに触ることに不安がある」など、困惑する様子も伝わってきました。

調査では「盲導犬の受け入れ拒否」に関連して、**「コロナ感染を理由に、店や施設でサポートを断られたり、入店を拒否されたりしたことがあるか」についても聞きました。結果、14人（6%）が「ある」**と答えました。デパートの食品売り場で感染症対策のため誘導を断られた、いつも宿泊しているホテルでコロナ禍を理由に断られた、などが理由です。

目の見えない、見えにくい人にとって、感染防止のため店頭で手指消毒が求められ、買い物でのカード決済など非接触型の行動が推奨されても、実行するには周囲の手助けが必要な場合もあります。スーパーのレジで人との距離が適当か、盲導犬にはわかりません。手引きのサポートがないと、目的の商品を探すのが難しい方もいます。

感染予防対策をする際には、そうした方がいることを想定して対応を準備しておくことも必要です。加えて周囲の人の声かけやちょっとしたサポートがあれば、視覚に障害のある方の不安を軽減できるはずです。

◆誰も取り残さない社会を目指して

協会では、新しい生活様式が広がる社会で、声かけなど「どんなときも変わらない周囲のサポート」を呼びかけています。また盲導犬同伴で生活する中で

制限を受けることがないよう、盲導犬や視覚障害への理解、施設や店舗での盲導犬受け入れ促進へむけ、事業者向けのセミナーや講習会にも力を入れてきました。コロナ禍オンラインを活用した「盲導犬の受け入れ・接客セミナー」の定期開催にも踏み切りました。飲食店や宿泊施設など事業者へ向け、法制度、盲導犬や視覚障害についての説明、具体的接客方法など従業員教育のサポートの一端を担います。

見えない、見えにくい人が一人で悩むことがないよう、行政との連携強化も重要課題です。行政の福祉窓口に視覚障害者が訪れた際、必要な情報をしっかり届けてほしい。盲導犬の受け入れに関してよき相談窓口となってほしい。こうした願いから、行政職員を対象としたオンラインセミナーを定期開催しています。

どんな時代にも、目の見えない、見えにくい人に寄り沿い、愚直に事業を継続していきます。

○当たり前の日常への挑戦

盲導犬ユーザー　杉田啓之

1. 緊急事態宣言の発出。重なる偶然を受け入れる実際

A.「コロナ禍」に適応し、新たな毎日に向き合えた背景

新型コロナウイルス感染拡大予防のための緊急事態宣言の発出。いわゆる「コロナ禍」の時代がはじまりました。こみ上げる不安感と明日からの日常への怯えを誰しもが感じたことと思います。私にとってのこの時期は、いくつも偶然が重なって、今から振り返ってみますと、これからの自分の過ごし方を考える絶好のチャンスに恵まれていたと思います。新たな日常に私が向き合えた背景に、私が盲導犬ユーザーである現実があります。

B. 重なる偶然

緊急事態宣言が発出された頃の私は、殆ど視力を失っていました。パソコン自体も見えなくなってきて、いままでのやり方で操作するのが難しくなっていました。私の勤務先ではとても迅速にテレワーク勤務の指示が出されて、「困った。パソコン操作ができない。どうしようか？」と不安を強く感じていました。また、この時期に、日本盲導犬協会で二頭目の盲導犬への代替のための共同訓練が予定されていました。担当の歩行指導員の方とも、テレワークを前提とした訓練メニューへの変更の相談を頻繁にしていました。その話の中で、神奈川訓練センターでパソコン指導をお願いできる方を紹介してもらいました。「これからの時代の視覚障碍者はパソコンを使っていかないと孤立してしまいます」とその方はお話してくれました。併せて、ZOOM を体験させてくれました。私は、未来旅行に出かけたような不思議な感覚を味わい、時代が変化していく実感を抱きました。これからの時代、私はどのように過ごしていこうか、新たな生活や働き方への挑戦が始まりました。

2. ニューノーマルでのチャレンジ

A. 盲導犬ライフは視覚障碍者の醍醐味です！

私は視覚障碍者です。視力はほとんどありません。日々の生活は「盲導犬と一緒な生活」です。テレワーク勤務のおかげで、従来までの通勤時間を有効に使えるようになり、日中の時間帯も柔軟に過ごせるようになりました。定年退職まで５年足らずでした。盲導犬と一緒な楽しい生活を過ごしていきたい。私の素直な願いです。自粛生活が長引いて自宅で過ごす時間も増えましたので、私はユーザー同士でやりとりされているメーリングリストメールを丁寧に読んでみることにしました。何かしらの行事に参加してみたい。私は、日本盲導犬協会のユーザーの会で主催するzoom 勉強会に参加しました。参加しているメンバーの方はとても経験豊富で、しかも真剣にユーザーの会

