

平成29年度スポーツ庁委託事業

「地域における障害者スポーツ普及促進事業」

平成29年度 障がい者スポーツ 普及促進プログラム

(地域における障がい者スポーツ普及促進事業)



徳島県

はじめに

本県におきましては、平成28年4月、障がい者が自立して社会参加し、自己の個性や能力を発揮することができる社会の実現を目指す「障がいのある人もない人も暮らしやすい徳島づくり条例」を施行し、「障がい特性に応じて参加することができるスポーツの振興」を条例に盛り込んだところであり、7月にはトルコのサムスンでデフリンピックが開催され、パラリンピックにおいても、東京大会まで3年を切り、障がい者スポーツに向けた気運が一層高まった年となりました。

また、社会的に大きな可能性を秘めた障がい者スポーツを盛り上げていくことに賛同する県民、企業、団体等による幅広い支援によって、障がい者スポーツの推進母体となる「徳島県障がい者スポーツ協会」が昨年7月に設立され、関係者間のネットワーク形成を図りながら、障がい者が身近な地域で日常的にスポーツを楽しむ環境づくりや競技力の向上等に取り組むことにより、総合的な障がい者スポーツの振興を図り、障がい者の健康増進や社会参加を促進するとともに、障がいに対する県民の相互理解を深め、もって活力ある共生社会の実現に貢献するものとして活動を始めたところです。

こうした中、徳島県では昨年度に引き続き、障がい者の方が地域において継続してスポーツに取り組める環境を整備するため、障がい者スポーツの裾野の拡大、競技力の向上、相互理解の視点から、スポーツ部局、教育委員会をはじめ、障がい者スポーツ振興団体、障がい者スポーツセンター等が、連携・協働し、「地域における障がい者スポーツ普及促進事業」に取り組みました。

本プログラムは、上記内容について実践した、その成果を検証し作成したものです。多くの方々にご覧いただき、忌憚のないご意見、ご助言を賜れば幸いです。今後更に、これまでの3ヶ年の「実践研究」の成果を発展させるとともに、課題解決の検証を進め、障がい者スポーツの普及促進を図っていきたいと考えております。

最後になりますが、本事業の実践に当たり、ご指導、ご協力を頂いた、関係機関の方々や学校等の皆様方に、厚くお礼申し上げます。

平成30年3月

平成29年度障がい者スポーツ普及促進プログラム（目次）

I 地域における障がい者スポーツ普及促進事業

- 1 事業の目的・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1
- 2 実施事業の概要・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1
- 3 事業効果・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1
- 4 まとめと今後の課題・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2

II 実行委員会

- 1 会議の目的・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 3
- 2 検討事項・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 3
- 3 委員名簿・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 4
- 4 成果及び評価・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5

III 調査研究事業

1 特別支援学校における実践研究

- (1) はじめに・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 7
- (2) 事業の目的・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 7
- (3) 事業の概要・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 7
- (4) 成果及び評価・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 9
- (5) おわりに・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 19

2 スポーツ普及促進事業・特別支援学校での選手育成事業

- (1) スポーツ普及促進事業・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 21
- (2) 特別支援学校での選手育成事業・・・・・・・・・・・・ 30

3 共生共楽スポーツ推進事業

- (1) 目的・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 63
- (2) 実施概要・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 63
- (3) 取組内容・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 63

4 持久水泳普及事業（ふれあいスイミング・持久水泳認定会）

- (1) はじめに・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 69
- (2) 事業の目的・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 69
- (3) 事業の概要・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 69
- (4) 成果及び評価・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 77
- (5) おわりに・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 78

I 地域における 障がい者スポーツ普及促進事業

I 地域における障がい者スポーツ普及促進事業

1 事業の目的

地域における障がい者スポーツの普及促進を進めるに当たっては、障がい者スポーツの「参加機会の拡大」やそれに携わる「人材の育成」、さらには、「地域住民との交流」も含め、障がい者スポーツが「楽しいことを実感できる環境づくり」が重要である。

本県においては、平成27年度より、「地域における障害者スポーツ普及促進事業」に取り組み、障がい福祉部門、スポーツ振興部門、教育部門といった行政部局に加え、県内スポーツ関係者、障がい福祉関係者等が連携し、障がい者スポーツの普及促進に係る全県的な実行委員会を組織し、関係者間の「顔の見えるネットワーク体制」づくりを進めてきたところである。

これまでの成果を踏まえ、多角的な視点からの検討や、各団体が持つノウハウを活用しながら、新たな事業の展開やこれまでの事業の深化を図ることとした。

具体的には、平成27年度から行ってきた事業を、3年目の集大成として継続・発展させることを目的とし、スポーツ活動の習慣化につなげるとともに、検証結果を生かした新たな展開を図りつつ、障がい者の視点に立った実践研究、障がい者スポーツの振興、さらには障がい者の自立と社会参加を促進していくことを目的とした。

2 実施事業の概要

- (1)「徳島県地域における障がい者スポーツ普及促進事業実行委員会」の設置
- (2) 実践研究

平成29年度においても、障がい者スポーツの「参加機会の増加」、「裾野の拡大」、「交流の活発化」を目指し、従来の「障がい福祉」からのアプローチのほか、スポーツ部局との連携やスポーツの持つ情報発信力と交流機能の活用といった視点から、以下の事業を実施した。

- ①児童生徒の障がい特性に応じたスポーツ種目を活用した地域交流事業
- ②スポーツ普及促進事業（出張スポーツ教室・ボッチャ大会）
- ③特別支援学校での選手育成事業
- ④共生共楽スポーツ推進事業
- ⑤ふれあいスイミング及び持久水泳認定会

3 事業効果

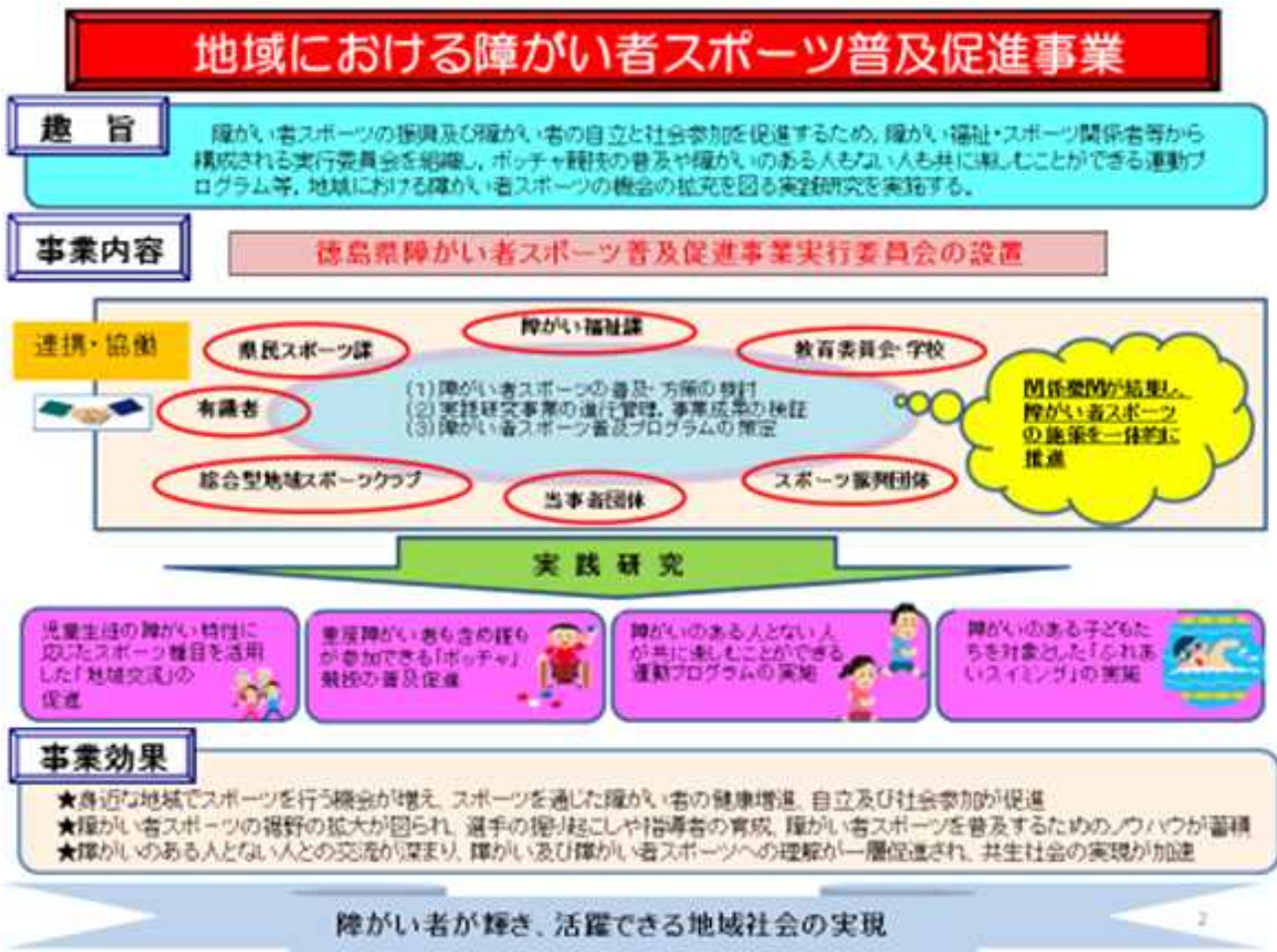
実行委員会の設置により、これまで各々でスポーツ活動を行っていた関係者が、「顔の見えるネットワーク体制」が整備されたことにより、障がい者スポーツ施策を一体的に進めることができ、広がりを見せている。