の運営を考えていることを知り、とても驚きました。ユーザーの会の方が魅力的に感じましたし、盲導犬ユーザーが豊な生活を実現していくためには自分たち自身でも様々な発信や活動をしていくことが大切なことを知りました。

B. 私のチャレンジ体験

協会からのメールで、厚生労働省からのアンケート依頼があることを知り、これに協力しました。補助犬ユーザーへの受け入れ拒否をなくしていくための啓蒙資料の作成を目的としたアンケートでした。私自身でも、飲食店をはじめ、タクシーや医療機関での受け入れ拒否を経験したことがありました。私はアンケートへの協力のおかげで、盲導犬のほか介助犬、聴導犬についても知る機会を得ました。私が参加している、もうひとつの盲導犬ユーザーの会（全日本盲導犬使用者の会）でも補助犬を理解するためのオンラインセミナーが開催されました。この頃には、パソコンもブラインドタッチで操作できるようになっていましたし、キーボード操作の知識も増えてきていました。なによりも、リモートツールをひとりで使いこなせるようになっていたことは、コロナ禍でも、積極的にユーザー仲間と関わり、親しく交友することができた大きな要因であると思います。いろいろなイベントや勉強会に参加するようになり、盲導犬に限らず、補助犬関係の方、多くの視覚障碍者の方との交流も広がりました。機会がある際には、意見や考えを発信することも増えていきました。

c. サンタさんからの贈り物

2020年12月に、全日本盲導犬使用者の会でのクリスマスイベントがオンラインで開催されました。とても工夫された企画で楽しいクリスマスコンサートでした。本当に久しぶりに笑って仲間と一緒に大きな声で唄を歌いました。この会の最後にクリスマスプレゼントの抽選会があって、なんと私が当選者でした。「サンタさんありがとう！」この当選がきっかけで、私は全日本盲導犬使用者の会の理事の方々と親しくなりました。今年の７月からは理事会メンバーに加わって、夏のイベント運営のお手伝いや会報誌編集の補助をしました。来年にむけてもいくつかのイベントの企画が予定されています。何かしらのお手伝いができそうです。とてもワクワク楽しみにしています。

3.「お出かけの時間だね」ニューノーマルでの盲導犬との日々

改めて緊急事態宣言の発出の頃を思い返しています。テレワークの毎日「くーん」と足もとから鼻を鳴らす声が聴こえてきます。「お出かけの時間だね」ハーネスを着けてストレートゴー！街の様子がすっかりと変わってしまっていました。あの大きな交差点で自動車の音が聞こえてきません。「道を間違えたかな？」パートナーはピタッと角で止まりました。「グッド！いつもの交差点だね」。

私はコロナ禍の毎日、必ず歩くことを決めました。少なくとも１日に２回、朝と夕方には街に出かけよう。久しぶりの通勤で電車に乗る時、いくつかの病院への通院、買い物や銀行への用事、何の用件がなくても街を歩く。工事現場の警備員さんが今日もパートナーに声をかけてくれました。「がんばれよ！」必ず歩くことが私の仕事！

「いつも一緒なふたり」の姿を街の人たちに見てもらおう。いつもの街の風景の中で生活していきたいです。用事がない日にも、テレワークの前と後に必ず出かけています。グルーミングの時間帯も変えません。ワンツー（排泄）のリズム、勿論食事の時間もしっかりと守ります。パートナーとの生活リズムを維持することで、私自身の生活習慣やテレワークの効率も良くなっていきます。パートナーとの当たり前の毎日のおかげで、張りのある充実した生活が実現できています。盲導犬ユーザーであることに感謝いたします。

特集

あかるく あせらず あきらめず コロナ禍における 全国脊髄小脳変性症・多系統萎縮症友の会（難病患者会）の取り組み

認定NPO法人「全国脊髄小脳変性症・多系統萎縮症友の会（略称：全国SCD・MSA友の会）」という神経難病の患者会がコロナ禍の中で、どのように工夫して患者会活動を継続してきたのか、その取り組みをご紹介します。

1. オンラインのみのライブ配信

９月初頭はコロナウイルスの感染状況はまだ収まっておらず、同月19日にオンライン医療講演会・相談会開催を控え、実施方法をどうすべきかスタッフで検討していました。

当初、会場として「としま区民センター」の会議室を予約。講演会の講師、医療顧問の先生方、最小限のスタッフのみが集まり、昨年同様に会場からオンラインでライブ配信する予定でした。

この会場利用をやめて、先生方もスタッフも、各自宅または病院間をつないで、全員オンライン参加でイベント開催する、という提案が技術担当の理事から上がりました。

会場のキャンセル手続きの期限は９月８日。準備や先生方への連絡もあるため、９月頭の時点で早めにオンラインのみに切り替えるかどうか決定しなければなりません。緊急事態宣言は、12日に解除せず延長となるかもしれない、と報道され始めていました（結局、９月末まで延長）。

千葉県や神奈川県在住の理事は、公共交通機関を利用しての県またぎの移動が発生します。このため安全に配慮し、先生方にもご快諾いただき、全員各自宅または病院などからオンライン参加してライブ配信することにしました。

また、昨年同様にオンライン配信としましたが、配信方法を変更。昨年はZoomのウェビナー[※1]のみを利用しましたが、今年はウェビナーだけでなくYouTubeライブ配信[※2]を利用。Zoomの場合には、利用前の準備と参加するまでの手順を理解する必要がありますが、YouTubeライブ配信であれば、参加する人たちはメールで案内されたリンク先を押せば、簡単に視聴できるように工夫しました。

技術担当の理事のサポートが的確だっただけでなく、コロナ禍で先生方や参加スタッフ全員がZoomなどのオンライン会議ツールの利用に慣れていたこと、昨年に引き続き２回目の開催だったことなどにより、さまざまな変更にも柔軟に対応できました。

９月19日には無事にオンライン医療講演会・相談会を開催することができました。視聴申し込みされた方からは、多くの感謝の声をいただきました。病気により歩行困難などの症状がある方や、在宅療養している方々も多く、自宅から視聴できるオンライン開催は、大いにメリットがあったかと思います。

※1 Zoomウェビナー：インターネット上でセミナー・講演会などを配信するためのサービス。参加者は視聴のみ。

※2 YouTubeライブ配信：Google社が運営する動画投稿サイトYouTube上でライブ配信ができるサービス。

9 月 19 日に開催したオンライン医療講演会・相談会

2. コロナ禍の中で制限を受けた患者会活動

今ではZoomを利用してオンライン会議･交流会･講演会まで開催していますが、私たちは最初からこうしたツール利用ができたわけではありません。

昨年春先から始まったコロナ禍の中で、患者会活動は大きく制限を受けました。会の重要意思決定機関である理事会は、当初は書面表決として文書でのやり取りとしていました。

同様に､年１回の総会も集会形式では実施せず、活動に関する議案は全て書面表決として、会員の皆さんからハガキを郵送、またメール送付していただき、活動内容を承認していただきました。

緊急事態宣言下では、事務局の開局日を週３回から週１回に変更。事務局員は在宅勤務に変更、電話は留守電対応とし、出勤日に後からお問い合わせ対応しました。

集会形式の交流会は、春先から中止を余儀なくされ、昨年11月に１回のみ少人数開催しました。

3. ビジネス向けサービスの導入

偶然ですが、友の会はコロナ禍前の2019年末、Google Workspace for Nonprofits [※3] というサービスを利用し始めていました。コロナ禍で集会形式での理事会が開催できなかったため、最初はGoogle Meet というビデオ会議システムを各理事が使えるようにすることから始めました。

理事の方々全員が、最初からスムーズに利用できたわけではありません。年齢層も20代から80代と幅広く、パソコンやスマホ自体の操作に慣れているかどうか､慣れていてもGoogleのサービスを普段使いしているかどうかにより、各種サポートが必要でした。ITツールに詳しい理事が、不慣れな方向けに時間を掛けて説明し、使い方に慣れてもらうようにしました。

４月以降の理事会は、事務局に集まった理事と自宅参加希望の理事をオンラインで繋いで開催。オンラインでも集会形式でも、各人のご都合に合わせて会議参加できるようにしたことで、打ち合わせがスムーズに行えるようになったことは、活動継続する上で非常に大きかったと思います。

4. Zoomの導入

昨年の９月末に Zoom によるオンライン交流会を開催しました。交流会スタッフは、Zoomに慣れるために事前に打ち合わせを複数回実施し、少人数のグループ別に分かれるブレイクアウトルームの操作を確認したりしました。