また、身近な地域でスポーツを行う機会の提供、スポーツを通じた障がい者の健康増進、自立及び社会参加促進が期待でき、加えて、障がいのある人とない人との交流が深まり、障がい及び障がい者スポーツへの理解が一層促進され、共生社会の実現に向け、確実に歩みを進めているところである。

4 まとめと今後の課題

障がい者がスポーツを実施するにあたってのアクセス手段の確保といった課題や、スポーツの競技器具の整備及び競技施設の確保についての問題や、専門的指導者の不足に係る問題、情報の集約とその提供・発信の仕方についてなど、本事業を実施する中でいろいろな課題が抽出された。

3年間の当該事業で抽出されたこれら課題の共有や連携体制が図られる中、それらの解決と新たな展開に向けて、一層の促進と検証を行っていききたい。



Ⅱ 実行委員会

II 実行委員会

1 会議の目的

平成27年度に設置された「徳島県障がい者スポーツ普及促進事業実行委員会」において、引き続き、障がい者スポーツの普及・啓発を行うとともに、障がい者が、積極的にスポーツに参画できるよう、その障がいの種類及び程度に応じたスポーツ活動への参加の機会を提供し、生涯にわたって、身近にスポーツに親しむことができる方策について検討する。

2 検討事項

- ・スポーツ関係者、障がい福祉関係者等が、各地域で連携、協働し、障がい者スポーツの普及啓発等方策を検討することができる体制の強化
- ・障がい者スポーツの普及啓発の方策等を検討し、その一環として、実践研究の進行管理、事業成果の検証等を行い、障がい者スポーツの普及促進プログラムをまとめる。



連携・協働

※実行委員会の中では、全国障害者スポーツ大会の結果報告や県の取組も紹介



★ノーマピック・スポーツ大会



★障がい者トップアスリートによる講演会

3 委員名簿

区 分	所 属・職 名	氏 名	備 考
学識 経験者	徳島文理大学教授	岩城 由幸	委員長
	徳島大学大学院教授	佐藤 充宏	
障がい 者当事 者団体	徳島県身体障害者連合会常務理事兼事務局長	板東 克典	
	徳島県手をつなぐ育成会常務理事兼事務局長	川口 始	
スポー ツ関係 団体	徳島県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会会長	井澤 秀樹	
	徳島県スポーツ振興財団常務理事兼事務局長	森山 宏昭	
	徳島県障がい者スポーツ協会事務局長	岡下 和義	副委員長
行政職	徳島県県民環境部県民スポーツ課長	佐川 英之	
	徳島県保健福祉部障がい福祉課長	谷口 哲也	
	徳島県教育委員会特別支援教育課長	榊 浩一	
	徳島県教育委員会体育学校安全課長	林 日出夫	

4 成果及び評価

(1) 開催実績等

第1回 平成29年6月30日(金)

(議事)

- ・平成29年度地域における障がい者スポーツ普及促進事業について

第2回 平成30年1月29日(月)

(議事)

○スポーツ庁来県視察：有田正寿氏，木暮芳子氏

- ・第17回全国障害者スポーツ大会の結果報告等について
- ・各実践研究事業の中間報告について

第3回 平成30年 3月16日(金)

(議事)

- ・普及促進プログラムについて

第4回 平成30年 3月16日(金)

(議事)

- ・平成30年度の実施計画について

<委員からの意見>

- ・障がい者スポーツが実施できる場所へ行く為の移動手段の問題について，解決策を検討していく必要がある。
- ・卒業後も，学校で実施したスポーツ活動を続けていく為には，地域のスポーツクラブとの交流や理解・啓発，連携が重要である。
- ・財源が限られている中で，地域に根ざして，障がい者スポーツを継続していける方策の検討が必要である。

(2) 評価

当該事業の実施にあたり，実行委員会を立ち上げたことで，これまで個別に活動してきた関係者がネットワークを構築できたことにより，障がい者スポーツへの取り組みが，非常に円滑に促進されてきた。

各実践団体が実施事業の情報を共有することによって，連携事業を開催したり，障がいのある人もない人も一緒になってスポーツを楽しむ機会の創出に繋げる等，新たな展開が見られた。

また，今年度は，第2回実行委員会において，スポーツ庁より当該事業の現地視察に御来県頂き，本県の障がい者スポーツの取り組みを視察・体験して頂けたことは，視察頂いた学校や団体，パラスポーツフェスティバルの参加者等から反響が大きく，非常に貴重な機会となった。

Ⅲ 実践研究事業

Ⅲ－１ 特別支援学校における実践研究

～児童生徒の障がい特性に応じたスポーツ種目を活用した地域交流事業～

徳島県教育委員会特別支援教育課

1 はじめに

知的障がいのある人の余暇活動の重要性が指摘され、その中でもスポーツ活動は彼らのＱＯＬ（生活の質）を高めるといわれている。

東京学芸大学教授の奥住氏(2012)は、文字を読むことができて一定の理解力がある知的障がい特別支援学校高等部生徒を対象に、本人自ら回答する自記式の質問紙を用いて、卒業後に行いたいスポーツ活動の種類等を調査したところ、「卒業後に行いたい」のは、ボウリング、バスケットボール、水泳、ダンス、ジョギング等である回答を得ている。行いたいスポーツ活動は、レクリエーションとしてよく行われているものや、学校の体育活動でよく行っているものである。

一方、知的障がいのある人は、自宅で休日を過ごすことが多く、スポーツ活動を楽しむ機会が少ないという厳しい実態も報告されている（高畑・武蔵，1997）。

障がいのある児童生徒が早い時期に、スポーツを「知る」ことは重要であり、生徒の卒業後の余暇活動の充実につながる学齢期のスポーツ活動の取組が求められている。

そこで本研究では、知的障がい特別支援学校の児童生徒の障がい特性に応じたスポーツ種目を選定し、卒業後のスポーツを通じた地域との交流や余暇の活用に結びつけることを目的として実践を行うこととした。

平成27年度は、児童生徒の障がい特性に応じたニュースポーツを選択し、専門家の指導を受けながら、スポーツの技能を高めたり、スポーツの楽しさを体感したりすることができた。また、スポーツを通じた地域等との交流を行った。

2年目の平成28年度は、専門家の指導を受け、児童生徒のスポーツ技能の習熟と教員のスポーツ指導力の向上を図るとともに、地域の老人クラブや特別支援学級の生徒等へ交流の輪を広げた。

平成29年度は、児童生徒が新たなスポーツを経験し、技能を習得できるよう新種目に取り組むとともに、卒業後も地域でスポーツ活動を継続できるよう、地域のスポーツ大会への参加をめざして実践を行った。

2 事業の目的

- (1) 障がいのある人も障がいのない人も共に楽しめる「ニュースポーツ」等を通して、スポーツの楽しさや喜びを伝え、子供が生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てるとともに、特別支援学校と地域の中学校、高等学校、NPO法人団体等と交流を図る。
- (2) 本事業を通じて、互いの個性や特性を認め、お互いに支え合うことができる共生社会の形成につながる。また、特別支援学校卒業生が、学校卒業後のスポーツを通じた地域との交流や余暇の活用にむすびつける。

3 事業の概要

(1) 実施内容

- ① 特別支援学校の生徒の障がい特性に合った「ニュースポーツ」等の選択と実践。
- ② 地域の「ニュースポーツ」等の協会やNPO法人団体を講師としたルール及び実技講習会の実施。
- ③ 特別支援学校と地域の方（NPO法人団体等）で「ニュースポーツ」等の交流試合を開催。
- ④ 特別支援学校と中学校、高等学校との交流の機会を設け、スポーツを通じた交流を図る。

(2) 実施時期

- ① 場所：徳島県立国府支援学校、徳島県立池田支援学校、徳島県立池田支援学校美馬分校
- ② 対象者：特別支援学校に通う児童生徒

③ 年次計画

	スポーツ等の技能獲得・習熟			交流場所の拡がり		
1年次 (H27)	・知的障がいのある生徒に適した「ニュースポーツ」等の種目調査	・学校教育活動における「ニュースポーツ」等の練習	・「ニュースポーツ」等の技能獲得のための講習会			
2年次 (H28)			・「ニュースポーツ」等の技能向上に向けた講習会	・「ニュースポーツ」等を活用した学校間交流の実施	・「ニュースポーツ」等を活用した地域交流の実施 (NPO,施設等)	
3年次 (H29)			・新しい種目への広がり			・地域の大会、県大会への参加(年1回)

(3) 各校で取り組むスポーツ種目

① 国府支援学校

H27	グラウンドゴルフ	タグラグビー	フロッカー		
H28					
H29				ランニング	ボッチャ

② 池田支援学校

H27	ランニング	サーキット	体づくり	雪合戦
H28				
H29				

③ 池田支援学校美馬分校

H27	カローリング	
H28		
H29		フライングディスク

(4) 平成29年度取組状況

① 国府支援学校

種目等	グラウンドゴルフ	タグラグビー	フロッカー	ランニング	ボッチャ
講師等				理学療法士 作業療法士	
指導形態	スポーツクラブ (放課後)	スポーツクラブ (放課後) 体育	放課後活動等	体づくり	スポーツクラブ (放課後)
対象	中学部生徒	中学部生徒	高等部生徒	中学部生徒	中学部生徒
交流先	国府中学校		城南高等学校	地域の方々	国府中学校
参加大会				神山温泉すだちマラソン 吉野川リバーサイド ハーフマラソン	

② 池田支援学校

種目等	ランニング	サーキット	体づくり
講師等	三好ランニングクラブ	作業療法士	理学療法士
指導形態	体育	体育	体育
対象	小・中・高	小・中・高	小・中
交流先	三好市・三好郡の地域の方々		
参加大会	みよしロードレース大会		

③ 池田支援学校美馬分校

種目等	カローリング	フライングディスク
講師等	スポーツクラブ美馬	
指導形態	放課後活動等	放課後活動等
対象	高等部生徒	高等部生徒
交流先	スポーツクラブ美馬, 地域の方々	地域の特別支援学級生徒
参加大会	SC美馬カローリング大会	

4 成果及び評価

(1) 徳島県立国府支援学校

① 学校のプロフィール

国府支援学校は、徳島市西部の閑静な穀倉地帯に位置する知的障がいのある児童生徒を対象とする特別支援学校である。児童生徒の障がいの状態は多様であるが、自閉症を伴う知的障がいの児童生徒が学校全体の約半数を占めている。

学校教育目標を「児童生徒一人一人の能力や特性に応じた教育を行うことにより、その可能性を最大限に伸ばし、積極的に社会参加し、主体的・創造的生活を営むことのできる人間を育成する。」とし、個々の児童生徒の実態や興味関心に応じた指導を行っている。

平成29年度は、小学部81名、中学部75名、高等部122名、計278名が在籍している。自宅からの通学生、寄宿舎生、また、家庭の事情により隣接する障がい児施設や他の児童養護施設に入所し通学する児童生徒もいる。

② 取組の概要

【中学部】

平成27年度から生徒の実態に即して、グラウンドゴルフ、フロッカー（フロアカーリング）、ラグビー等のニュースポーツに取り組んでいる。平成29年度は、近隣の中学校との交流学习の活動並びに地域のマラソン大会出場に向けた外部講師によるランニング指導の2本柱で取り組んだ。

実施時期	実施内容（活動内容）	対象
平成29年 9月14日（木）	1 グラウンドゴルフ&ボッチャ ・場所：国府支援学校 運動場&体育館 ・内容：国府中学校生徒との交流学习を実施。運動場でグラウンドゴルフ、体育館でボッチャの2グループに分かれてそれぞれ実施。	中学部20名 国府中学校 20名
平成29年 9月27日（水）	2 外部講師によるランニング指導（1回目） ・場所：国府支援学校 運動場&体育館 ・講師：徳島県トレーナー協会 理学療法士 遠藤 恭弘 氏 鴨島病院 作業療法士 美馬 久美子 氏 ・内容：マラソン参加を目指し、理学療法士や作業療法士の方から、	中学部26名

	ランニング指導を受けた。準備運動、ラダーやミニコーンを使用したランニング指導、3～4人一組で脇に挟んだ紙テープを落とさないように鬼ごっこを行った。	
平成29年 11月13日（月）	3 外部講師によるランニング指導（2回目） ・場所：国府支援学校 運動場&体育館 ・講師：徳島県トレーナー協会 理学療法士 遠藤 恭弘 氏 鴨島病院 作業療法士 美馬 久美子 氏 ・内容：1回目の指導後、指導・助言を受けたトレーニングメニューの一部をランニング前に実施。2回目の指導では、1回目のメニューを短縮して実施した後、グラウンドを10周走った。どの生徒も姿勢の保持や走り方の改善が見られ、タイム計測でも成果が見られた。	中学部18名
平成29年 11月19日（日） 9:00～11:00	4 神山温泉すだちマラソン当日 ・場所：神山町民グラウンド ・内容：エントリー18名中、17名が参加した。全員が完走することができた。結果については、17名中16名が記録更新を達成することができた（【表1】参照）。	中学部17名
平成30年 3月11日（日） 9:00～11:00	5 吉野川市リバーサイド・ハーフマラソン当日 ・場所：吉野川市鴨島運動場 ・内容：11名が参加した。全員が完走することができた。結果は、11名中7名が記録更新を達成することができた（【表1】参照）。	中学部11名

【高等部】

平成27年度よりフロッカー（フロアカーリング）に取り組んできた。平成29年度は、例年交流している城南高等学校との交流学习においてフロッカーを行った。

実施時期	実施内容（活動内容）	対象
平成29年 11月6日（月）	1 フロッカー ・場所：国府支援学校体育館 ・内容：生徒を8班に分け、3コート作った会場で総当たり方式で対戦した。ルールを分かりやすくするため1ゲーム制とし、ターゲットにフロッカーを近づけたチームが勝ちとした。チームによって人数に差があったが、班内で話し合い、順番を変えながら競技に取り組んだ。 班編制 混合チーム (国府支援学校1名、城南高校2～3名)	高等部8名 城南高等学校 18名

③ 活動の成果

a グラウンドゴルフ&ボッチャ

グラウンドゴルフとボッチャの両種目とも、参加した国府中学校生徒には目新しい種目であり、本校生徒と和気藹々と楽しい雰囲気競技を楽しむことができた。生徒の障がいの程度や特性が異なっても、競技に取り組める点がよかったと感じられた。互いにプレイを進める中で、助言し合ったり会話を交わしたりするなど交流を深める様子が多く見られた。

b ランニング

ラダーやミニコーンを使用したランニング指導により、生徒達は、苦戦しながらも日頃動かすことが少ない身体部位を動かすことができ、楽しんで指導を受けることができた。指導後約1ヵ月間、週3日、外部講師から指導いただいたトレーニングの一部を実施してからランニングに取り組んだ。

その結果、指導1回目に比べて生徒の取り組む様子に改善・向上が見られ、活動最後のランニング10周では、生徒の記録タイムが更新されたりする成果が見られた。

また、マラソン大会への参加を目標にすることで、高いモチベーションを維持しながら取り組むことができた。「神山温泉すだちマラソン」では、参加した生徒17名全員が完走し、うち10名が

これまでの自己記録を更新できた。

神山温泉すだちマラソン以降も、マラソンやロード走実施前に短縮版の事前運動やトレーニングを行ってから臨むようにしたり、保健体育の時間にトレーニングメニューを学習内容に取り入れて実施したりするなどして、平成30年3月11日（日）に開催される吉野川市リバーサイド・ハーフマラソン参加に向けてトレーニングを重ねた。

吉野川市リバーサイド・ハーフマラソン当日は11名が参加し、【表1】のとおり記録を残すことができ、11名中7名が前回大会の記録を更新することができた。

マラソン指導において、計測開始から吉野川市リバーサイド・ハーフマラソンまでの期間に、16名の生徒が記録を更新することができた。

【表1】ロード走及びマラソン大会記録（3kmのタイム）

		11/2 (木)	11/6 (月)	11/13 (月)	11/19 (日)	2/28 (水)	3/11 (日)
1年 男子	A	17' 32	—	—	16' 47 男女別52位	—	15' 16 男女別19位
	B	16' 05	14' 56	14' 48	14' 14 男女別42位	14' 58	13' 59 男女別15位
	C	—	—	—	24' 16 男女別63位	—	—
2年 男子	D	—	18' 50	20' 53	16' 29 男女別50位	16' 30	17' 24 男女別21位
	E	—	20' 33	21' 54	20' 29 男女別58位	19' 36	19' 46 男女別25位
	F	—	17' 32	16' 54	14' 11 男女別40位	—	—
	G	—	19' 57	15' 33	13' 38 男女別36位	—	—
	H	—	22' 54	21' 02	17' 40 男女別53位	20' 07	17' 50 男女別23位
	I	—	28' 30	23' 05	21' 17 男女別59位	21' 38	19' 55 男女別26位
	J	—	16' 43	17' 40	16' 09 男女別46位	16' 30	17' 24 男女別20位
K	—	18' 57	18' 44	18' 40 男女別54位	17' 45	17' 43 男女別22位	
3年 男子	M	17' 36	16' 49	16' 32	14' 15 男女別43位	15' 07	14' 01 男女別16位
1年 女子	N	18' 25	18' 23	17' 00	18' 15 男女別14位	17' 42	17' 59 男女別9位
	O	23' 27 (2.5km)	26' 48	26' 03	24' 14 男女別24位		
	P	20' 40	—	21' 18	19' 43 男女別17位		
3年 女子	Q	21' 35	18' 33	18' 56	16' 54 男女別8位		
	R	24' 15	16' 49	22' 05	18' 57 男女別15位	20' 00	21' 50 男女別11位

※初回と神山すだちマラソン大会でタイム更新が見られたケースは黄色、吉野川リバーサイド・ハーフマラソンで、さらに記録更新したケースは緑色

c フロッカー

チーム編成については混合チームとし、競技について相談しながら交流が行えるようにした。開始当初はお互いに遠慮している様子であったが、ゲームを進めていく中で自然と声をかけ合うようになっており、和やかな雰囲気での活動することができた。フロッカーは全員経験が少ないことに加え、運動能力による差が生まれにくい競技であるため、特別支援学校生徒も自信を持って競技に取り組むことができた。また、チームとして勝敗が決定する瞬間が分かりやすいため、お互いを励まし合ったり、相手のプレーを称えたりしながら競技することができた。城南高校生からは学校行事の球技大会にフロッカーを入れてはどうかという提案が出るなど、楽しく取り組めたことが伝わってきた。