Zoom の接続方法についてはお申し込み登録時の自動返信メールに記載し、不慣れな方には専用の交流会アカウントへのお問い合わせ、または事務局への

※3 Google Workspace for Nonprofits：
Gmail、ドキュメント、カレンダー、ドライブ、Google Meet など個人でも利用できるツールを組織での利用に特化させたビジネス向けサービス。非営利団体向けに無償提供されています。

参加された医療顧問の先生方とスタッフ

電話連絡をご案内し、初めての方でも参加できるようにサポートしました。

交流会当日は、事務局スタッフはスマホでの参加に挑戦し、無事に接続できました。アットホームな雰囲気で、参加者（患者・家族・医療従事者）同士で交流をはかることができました。

友の会の重要な情報発信である、隔月偶数月の会報の発行が継続できているのも、事務局に集まらなくても外部の編集の方とオンラインで編集会議を開けているからです。

今では、オンライン交流会やイベント実施、会議や打ち合わせだけでなく、事務局で在宅勤務する際にもZoomを繋いで活用しています。

5. コロナ禍の中で生まれた新しい繋がり

全国SCD・MSA友の会は、名前に全国とついていますが、主に関東圏の患者・家族の会員が多く、全国組織として統一された患者会ではありません。各地には地域に根差した脊髄小脳変性症・多系統萎縮症の患者会があります。

コロナ禍以前は、メール・電話・会報を通じて、各地の患者会と一対一で情報共有を図ってきました。

今年、北陸の患者会の方が中心となって、全国にある各地の患者会の人たちが一同に会す「エリア・ミーティング」がZoomで開催されました。北は北海道から、南は九州までの各地の患者会の役員や事務局の実務を担う方々が参加されており、それまでメールや電話のみだった方と直接お顔を拝見してお話しすることができました。

進行性の神経難病の患者会の継続は非常に難しいものがあります。熱心に活動されてきた役員の方が、ご自身やご家族の病気の進行や高齢化などの理由により活動休止を余儀なくされる場合があるからです。

こうした各地の患者会のお悩みをお聞きしたり、各地の友の会ならではの取り組みなどを教えていただいたりする機会が増えました。

定期的にZoomによる「エリア・ミーティング」を開催し、また、別途メーリングリストを通じて情報共有を図り、継続して各地の患者会と連携していく予定です。

6. 今後の課題

コロナ禍収束後、従来の集会形式とオンライン形式をどのように併用していくかが課題です。オンライン開催による交流会や、医療講演会・相談会に参加された方からは、今後も継続してほしいというお声をいただいています。一方、会員は高齢者の方が多く、必ずしも皆さんがITツールに慣れ親しんでいる訳ではありません。

私たちは、事務局を構えているため電話のお問い合わせに対応できますし、紙の会報発行も継続しています。

新しいツールも利用しつつ、従来の活動と合わせて、デジタルとアナログを両方活用しながら、上手に情報発信していければと考えています。

特集

Life pandemic

ダスキン・アジア太平洋障害者リーダー育成事業
第21期研修生　**Hieu Thi　Luu**

はじめに（戸山サンライズ）

ダスキン・アジア太平洋障害者リーダー育成事業は、公益財団法人ダスキン愛の輪基金が行っている事業のひとつです。アジア太平洋地域の障害者福祉を向上させるため1999年より開始されました。研修生はアジア太平洋地域の障害のある若者の中から選考され、約10ヶ月の間、日本の障害者福祉や日本文化を体験します。そして帰国後は、それぞれの国や地域のリーダーとして活躍をしています。2019年に来日した第21期生の皆さんは、この研修期間中に日本でコロナ禍を迎える事になってしまいました。研修期間が終わっても、帰国先の受け入れが可能になるのを待たねばならず、１番長く日本に残る事になってしまったのがベトナム出身のヒョウさんでした。今回はヒョウさんに当時を振り返ってご執筆いただきました。文中、巻末にございます当センターで開催した小さな写真展「ヒョウ×ファンタスティック」の作品も併せてお楽しみください。（ダスキン・アジア太平洋障害者リーダー育成事業につきましてはダスキン愛の輪基金ホームページをご覧ください。https://www.ainowa.jp）

Life pandemic　（Hieu Thi　Luu）

私の名前はヒョウです。ダスキン・アジア太平洋障害者リーダー育成事業の研修生です。2019年9月に来日して、戸山サンライズでの生活をはじめました。日本ではすばらしい時間を過ごしました。パンデミックが起こり、すべてのフライトが遅延したため、予定通りに帰国することはできませんでした。私の日本での旅は10か月間延長されることになりました。