④ 今後の課題

a グラウンドゴルフ&ボッチャ

ニュースポーツの実施を通じて、生徒同士の交流を深める機会となったことから、今後も、交流活動で取り組めるニュースポーツの種目を増やしていくことができればと考える。

b ランニング

外部講師から指導・助言された内容については、日々のランニング指導や保健体育の学習活動内に組み込み、継続的に指導を行うようにすることが求められる。

特に、生徒が自分自身の身体の機能や適切・合理的な動かし方等について具体的に理解できるようにする為に、成果や課題の具体的なフィードバックを行うことで、自ら判断して気をつけて取り組めるように指導・支援を行うことが重要であると考えます。

c フロッカー

状況に合わせてルールを簡単にしたり、実態に合った進行方法を取り入れることで、誰もが楽しむことができる競技なので、授業や学校行事の中でも活動する機会を増やしていくことを検討したい。用具も充実したため、様々な機会での活用が図れるよう、教員への周知や体験研修を実施していくことも重要である。

(2) 徳島県立池田支援学校


① 学校のプロフィール





池田支援学校は、知的障がいのある児童生徒を対象とした特別支援学校である。県西の山間部に立地し、学校周辺には多くの福祉施設があり、地域一帯が『箸蔵福祉村』と呼ばれている。平成29年度は小学部25名、中学部23名、高等部34名、計82名が在籍している。児童生徒の約4割が家庭から離れて隣接する福祉型障がい児入所施設（池田学園）から通学している。

児童生徒の障がいの重度・重複、多様化から、多くの児童生徒は、保護者の送迎やスクールバスを利用しており、自力通学している者は数名である。

児童生徒の運動課題は、体力づくり（筋力、持久力のアップ、体脂肪の減少、病気に負けない体づくり）であり、運動する習慣をつけ、余暇活動や地域スポーツへの参加につなげていくことである。そこで、全児童生徒が取り組めるように「ランニング」「サーキットトレーニング」「体づくり」の3種目に分かれて取り組んだ。

② 取組の概要

実施時期	実施内容（活動内容）	対象
平成29年 9月26日(火)	1 外部講師によるランニング指導（1回目） ・講師：三好ランニングクラブ 林 茂樹 氏 ・内容：小学部から高等部まで講師の指導を受けた。5分間の体ほぐしのランニングから始め、徐々に走るペースを上げていき、小・中学部は10分間、高等部は20分間走りきった。 	小・中・高等部 37名

<p>平成29年 10月4日(水)</p>	<p>2 外部講師によるランニング指導（2回目）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・内容：本年度2回目の講師による指導のため、見通しを持って活動に取り組めた。講師のペースに合わせて一緒に走る児童生徒もおり、意欲的に活動できた。 	<p>小・中学部 24名</p>
<p>平成29年 10月24日(火)</p>	<p>3 サーキットトレーニング（1回目）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・講師：鴨島病院 作業療法士 美馬 久美子 氏 ・内容：体育館、プレイルーム等でサーキットトレーニングの種目構成や支援の仕方について指導を受けた。高等部は前期から行っている、ミニハードル、ステップ昇降、昇降玉入れ、平均台、スラロームの5種目を15分間行い、生徒の実態によって目標周数を設定して実施した。それぞれの生徒がスムーズに行うことができているため、より負荷をかけるためにボールの大きさを変えたり、しゃがむ動きを種目の中に取り入れたりするなどの助言をいただいた。小・中学部はボールを使った運動やサーキットトレーニングを実施し、助言をいただいた。児童が意欲的に取り組むことのできる工夫や負荷のかけ方等についても指導を受けた。  <p>4 体づくり（1回目）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・講師：徳島県トレーナー協会 理学療法士 遠藤 恭弘 氏 ・内容：姿勢づくりや、肢体不自由児の体づくりについて指導を受けた。身体の成長に伴い拘縮が強くなることが考えられるので、日常生活の中でも緊張を緩和し、リラックスした状態を作れるように助言いただいた。 	<p>高等部7名 中学部9名 小学部15名</p> <p>小学部3名 中学部1名</p>
<p>平成29年 10月25日(水)</p>	<p>5 外部講師によるランニング（3回目）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・内容：講師から「最後の一秒まで全力で走りきること」の重要性をランニング前に指導いただき、実際に12分間走る中で、児童生徒一人一人のペース配分について具体的に指導を受けた。高等部は、5分間のジョギング後、各自で体操を行い、約120mのインターバル走を5本走った。その際、「追い込んでゆっくり、追い込んでゆっくり」と声かけをしていただき、10分間のダウンを行って終了した。 	<p>小・中・高等部 36名</p>

<p>平成29年 11月9日(木)</p>	<p>6 外部講師によるランニング (4回目)</p> <ul style="list-style-type: none"> 内容：前回までの指導内容に加え、少し内容をレベルアップさせたインターバル走の指導を受けた。長距離を走る上では、ペースに変化をつけた練習も有効というお話をいただき、生徒も普段とは少し違ったランニングをととても楽しんでいました。 	<p>小・ 中学部26名</p>
<p>平成29年 11月15日(水)</p>	<p>7 外部講師によるランニング (5回目)</p> <ul style="list-style-type: none"> 内容：少しアップダウンのある道路でのランニングを行った。講師から「勝負は下りではない。登りをとにかく頑張る。しんどい時こそあごを引いて腕を振る」と指導を受けた。生徒はいつも以上に頑張って登りのスピードを上げようとしている様子が見られ、その結果、安定したペースで最後まで走り続けられていた印象だった。 	<p>小・ 中学部25名</p>
<p>平成29年 11月22日(水)</p>	<p>8 外部講師によるランニング (6回目)</p> <ul style="list-style-type: none"> 内容：前回同様「登りをとにかく頑張る。12分の中で少しでも長い距離を走れるように。」という助言を受け、とても気温の低い中、生徒たちは半袖で元気に走った。「登りを頑張る」という指導が効果的であり、登りでペースを落とすことなく、安定して走ることができた。またランニング中の講師の熱心な声かけにより、児童生徒もいきいきと取り組めた。 	<p>小・ 中学部25名</p>
<p>平成29年 12月13日(水)</p>	<p>9 外部講師によるランニング (7回目)</p> <ul style="list-style-type: none"> 内容：講師の助言を活かし、しっかり腕を振って、少しでも長い距離を走ろうとする姿が見られた。最後に「長距離は、とにかく我慢。時間内で少しでも長く走ろうとする粘り強さが大事」と指導を受けた。 	<p>小・ 中学部24名 高等部11名</p>
<p>平成29年 12月19日(水)</p>	<p>10 サーキットトレーニング (2回目)</p> <ul style="list-style-type: none"> 講師：鴨島病院 作業療法士 美馬 久美子 氏 内容：小学部はボールを使った運動とサーキットを実施。動きの組み合わせ方や負荷のかけ方によって環境設定を変え、それぞれの児童に合った運動ができるようにすること、一つ一つの動きをしっかりと確認しながら指導・支援することを助言された。中学部は、前回の助言を受け、変更した活動内容等も含めたサーキットを実施。股関節の可動域に個人差があることから、コーンをくぐったり、跨いだりする活動の際、高さを身長に合わせて変更すること、股関節の動きがさらに硬い生徒に対しては、マットを用いて正しい動きを身に付ける等、段階的に指導、支援していくことを助言していただいた。高等部は、前回指導を受けた種目を加えたサーキット運動を 	<p>高等部10名 中学部9名 小学部14名</p>

実施。次年度への課題として、ボールの重さを重くするなど、現在のサーキットをベースに負荷を上げていくことで、より運動量を増やしていく方法などを指導いただいた。



11 体づくり

- ・講師：徳島県トレーナー協会
理学療法士 遠藤 恭弘 氏
- ・内容：座位保持椅子の調整や腕の伸展予防のためのマッサージの仕方、身体の弛めについて指導を受けた。



小学部 2名

平成29年
12月23日（日）

12 みよしロードレース大会

- ・会場：ぶぶるパークみかも（東みよし町）
- ・内容：今年は学校隣接の入所施設の行事と重なり参加数は8名と少なかったが、小学部の児童は地域の小学生と一緒に走ることができ、高等部の生徒は、レース先導役の高校生のペースについていこうと一生懸命走ることができた。

高等部 2名
中学部 5名
小学部 1名



③ 活動の成果

a ランニング

ランニング指導による心肺機能向上の効果やランニングフォームの安定等について具体的に指導助言をもらい、モチベーションのアップにつながった。冬季休業中に参加した「みよしロードレース」では、8人全員が完走し、充実感や達成感を味わうことができた。大会参加にあたって、大会主催者が、一般の部に障がいのある生徒の表彰部門を設け、高等部の生徒が1位、2位を獲得することができた。