味の素スタジアム

予定通り帰国することができなかったということは、私が計画していた障害者関連の活動も延期されたということです。少し心配でしたが、自分のことをもっと知りたいと思い、東京での日々を過ごすことにしました。電動車いすと東京のバリアフリーで、私が行きたい所へはどこへでも行くことができたので、カメラを買い、趣味としての写真をはじめました。パンデミックによって多くの人が影響を受けましたが、ネガティブな生き方をしてはいけないと思っていました。私は多くを写真に助けられました。ダスキン愛の輪基金と日本障害者リハビリテーション協会が、写真の研修を手配してくださいました。このような機会を与えていただき、とても感謝しています。

また、幸運なことに、戸山サンライズ主催の障害者のための写真コンテストで金賞をとることができました。これは本当に私の自信になりました。また、戸山サンライズの休憩室、小さな写真展として私の写真を飾っていただき、とても感謝しています。

サンライズに友達を迎え、私の趣味を共有できたことは、とても意義のある時間でした。

さらに、様々なイベントやアダプテッド・スポーツの活動に参加して、車いすサッカー、ボッチャのようなスポーツを体験しました。そのようなスポーツに参加することができて、とても楽しかったです。ぜひベトナムでも友達にシェアしたいです。

４月の終わりにベトナムに帰国しましたが、その時はとても暑くて湿気がありました。ホテルで２週間の隔離生活がありました。急にコロナの状況が世界中で悪くなりました。海外から帰国する人は、以前のように２週間ではなく３週間のホテル滞在が求められました。これは私にとって非常にストレスな時間でした。帰国して以来、コロナの感染者数は毎日増えています。病院は同時にすべての患者を受け入れることができません。その結果、政府はあらゆるビジネスをストップさせ、人々にステイホームを求めました。いくつかの都市では、食料を買いに外出することも禁止されています。景気が非常に悪いので、大変な時代を生きています。私は常に障害者のための活動に参加したいと思っていますが、すべてオンラインです。脳性まひの子どもを持つ家族を対象に、将来の子どもの学校生活や自立生活に向けた準備のためのコンサルティングをしています。また、障害者が作った商品を販売するハンドメイドビジネスを立ち上げたところです。バリアフリーの生活環境の限界やコロナの予測不可能な状況を考えると、在宅ワークがトレンドになるのではないかと思います。ベトナムの職人たちは、とても技術が高く勤勉です。私のビジネスによって、勤勉な人たちにより多くの仕事を生み出すことができることを願っています。日本で SDGs について学んだので、私のビジネスでもプラスチックを使わないようにしています。ベトナムでは SDGs が意識されているので、あみぐるみ商品は今後子どもたちのおもちゃになる可能性が高いです。

私は、障害のある友達や人権のアドボカシー活動をしている友達を

豪徳寺１

豪徳寺２

もっとつくるべきだと自覚しています。しかしながら、日本のように人に会いに外に出かけることは簡単じゃありません。公共交通機関やカフェなどの待ち合わせ場所がすべて使えるわけではないからです。そのため、オンラインイベントに参加し、出会った人に私の知識をシェアしています。この状況が良くなって、計画通りに外に出て色々なことができるようになることを願っています。

そして、日常が戻ったら、もっと写真を撮りたいと思っています。

戸山サンライズでの生活は、これまでに出会ったことのないような親切でフレンドリーなスタッフたちと、完全なるアクセシブル環境を楽しむことができ、日本で過ごした中で最も有意義な時間でした。ベトナムでの生活はより困難で、日本ほど自由ではありませんが、最善を尽くすべきだと思っています。そして、いつも日本の友達に励まされています。

障害者とスポーツ
～社会参加とその道程～

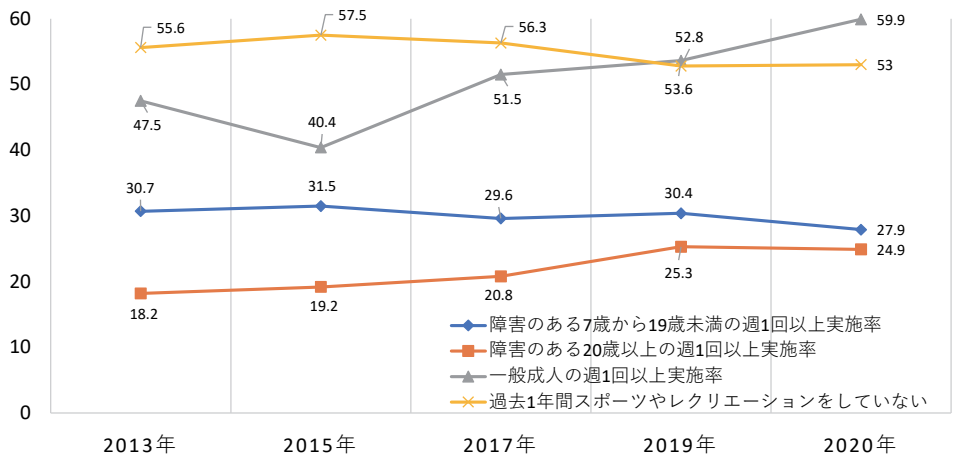
日本福祉大学
藤田　紀昭

コロナウィルス感染拡大下で実施された東京パラリンピック、日本は金メダル13個を含む51個のメダルを獲得し、金メダル０個に終わった５年前の大会から大きな躍進を遂げました。この大会の開催が障害者の理解につながったと思うとした人は70％を越え（共同通信）、大会は成功裡に終わったと言えるかもしれません。一方で、障害のある人全般のスポーツ実施率は障害のない人の半分以下という状況があります。この点から見ると障害のある人のスポーツへの道程はまだ遠いと言えるでしょう。本稿では障害のある人のスポーツ参加の実態と課題について最近の調査をもとに述べたいと思います。

1. スポーツ実施率の実態

図１は2013年から2020年までの障害児･者の週1回以上のスポーツ実施率、過去１年間スポーツ・レクリエーションを行っていない障害者の率、および一般成人の週１回以上のスポーツ実施率です。障害者の週１回以上のスポーツ実施率が18.2％（2013年）から24.9％（2020年）へと若干、上昇傾向にありますが、19歳未満の障害児の週１回以上の実施率は30.7％から27.9％へと若干低下、過去１年間スポーツ・レクリエーションを実施していない人の率は55.6％から53.0％と若干低下しています。全体的にみるとこの７年間で障害児・者のスポーツ実施率は多少の増減はあるものの大きな変化は見られず、一般成人と比べてみると25％から35％程度低い状況が続いていることがわかり

図1　障害児・者・一般成人のスポーツ実施率の推移



ます。こうした現状の要因はどのような点にあるのでしょうか？

2. インタビュー調査の結果からわかること

筆者は一昨年からヤマハ発動機スポーツ振興財団の障害者スポーツ研究プロジェクトの一員として障害のあるスポーツ選手のスポーツへの社会化（どのようにしてスポーツをやるようになったか)に関するインタビュー調査を実施しています。プロジェクトではこれまでに40人近い方からお話を聞いてきました。そして、選手の皆さんのお話からスポーツを始めるに際していくつかの共通点がみられることがわかってきました。これについてみていきたいと思います。

① スポーツに関する情報が本人に届いている

先天的な障害のある人の場合、幼少期には治療やリハビリテーションに多くの時間と労力が本人にも家族にもかかることになります。学童期には学校、医療あるいは更正機関、と家庭での閉じられた生活圏になりがちです。その中でリハビリテーションに関わる PT や学校の教員に運動やスポーツに関する知識があれば情報提供できますがそうでない場合、子どもに大きな影響を及ぼす家族にもそして本人もスポーツに関する情報が得られないことになります。そして、これまで PT や教員で障害者のスポーツに関する知識や情報を持っている人は一部の人に限られていました。

後天的な障害者の場合は受傷後、治療、リハビリテーション、その後関わるであろう各種施設のスタッフにスポーツに関する知識や情報があれば本人にもそうした情報が届きます。現在はリハビリテーションの期間が長くても半年程度となっており、以前のように長いリハビリ期間の中でスポーツを経験するということが難しく、これまで以上にスポーツに関する情報が得にくくなっています。

先天的障害者であれ、後天的障害者であれ、スポーツを実施している人は治療、リハビリテーションや学校期あるいはそのほかの場でスポーツに関する情報を得ることができていました。情報は人からとは限らず、テレビやネット、本などのメディアからの情報、選手の講演といった場合もありますが興味を持つスポーツに関する情報を入手しているという点が共通していました。

② 情報取得後、スポーツの場へのアクセスができている

次に関心のあるスポーツに関する情報を得てもどこに行けばそのスポーツができるのか、いつ行けばいいのかどんな準備が必要なのかなどスポーツ活動に結びつく具体的な情報がなくては行動できません。その場所までのアクセス方法も課題となります。活動場所までまずは行き、実際の様子を見、やっている人と話をし、より具体的な情報を得ることで活動に結びつきます。多くの場合、最初に活動場所を訪れたときにそのスポーツを体験し、そのことがその後の活動に大きな影響を与えているようでした。情報を得るだけではなく活動の場にアクセスできることが重要です。