また、当校では、小・中学部が12月から2か月間、高等部が1月から1か月間「体力作り月間」と位置づけ、体力の向上を図っている。悪天候の日以外はほぼ毎日のようにランニングの時間を設けてきた。その締めくくりとして、高等部を中心に「リレーマラソン」を実施している。今年度は中学部も「中学部チーム」として参加した。それぞれの生徒たちが日々の頑張りを発揮し、充実感・達成感を実感できたと思っている。

b ジャックナイフストレッチ

昨年度、鴨島病院理学療法士の田村英司氏に指導方法を教わった「ジャックナイフストレッチ」を、小学部では月曜と水曜日に、高等部では毎日実施している。4月から定期的に計測している「長座体前屈」の記録（表2、表3、表4）を見ると、12月現在、約7割の児童生徒の柔軟性が高まっている。

【各学部の長座体前屈記録（単位：cm）】

表2 小学部（平成28年度との比較）

児童	H29.1月	H30.1月
A	34	39
B	33	35
C	49	52

表3 中学部（平成29年度）

生徒	5月	12月
A	49	52
B	50	38
C	42	45
D	57	41
E	47	48
F	13	13.5
G	45	38
H	47	48
I	25	31
J	38	47
K	47	50
L	45	40

表4 高等部（平成29年度）

生徒	4月	9月	1月
A	40	39.5	42
B	39	39	46
C	45	48	48
D	30	37	34
E	64	57	62
F	37	40	43
G	44	46	49
H	15	17.5	4
I	43	40.5	45
J	31	31	38
K	39	46.5	40
L	26	29	28
M	40	33	32
N	36	43	33
O	37	26	28
P	20	22	28
Q	21	33	28
R	46	46	43

c サーキットトレーニング

小学部では、普段行っている授業の様子を見ていただくことで、一人一人の児童の実態に応じた具体的なアドバイスを受けることができた。個に応じた負荷を考えたり環境を整えたりしながら丁寧に指導を継続することで、それぞれの児童が設定された目標を達成できた。

中学部では、サーキット全体をとおして全身運動ができる内容に変更したことで、それぞれの生徒の身体のだの部位の動きに（足首の固さ、股関節の動き等）課題があるかが新たに発見でき、より実態に応じた内容になった。教員も生徒の運動レベルがどの程度であるのか、実態の見立て方を学ぶことができ、生徒の実態に応じた新たな場面設定ができるようになった。

高等部では、個々の実態の差が大きいため、サーキットの中で実態に応じた障害物をいくつか設置し取り組んだ。講師の助言を基に、活動内容はそのままボールの大きさやバーの高さなどをより負荷の高いものに変えることで、内容の変更等による生徒の情緒面の負担を最小限に抑え、運動量の確保をすることができた。

d 体づくり

小学部では、児童にあった肘置きやヘッドレストの高さや角度の調整等、専門的な視野に立った指導や助言があり、大変参考になった。また、排痰の方法や、座位保持椅子に座ったままの肩周りの筋肉のゆるめ方等について、実演をとおしてわかりやすく教えていただいた。指導・助言の内容は、普段の生活の中で生かすことができている、児童も気持ちよく生活が送れていると感じている。

中学部では、合同授業において、対象生徒が受動的な活動の場合が多く、ボディーイメージが持ちにくいいため、活動の際に、動かす部位を具体的に指示（「手」ではなく「左手」や「親指」等）し、ボディータッチをとおして伝えていくと良いと助言をいただいた。具体的に指示することで、

自分自身の体への意識が高まり、指示された部位を動かすことができるようになった児童生徒もいた。

④ 今後の課題

ジャックナイフストレッチを継続して実施することで少しずつ柔軟性が高まり、怪我の防止に役立っている。またランニングも同様に、毎日継続して取り組むことで持久力や筋力の保持増進と体力の向上に繋がり、地域の行事への参加に向けての意欲付けともなっている。そのため、児童生徒や教員に過度の負担にならないように学部全体で練習計画を立て、継続して取り組む必要がある。また、継続して取り組むためには、指導・助言の内容や児童生徒の運動技能等の実態の引き継ぎを確実にできる校内体制の充実が必要である。

さらに、当校は、公共交通機関の利用が困難な地域にあり、地域の行事に参加する場合もバス等を貸し切る以外に移動手段がない。児童生徒は、地域で開催されるマラソン大会に出場し、同年代の児童生徒と交流することを楽しみにしており、スポーツをとおして地域との交流を図るためには、移動費の確保が必要となる。

(3) 徳島県立池田支援学校美馬分校

① 学校のプロフィール

池田支援学校美馬分校は、県西中央部の美馬市美馬町に位置し、北側に阿讃山脈、南側に剣山山系を仰ぐとともに、清流吉野川を望む自然豊かな場所にある。

本県においては県西中央部に知的障がい者を対象とした特別支援学校がなく、この地域の生徒は国府養護学校及び国府養護学校池田分校（現国府支援学校、池田支援学校）に遠距離通学をしていた。

このため、当地に知的障がい者を対象とした特別支援学校を設置することにより、できる限り地域の身近な場で教育を受けることができる環境を整備するとともに、県西中央部における特別支援教育に関するセンター的機能を発揮することを目的とし、旧県立美馬商業高等学校の東側一角に、池田支援学校美馬分校として平成22年4月1日に開校した。

本校は、高等部を設置しており、対象とする障がい種別は知的障がいである。平成29年度は33名が在籍しており、生徒一人一人の能力や特性及び発達段階に応じたきめ細かな教育活動を行うことにより、その可能性を最大限に伸ばし、自ら生きる力を養い、積極的に社会参加し、主体的・創造的生活を営むことができる人間の育成を目指している。

今年度、当校では「支援学校みまカフェ」の運営や地域清掃活動、スポーツ交流、西部テクノスクールとの協働による作業学習、ものづくりマイスター等、地域の人々との連携により地域の特色を生かした様々な活動を展開し、生徒が直接校外の人と関わり活動をする場の充実を図っている。

② 取組の概要

実施時期	実施内容（活動内容）	対象
平成29年 11月26日（日）	<p>1 第13回美馬市文化祭協賛事業 「第12回 SC 美馬カローリング交流大会」 ・内容：スポーツクラブ美馬主催のカローリング交流大会に2チーム6名が参加した。</p> 	高等部 6名 参加チーム 20チーム 60名
平成29年 12月19日（火）	<p>2 第1回カローリング交流会(地域との交流) ・講師:スポーツクラブ美馬 青木 博美 氏 他7名 ・内容:スポーツクラブ美馬 2チームと美馬分校 6チームでカロー</p>	高等部18名

	<p>リングゲームを行った。</p> 	
<p>平成30年 1月19日（金）</p>	<p>3 地域の特別支援学級生徒との交流会</p> <ul style="list-style-type: none"> ・内容：生徒を学校混合の12チームに分け、フライングディスク、ストラックアウト、カフェの体験を行った。フライングディスクでは、1チーム20投とし、投げる順番や1人が投げる枚数を話し合いで決めるようにしたうえで、2チームずつの対抗戦を行った。互いに応援しながら参加することができた。 	<p>高等部28名 美馬市・つるぎ町内の中学校特別支援学級生徒25名</p>
<p>平成30年 1月30日（火）</p>	<p>4 第2回カローリング交流会(地域との交流)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・講師:スポーツクラブ美馬 青木 博美 氏 他8名 ・内容:スポーツクラブ美馬と美馬分校の混合チーム（8チーム）でカローリングゲームを行った。 	<p>高等部18名</p>

③ 活動の成果

カローリングは年齢、性別、体力に関係なく誰でも気軽に参加でき、障がいのある人もない人も共に楽しめるスポーツであることから、毎年スポーツクラブ美馬との交流会を実施しており、回数を重ねる毎に交流が深まっている。また今年度は、「地域の大会への参加」ということで、スポーツクラブ美馬主催のカローリング大会へ参加した。大会に向けて、正式なルールに従って練習を行うことで、個々の技能を高めることができた。地域の大会では、幼い頃お世話になった方と再会し懐かしむ様子が見られたり、次回の大会への参加を依頼される等、継続した交流へとつなげることができた。交流会に参加していただいた方が、学校内に設けている「支援学校みまカフェ」を利用されるなど、交流の範囲も広がっている。

④ 今後の課題

カローリングは、手軽に取り組めて楽しめるスポーツであるが、生徒数の増加や学校間交流への発展において、道具や場所等の環境整備が課題となる。車椅子利用者等の肢体不自由の生徒の参加においては補助具を作成するなどの、工夫や配慮も必要である。

また、地域の大会への参加や交流会の実施、講師の派遣等については日程や予算等を含む課題が挙げられる。

5 おわりに

本研究では、知的障がい特別支援学校の児童生徒の障がい特性に応じたスポーツ種目を選定し、卒業後のスポーツを通じた地域との交流や余暇の活用に結びつけることを目的とし、平成27年度から3年間取り組んだ。

3年間の取り組みの結果として、「カローリング」「フロッカー」「グラウンドゴルフ」等のニュースポーツは、年齢や障がいの有無、競技能力等に関わらず、誰でも気軽に楽しむことができ、チームで勝敗を競うことができることから、ゲームをとおして同じチームのメンバーや参加者との自然なコミュニケーションが生まれ、より交流を深めることができることがわかった。また、地域の方々にとっては、障がいのある生徒からルールを教わったり、共にスポーツを楽しんだりすることで、障がいのある児童生徒への理解が深まり、障がいのある人となない人が地域で共に生活するための「心のバリアフリー」が図られたと考える。