③ 日常的スポーツ活動を行うための受け皿がある

さらに、日常的に活動することが可能な組織、団体、クラブなどがあることが重要です。新たにスポーツを始めようとするとき、先輩選手や仲間がいてくれることは、競技技術はもとより、車いすや義足に関する情報、身体のケアに仕方から、車いすで入れるおいしいレストランの情報まで様々な情報を得ることができます。こうした情報によりスポーツのみならず日常生活の QOL も向上

する可能性があります。何より、初心者で戸惑ったり、上手くいかないときに支援してくれる仲間がいることは心強いことです。

④ スポーツの場への移動手段が確保されている

スポーツを日常的に実施するためには体育館やグランド、プールなどへの移動手段が確保されていなくてはなりません。公共交通機関が利用できる、自分で自動車の運転ができる、送り迎えしてくれる人がいる、移動支援サービスを利用することができるなどが考えられます。障害のある子どもの場合、両親が働いているなどの理由から移動手段がなく、スポーツを継続的に実施できない場合がしばしばみられます。障害者スポーツの先進国オランダではスポーツを行う場までの移動手段が公的サービスによって保障されています。人口が日本の８分の一程度であるにもかかわらず、毎回パラリンピックでは日本よりも獲得メダル数が多い（東京パラリンピックでは金25個を含む59個のメダルを獲得）理由の一つはこの辺りにあるのかもしれません。

⑤ 受傷前の運動・体育・スポーツ経験がプラスに働いている

スポーツを実施している障害者の多くは障害が発生する前にスポーツを行っていたことがわかってきました。そして、そうした経験が受傷後にスポーツを始めることに対してプラスに作用していることがほとんどです。先天的な障害のある人は学校などで体育や部活動に参加していた人が多いようです。こうした点を考えると、学校での体育は障害の有無にかかわらず楽しいものでなくてはなりませんし、幼い時から運動やスポーツに親しんでおくことも重要なポイントとなるでしょう。

⑥ ①～⑤に関わる重要な他者やスポーツをする上でのロールモデルとなる人がいる

最後に、これまでに示してきた①～⑤のことのきっかけとなる出来事を提供してくれたり、支援してくれたり、あるいは自分の手本となるようなロールモデルとなるような人がいることが挙げられます。①のきっかけとなる情報を提供してくれるのは「人」とは限りません。テレビや雑誌などのメディアを通じた情報の場合もあり人それぞれです。また、①～⑤のどの段階での支援かによって、医師や看護師であったり、PT や教員であったり、あるいは家族や先輩選手だったりと様々です。いずれにしても自分に必要なもの、具体的には情報、移動手段、励まし、指導、あこがれやお手本などを提供してくれる人たちです。

これら①～⑥の条件がそろうことで障害のある人がスポーツを始め、継続することができると考えられます。

3. 障害のある人のスポーツへの道程と現在の課題

先に示した①～⑥のことはスポーツをしている障害のある人に共通な点であると同時に障害のある人がスポーツを始め、継続的に実施するための条件、課題ということができるでしょう。現状ではどの段階においても課題は山積しているのではないでしょうか。ここでは紙幅の都合もありますので①の情報提供のことを中心に書きたいと思います。図２は障害のある人がスポーツを始めるまでの段階と課題を示したものです。スポーツに関する情報が当事者に届くようにするためには先天的障害者の場合は学校関係者が、後天的障害者の場合は PT や OT などリハビリに関わる人が障害者スポーツ

に関する知識や情報を持っていることが重要となります。なぜなら先天的障害者は必ず学校へ通うことになりますし、後天的障害者は必ずリハビリテーションを行うことになるからです。学校期やリハビリテーション期に障害者スポーツに関する情報が届くようにすることで、当事者にスポーツという選択肢が増え、スポーツをする障害者も増加するでしょう。また、障害者スポーツ専用あるいは優先施設はどこにでもあるというわけではありません。地域のスポーツクラブや一般のスポーツ施設の指導者やスタッフが障害者スポーツに関する知識や情報を持ち、障害者を受け入れることができるようになることも重要なポイントでしょう。

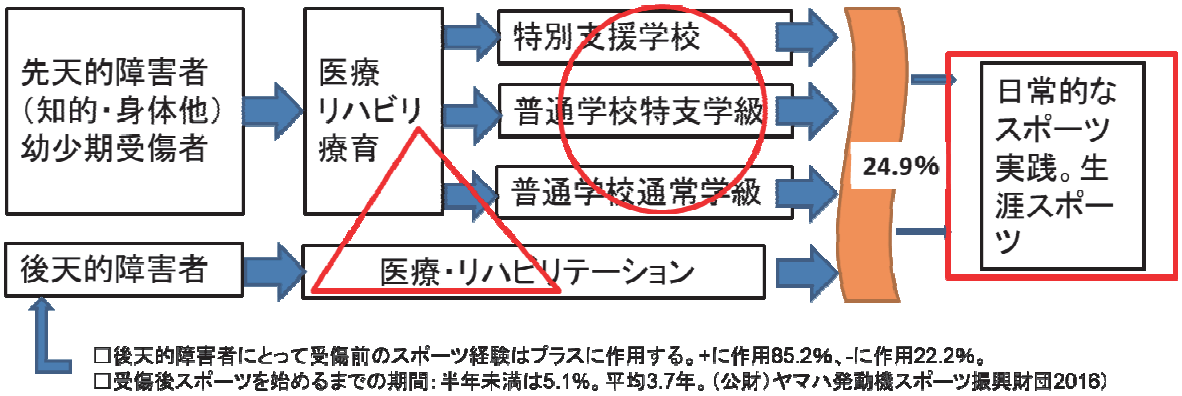
2020東京パラリンピック開催により、多くの人が障害者スポーツを知り、注目するようになりました。これにより障害があってスポーツをやりたいと思っているのに情報がないという人に情報が届けられる可能性が高まったということができるでしょう。その点パラリンピックの国内開催は障害者スポーツの普及の観点から見ても効果が期待されるところです。これをより確実なものにするために、多くの地域で障害者スポーツのクラブやチームが組織化されたり、一般のクラブへの受け入れが進むことで、スポーツをやりたいと考えている人の受け皿が増え、その場への移動の支援が受けられるようになることが必要でしょう。

引用参考文献

・(株)リベルタス・コンサルティング　『スポーツ庁委託調査　障害者スポーツ推進プロジェクト（障害者のスポーツ参加促進に関する調査研究)』2021年

・(公財)ヤマハ発動機スポーツ振興財団　『2020（令和２）年度　障害者スポーツを取巻く社会的環境に関する調査研究』2021年

図２　障害者のスポーツへの社会化の課題



壁は障害のある人と直接関わる人の知識・情報・経験不足
①△医療・福祉関係者の知識・情報不足
②○教員の知識・情報・経験不足
③□健康運動・スポーツ・諸事業の指導者の知識・情報・経験不足
④○△□親や家族の知識・情報不足
⑤○△□障害のある人自身の知識・情報不足

Hieu　Thi　Luu　小さな写真展
「ヒョウ×ファンタスティック」より

タイトル：戸山サンライズ１

撮影日：令和２年９月30日

撮影地：東京都新宿区

コメント訳：戸山サンライズのバルコニーからの満月。戸山サンライズから空を眺めるといつも平和です。もししたことがなかったら、やってみてください。

タイトル：戸山公園１

撮影日：令和２年11月18日

撮影地：東京都新宿区

コメント訳：そこに時計があるの、見えますか？この写真を撮ったとき、二人が手をつなぎ、同じ時間を一緒に歩む美しさのことを考えました。なんだか、愛ってとてもかっこいい！

タイトル：神楽坂

撮影日：令和２年11月19日

撮影地：東京都新宿区

コメント訳：私はだれかがこの看板で立ち止まるのをずっと待っていました。「Made in 神楽坂」の写真を撮りたくて。すると、彼が現れました。これがまさに神楽坂スタイルです。とても洗練されています。

タイトル：箱根１

撮影日：令和２年11月21日

撮影地：神奈川県足柄下郡箱根町

コメント訳：わくわくしながら待つことは、無駄な時間ではなく、何か素敵なことが起きようとしていると信じることです。

戸山サンライズ（通巻第290号）

発　行　令和3年12月24日

発行人　公益財団法人 日本障害者リハビリテーション協会　　会長　炭谷　茂

編　集　全国障害者総合福祉センター

〒162-0052 東京都新宿区戸山1-22-1　TEL.03(3204)3611(代表)　FAX.03(3232)3621

http://www.normanet.ne.jp/~ww100006/index.htm