障がいのある児童生徒のスポーツ技能に関しては、専門家の指導を受け、継続して取り組むことにより、柔軟性の向上やランニングのタイムの向上等の効果が見られた。一方、教員においては、柔軟性や走力の向上、体の動かし方や健康な体づくりのための専門的な指導を受けることで、生涯にわたってスポーツを楽しめる基盤を育てるための指導方法を学ぶことができた。また、児童生徒のスポーツ技能の向上が数値として客観的に表れてくることで継続的な指導の効果を実感できた。

地域の大会においても、一般の参加者と共にスポーツを楽しめたことは、共生社会の実現に向けて、障がいのある児童生徒だけでなく、地域の方々にも大きな収穫であったと考える。

これらのことから、地域における障がい者スポーツの普及のためには、特別支援学校在学中から授業や放課後活動等の機会を活かし、障がい特性に応じた様々な種類のスポーツを知り、経験し、親しむことのできる取組を継続して実施することが重要であると考えられる。

加えて、卒業後もスポーツ活動を続けるためには、地域のスポーツクラブ等との交流を積極的に行い、知的障がいへの理解・啓発を促進し、活動の場所を学校から地域へつなげる取組が必要である。そのためには、障がいのある児童生徒がよりスポーツに参加しやすくなる環境整備や適切な情報提供を行う必要がある。

本事業における各学校での取組の成果と課題を活かすとともに、本事業をとおして連携したりつながりを持つことができた関係機関等とのネットワークを活用し、次年度以降も障がいのある児童生徒が生涯にわたってスポーツを楽しむことのできる取組を継続したい。

文 献

- ・奥住秀之(2012)；知的障害特別支援学校高等部生徒の卒業余暇スポーツ，障害者スポーツ科学，10(1).
- ・高畑庄蔵・武蔵博文(1997)；知的障害者の食生活，運動・スポーツ等の現状についての調査研究—本人・保護者のニーズの分析による地域支援生活のあり方—，発達障害研究，19.

① スポーツ普及促進事業

1 はじめに

徳島県では平成28年7月20日に徳島県障がい者スポーツ協会が、障がい者スポーツを盛り上げて行くことに賛同する徳島県民、企業、障がい者団体等からの幅広い支援の下、設立された。本年度は、徳島県障がい者スポーツ協会が初めて年間を通して事業展開を行う年度であり、とりわけスポーツ普及促進事業は、本協会の最重要事業として取り組んだ事業である。

事業展開にあたり事業最終年度であることを踏まえ、キーワードとして「見る（観る）スポーツから、するスポーツ、できるスポーツへの転換」を念頭に3年間の事業として計画的に実施した。

全体的なイメージは、参加者への障がい者のスポーツ活動推進によるQOLの向上、あるいは、障がいの有無や程度、年齢、性別等にとらわれず活動できる生涯スポーツとしての取組み、また競技を通じた地域社会との相互交流、共生社会の構築を目指して事業展開をすることにより、スポーツに参画する機会を増大し、より一層の障がい者スポーツの普及、促進を図った。

2 事業の目的

本年度は、3年目の事業として、ボッチャ競技を含めたニュースポーツ系競技の「出張スポーツ教室」を開催し、より重度の障がい者や県民の参加を含めた障がい者スポーツの普及、促進を図ることを目的として開催する。

また、「レクリエーション・ボッチャ大会」を開催し、今後の徳島県内での「競技の普及・促進を加速するための大会」と位置づけるとともに、ユニファイドの視点から、障がいの有無の垣根を越え、健常者との一体となった参画、交流を図る。

3 事業の概要

(1) 出張スポーツ教室

徳島県内を3ブロック（県央部、県南部、県西部）に分けて開催し、地域での障がい者スポーツの普及を図る。また、多くの方への障がい者スポーツの周知、参加を図り、障がい者のスポーツ参加の機会をよりスムーズにするため、より障がい者の方が取り組みやすいと考えられる競技種目（ボッチャ、フライングディスク、カローリング）を選択し、「障がいのある人も無い人も、共に参加できる」共生社会型教室により、一層の交流を深める。

開催会場については、障がい者が地域社会でスポーツに参加するための総合的な窓口として期待される総合型地域スポーツクラブでの活動を前提に県内3ブロックでの開催会場を「体育施設」として基本的な事業展開を図る。

なお、「見る（観る）スポーツから、するスポーツ」の視点で、本事業とは別に各競技大会（ボッチャについては、3ブロックでの地方大会、フライングディスク、カローリングについては、全県大会）を当協会の独自事業として連携・開催し、出張スポーツ教室参加者の競技に対する興味、関心、モチベーションの一層の高揚等を図る。

(2) レクリエーション・ボッチャ大会

(平成29年度徳島県ノーマピック・ボッチャ大会)

県内3地区で継続して開催してきた出張スポーツ教室の参加者の成果を発表する場として、また障がい者・健常者相互の親睦・交流、並びに健康の維持増進を図るとともに、競技のより一層の普及・促進を図るために開催する。

4 成果及び評価

(1) 出張スポーツ教室

県央部、県南部、県西部の3ブロックで、8月から1月まで競技毎に開催し、参加対象者は、障がいのある人だけでなく、施設職員、支援者、家族等も含め一緒に参加してもらって、障がい者スポーツ競技の普及を図った。本来は、重度脳性マヒ者を主体とするパラリンピックの正式競技であるボッチャ競技は、本年度も事業の継続性から「身体、知的、精神障がい者を含め誰でも参加でき、スポーツに親しむ機会としての講習会」としても実施した。またフライングディスク、カローリング等のニュースポーツ系競技も体験してもらい、「するスポーツ、できるスポーツ」の視点をより重視するため、積極的にいわゆるローカルルールを適用して開催した。

各地域とも、試合形式を中心として、教室開催を行い、より楽しく体験できるよう工夫して実施した結果、各地域全体で211名の参加があった。

開催場所、日時等も出張スポーツ教室に、より参加しやすい環境造りを心がけた。地域により参加者が偏る傾向が平成27年度、28年度は見られたが、今年度は、県西部地域では、初めて支援学校の生徒、保護者の申込があった

県央部での出張スポーツ教室への重度身体障がい者の参加は、以前から見られたが、県南部での出張スポーツ教室では、精神障がい者の参加も見られた。障がい者スポーツに参加してみようとの認識が徐々に浸透しているのでは、と感じさせるとともに、競技の普及・促進も図られている、と思われる。

また、昨年度に県南部地域で開催した出張スポーツ教室に参加した地元企業に就労する障がい者が、積極的にサークル単位で大会に参加して頂くとともに、愛媛県で開催された第17回全国障害者スポーツ大会に徳島県選手団の一員として、初めて選出されるという形で、社会参加を体現してもらえたことは、本事業での成果を考える際の特筆すべき出来事だと思われる。

出張スポーツ教室に参加した障がい者団体関係者からは、出張スポーツ教室終了後も「ボッチャの指導依頼」が継続しており、同時に支援学校関係者からの問い合わせ、指導依頼が寄せられていることから重度障がい者を含めスポーツ参加への道が広がりつつあることも、このような面から推察される。

成29年度 出張スポーツ教室日程表

「ボッチャ」

地域	会場	期日	参加者	講師	合計
県央部	県立障がい者交流プラザ体育館	11月4日(土) 9:30~11:30	26名	3名	29名
県南部	阿南市那賀川スポーツセンター	11月18日(土) 13:30~15:30	14名	2名	16名
県西部	池田総合体育館	8月26日(土) 13:30~15:30	18名	2名	20名
合計			58名	7名	65名

「フライングディスク」

地域	会場	期 日	参加者	講 師	合 計
県央部	県立障がい者交流プラザ体育館	9月9日(土) 9:30～11:30	23名	4名	27名
県南部	阿南市スポーツ総合センター	8月19日(土) 13:30～15:30	13名	2名	15名
県西部	池田総合体育館	1月20日(土) 13:30～15:30	17名	3名	20名
合 計			53名	9名	62名

「カローリング」

地域	会場	期 日	参加者	講 師	合 計
県央部	県立障がい者交流プラザ体育館	8月29日(火) 13:30～15:30	32名	2名	34名
県南部	淡島学園(阿南市西路見町)	1月30日(火) 13:30～15:30	35名	2名	37名
県西部	池田総合体育館	12月9日(土) 13:30～15:30	11名	2名	13名
合 計			78名	6名	84名

参考：徳島県障がい者スポーツ協会が出張スポーツ教室と連携する独自事業としての競技大会
「ブロック別ボッチャ大会」

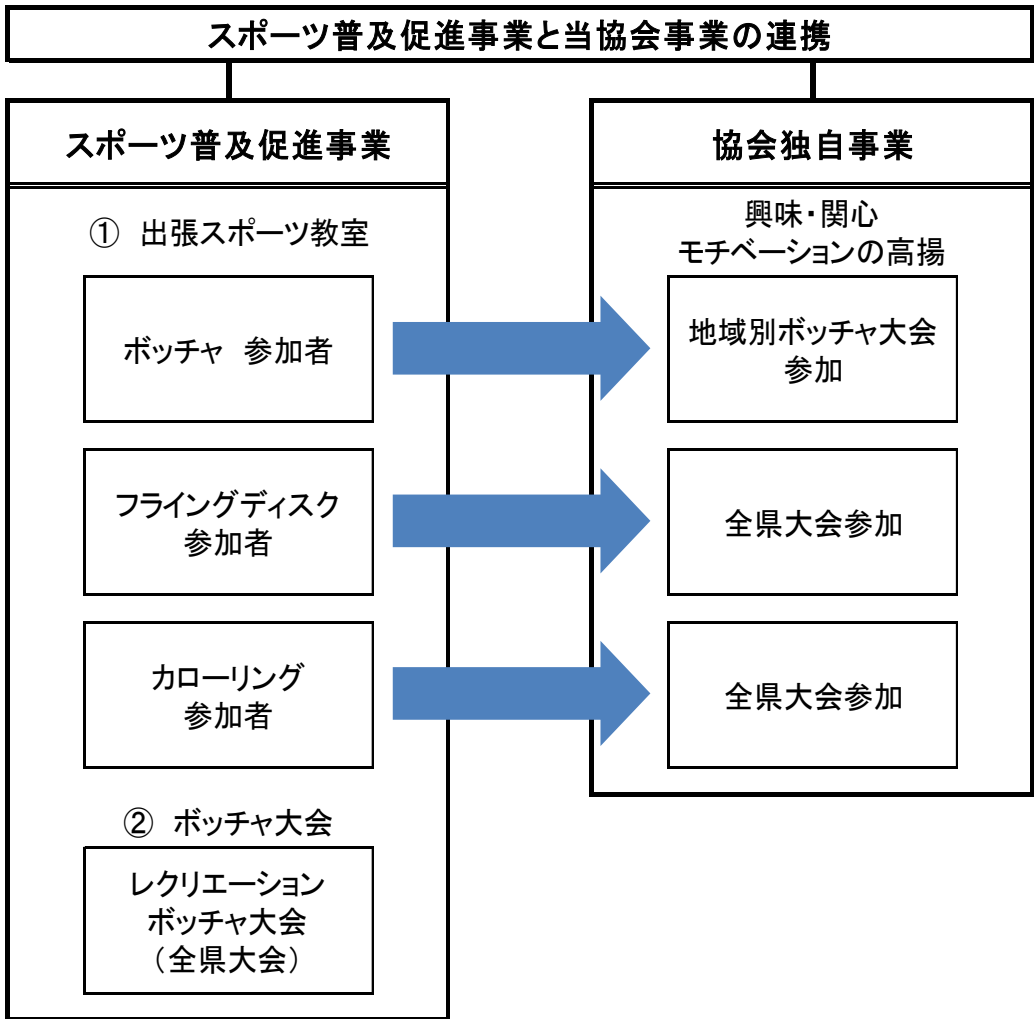
地域	会場	期 日	参加チーム
県央部	徳島県立障がい者交流プラザ	平成29年8月20日	24
県南部	阿南市スポーツ総合センター	平成29年7月15日	13
県西部	池田総合体育館	平成29年9月23日	7
合 計			44

「フライングディスク大会」 全県対象

会場	期 日	参加チーム
鳴門 大塚スポーツパーク アミノバリューホール	平成30年1月13日	25

「カローリング大会」 全県対象

会場	期 日	参加チーム
鳴門 大塚スポーツパーク アミノバリューホール	平成29年10月12日	18



(2) レクリエーション・ボッチャ大会（平成29年度徳島県ノーマピック・ボッチャ大会）

- ①開催日 平成29年11月25日（土）
- ②開催場所 鳴門・大塚スポーツパーク アミノバリューホール
- ③参加チーム 34チーム（スタッフ等を含め延200人が参加）
- ④参加チーム内訳
 - 1) 障がい別内訳：身体障がい・14チーム、知的障がい・20チーム
 - 2) 所属別チーム内訳：在宅・11チーム、施設利用者関係・23チーム
- ⑤参加対象者、内容等
 - 1) 参加対象者は、全障がい者、並びに家族、支援者等とし、障がい区分、男女、年齢は、問わない。
 - 2) 3名による団体戦（予選トーナメント、決勝トーナメントで実施）
 - 3) チーム登録は、5名まで。試合にエントリーできるのは3名。エントリー選手のうち2名以上が障がい者で構成。
 - 4) 大会結果
 - 優勝：県西部地域の身体障がい者チーム（在宅）
 - 準優勝：県中部地域の身体障がい者チーム（在宅・健常者との混成チーム）、
 - 第3位：県南部地域の身体障がい者チーム（在宅）、
 - 第4位：県南部地域の知的障がい者チーム（施設利用者関係）

募集チーム：36チームに対し、県内全域から在宅障がい者、障がい者関係施設利用者等で構成する34チームの参加があった。

優勝チームは、当協会が本事業と連携した独自事業として、本年度初めて開催した地区別ボッチャ大会で優勝したチーム、準優勝は当協会職員が講師として指導してきた障がい者スポーツセンターを利用する障がい者とその家族で構成したチーム、第3位は、県南部で就労する障がい者で構成したクラブチームという結果からすれば、事業目的である出張スポーツ教室の参加者の成果発表の場として、また障がい者・健常者相互の親睦・交流、並びに健康の維持増進を図るとともに、競技のより一層の普及・促進を目指す、という点では、十分な成果があったと思われる。

5 今後の課題

出張スポーツ教室は、最終年度であることを踏まえ、より重度障がいの方の参加や「するスポーツ、できるスポーツ」をキーワードにして展開した。地域により障がい者の参加者数に違いがあるが、今後も、レクリエーションスポーツ（生涯スポーツ、ニュースポーツ的な）面での普及・促進を進める方向性は、引き続き堅持する必要がある。

このような観点からも本事業と連携した当協会の独自事業である県央部、県南部、県西部の3地域でのブロック別ボッチャ大会の開催、そして全県下から参加者を集う県ボッチャ大会のみならず各種競技大会を継続して来年度以降も開催する必要がある、と考える。

なお、次ページに掲載した本年度の参加者アンケート結果（総計）を見ると、出張スポーツ教室参加者の男女比はほぼ、同じ比率であるが、参加者の年齢・50歳代以上が62, 5%、スポーツの実施回数・月1～2回、年数回、その他を合わせると48, 3%と言う数字、また自由意見の中で出た「集まる場所、指導者がいない、会場への交通手段が少ない」ことを考えると、若年層への呼びかけ、より利用しやすい競技環境等の解決が今後も大きな課題と考えられる。

徳島県内の障がい者にとって「全国障害者スポーツ大会」に出場する意義は、非常に大きい。この面からすれば出張スポーツ教室として展開してきた競技種目についてはフライングディスク競技やカローリング競技（全国障害者スポーツ大会の正式競技ではないが）等は、今回の事業により、より多くの方々に一層認知してもらえたと思う。

平成33年・第21回全国障害者スポーツ大会三重大会から正式競技として開催されるボッチャ競技を考えた際、徳島県での現状を鑑みると、よりアスリートとしての競技を念頭に置いた教室開催も検討しなくてはならないと考える。重度障がい者が取り組めるスポーツとしてボッチャ競技の持つ可能性は極めて高いと思われるが、同時に「指導者、ボランティア等のスタッフの確保、関係団体等と引き続いての連携」がますます必要となると思われる。

今年度の本事業と連携する形で、当協会が独自に開催した地区別ボッチャ大会、本事業の全県下対象のレクリエーション・ボッチャ大会では、大会の主要スタッフとして活動・運営の中心となったのが、本事業で養成したボッチャ競技普及員の方々であり、今後の競技普及、指導のためには、普及員のスキルアップを図り、より専門性の高い普及員・指導員等のスタッフ養成、育成も視野に入れた事業が必要となるのではないだろうか。

また、障がい者がスポーツに取り組む際の総合的な窓口的組織として期待される総合型地域スポーツクラブへの障がい者会員の増加（新規加入）といった面については、まだ課題として残る。ボッチャ競技のみならず、今後の徳島県内での障がい者のスポーツ参加を考える意味で関係団体等とのますますの連携、調整や具体的な方策（他の競技用具に比べて購入価格が高いと思われるので、例えば競技用具の購入への補助金制度の活用、指導できるスタッフの研修、養成等）が必要と思われる。

6 おわりに

3年間のスポーツ普及促進・促進事業を終えた今、更なるステップアップを考えた時、引き続き競技の普及・促進を継続して展開していく必要がある。同時に社会参加を一層促進するため、障がい者スポーツを障がい者だけの参加にとどめず、より広く、高齢者や児童の参加を含めできるだけ多くの方が参加できるプログラムも検討すべきだと考える。今後も障がい者がスポーツ活動に参加する機会の増加、社会参加を促進するためには、より一層の地域社会との連携が求められる。

出張スポーツ教室アンケート結果(総計)

1 有効回答数

項目	H29年度	
	人数	%
参加者	189	
回答数	120	63.5%

2 性別

男	58	48.3%
女	62	51.7%
無記入	0	0.0%
小計	120	100.0%

3 年齢別参加状況

10歳代まで	2	1.7%
20歳代	10	8.3%
30歳代	10	8.3%
40歳代	23	19.2%
50歳代	17	14.2%
60歳代	22	18.3%
70歳以上	36	30.0%
無記入	0	0.0%
小計	120	100.0%

4 障がい別参加状況(複数回答有)

有	肢体	21	17.5%
	視覚	6	5.0%
	聴覚	6	5.0%
	内部	9	7.5%
	知的	36	30.0%
	精神	10	8.3%
	有のみ	1	0.8%
無	支援者	14	11.7%
	家族	5	4.2%
	その他	4	3.3%
	無のみ	3	2.5%
無記入		5	4.2%
小計		120	100.0%

5 どんなスポーツをしていますか(複数回答有)

陸上	2	1.2%
水泳	7	4.1%
アーチェリー	0	0.0%
卓球	2	1.2%
フライングディスク	37	21.6%
ボウリング	9	5.3%
バレーボール	3	1.8%
バスケットボール	1	0.6%
サッカー	2	1.2%
野球	2	1.2%
ソフトボール	2	1.2%
吹矢	2	1.2%
グランドソフトボール	1	0.6%
卓球バレー	0	0.0%
ペタンク	21	12.3%
グランドゴルフ	6	3.5%
ゲートボール	0	0.0%
ポッチャ	16	9.4%
カローリング	2	1.2%
その他	19	11.1%
していない	9	5.3%
無記入	28	16.4%
小計	171	100.0%

6 どの程度スポーツをしていますか

毎日	13	10.8%
週1~2回	31	25.8%
月1~2回	18	15.0%
年数回	24	20.0%
その他	16	13.3%
無記入	18	15.0%
小計	120	100.0%

7 スポーツ大会への参加状況

有	48	40.0%
無	68	56.7%
無記入	4	3.3%
小計	120	100.0%

8 教室に参加した感想は、どうでしたか

楽しかった	115	95.8%
その他	0	0.0%
無記入	5	4.2%
小計	120	100.0%

9 会場までの交通機関は、何で来ましたか

自家用車	34	28.3%
施設等の送迎	59	49.2%
公共交通機関	3	2.5%
徒歩	3	2.5%
その他	11	9.2%
無記入	10	8.3%
小計	120	100.0%

※ 以下の「10の項目」については、自由意見の内容を掲載した。

10 ご意見がありましたら、ご自由にお書きください。

- ・ありがとうございました。熱心に教えていただきました。
- ・力の加減で調節できるので、運動が上手でなくても楽しめました。
- ・いろいろお世話になりました。子供達も良い経験をしました。
- ・施設利用の子供達が参加できる機会があれば、ぜひ参加したいです。
- ・もっと教えてほしい。
- ・声をかけていただいたら参加しやすいと思います。
- ・わかりやすい説明でとても和やかにプレーできました。ありがとうございました。
- ・楽しかったです。ありがとう
- ・2回目参加でした。すごく楽しかった。
- ・回数を増やしていただけたら嬉しいです。
- ・認識度は低いパラリンピックに通じるスポーツになればいい。パラリンピックに出たい。
- ・長時間参加が苦手でしたが、半分以上の時間参加でき、久しぶりに親子で活動でき、とても楽しかったです。ボッチャ、テレビでは観たことはありましたが、初めて触れてみて意外と身体を動かすものだと思います。
- ・楽しかった。
- ・県西部では集まる場所、指導者がいない。体育館などへの交通手段が少ない。
- ・また参加したいです。
- ・とにかく楽しかった。
- ・阿波踊りがしたい。

② 特別支援学校での選手育成事業

1 はじめに

平成27年度から3年間の継続事業として実施した本事業は、最終年度の平成29年度も、基本コンセプトを障がい者スポーツに親しむためには「運動経験の積み重ねや習慣が大切であり、この習得が学校を卒業した後にも、健康の維持、増進、継続したスポーツ活動の参加につながるると共に、社会参加への足がかりとなり得る。」との考えに立って実施した。

具体的には、それぞれ異なる生徒に対し、「基礎体力の向上、体幹のバランス保持、基本的な運動能力の向上を目指す」ため、まず「体を動かす」ことへの親しみを醸成する生徒のグループと、ある程度の運動経験があり、団体競技での競技力向上を目指すグループに大別し、専門的な知識、ノウハウのあるトレーナー等の専門家の派遣による指導を選定した支援学校に対して実施した。

2 事業の目的と実施計画

障がい者スポーツの普及のためには、運動経験の積み重ねが等大切であることは言うまでもないが、対象となる生徒については、その障がい程度は、まちまちであり、指導等においても専門的知識が必要なため専門家の協力のもとにできる限り個々のプログラムを作成し、実施する必要がある。

事業2年目の平成28年度に新たに理学療法士、作業療法士も派遣対象に加え、「総合的な指導ができる『チーム』体制」を本年度も継続し、各支援学校の特性を生かし、総合的なチーム体制での指導を行った。

団体競技での競技力向上を目指す支援学校については、事業の有効性を検証し、今後への対応を図るため、総合的な体力診断も併せて事業の開始時、終了時に実施する。この分野については、スポーツに関するトレーニング機器及び人材が充実している県立鳴門渦潮高校においてデータを集積し、サポートを行い、健康管理や競技スポーツへの移行を検証する。

また基本的な運動能力を伸ばし、運動能力の開発に努め、特に「体を動かす」ことへの親しみを醸成する生徒を中心とする支援学校については、引き続き通常の学校生活の中でも取り入れられるプログラムとしての取り組みも考慮して、事業を継続して展開する。

なお、継続した指導が大きな要素となるため、派遣チーム体制については、昨年派遣したメンバーを変更せず、指導上、長いスパンで取り組む形式とする。

3 事業の概要

(1) トレーナー等の派遣（1名）

国府支援学校高等部バスケットボールクラブ並びに鳴門教育大学附属特別支援学校に対し徳島県内でただ一人の公認障がい者スポーツトレーナー（公益財団法人 日本障がい者スポーツ協会）、理学療法士、作業療法士の専門家を派遣し基礎的運動能力を伸ばし、スポーツの普及、団体競技の育成、競技力向上に努める。

(2) スポーツ総合体力診断

国府支援学校高等部バスケットボールクラブを対象として県立鳴門渦潮高校において、2回の体力診断を行い、専門家チームの派遣・指導に活用する。

4 成果及び評価

(1) トレーナー等の派遣

①国府支援学校高等部バスケットボールクラブ

バスケットボールの競技力の向上を主目的として、練習時にストレッチ等の指導を行い、基礎的運動能力を伸ばすとともに、継続した選手育成の効果を上げるため練習のレベルアップにも重点を置いた。徳島県内での社会人バスケットボールクラブに所属する選手でもある理学療法士も前年度から引き続き派遣し、細かな練習方法を始めとして広い視野での競技力向上に努めた。

卒業等により前年度からクラブ員の入れ替わり等があり、当初は「全体としては、若干のレベル低下が認められるのではないか。」との教員側の感想ではあったがトレーナー等からの「何故、この様なストレッチをするのか、何故、こういった身体運動が必要なのか。」と言った具体的な指導については、クラブ員全体の意識として定着し、かつクラブ員が個々のウィークポイントを部活練習の中で自主的に改善に向けて取り組む姿勢が見られた。

なお、今年度、クラブとして、県内の支援学校でバスケットボールクラブがある県立池田支援学校、県立池田支援学校美馬分校との3校交流戦も独自に行ったが（結果は7月：2勝、12月：1勝1敗、1月：1勝1敗）、卒業した前年度のレギュラーメンバーより「レベル的に厳しいチーム」との評価が試合前はあったが、結果的には負け試合も非常に接戦であったことから、クラブへの派遣事業の成果は認められる。

②鳴門教育大学附属特別支援学校中学部・高等部

基礎体力の向上、体幹のバランス・維持など、基本的運動能力を伸ばし、スポーツに親しむための導入部分としての指導を行う。昨年度の事業終了時点での学校側の要望、また検証結果を踏まえ、指導内容は、学校側と協議し、教員に向けた職員研修的な面も考慮して事業展開を行なった。

本年度も、早い段階から身体を動かす、スポーツに親しむ土壌をはぐくむため、中学部生徒までを参加対象とした。

実施内容では、新しい中学部生徒や今年度始めて参加する生徒も含め、ストレッチ運動等の中で、生徒が「おもしろかった、次もやりたい。」という思いを大事にする方向性は今年度も変更せず、前年度に好評だった教員・生徒が合同チームを編成して使える団体ゲームも実施し（参加生徒からの要望が多くあった）、参加生徒のモチベーションを保てるように工夫した。

おおまかなプログラムは前年度を基本とした。授業等では今年度も今回のプログラムを取り入れたトレーニングを取り入れてくれており、事業開始前に学校側で4月に実施したスポーツテストと事業終了直前の比較を行った結果は、別表のとおりである。

4月時点と比べ、生徒は、概ね改善している、現状をほぼ維持していることが認められた。また間接的ではあるが、ゲームを通してコミュニケーション面の重要性も「生徒自身が感じた様子だ。」との教員の話もあり、事実、派遣したトレーナーに「これを（ゲームを）もっとやりたい。」と生徒自らが自ら申し出る等、プログラムを通して生徒個々の全体的なスキルアップも図られた、と思われる。

毎年5月下旬に徳島県では全国障害者スポーツ大会徳島県選手団の選考・予選会も兼ねたノーマピック・スポーツ大会を開催しているが、平成29年度は5名の生徒が、自らの意思で陸上、卓球等の競技に出場した。（平成28年度は4名の参加）惜しくも徳島県選手団には選考されなかったが、今年度も含め、継続した本事業の中で「身体を動かす、スポーツに親しむ」という面と「競技会に参加したい。」という思いがより醸成できたのではないかとと思われる。

また、前述したように教員に向けた職員研修的な面も考慮して事業展開を行なった結果、参加した複数の担当教員から「生徒よりも我々教員側の体幹の重要性や広義での障がい者スポーツ競技への取組み、といった面での意識の変化が大きかった。」とのお話があった。

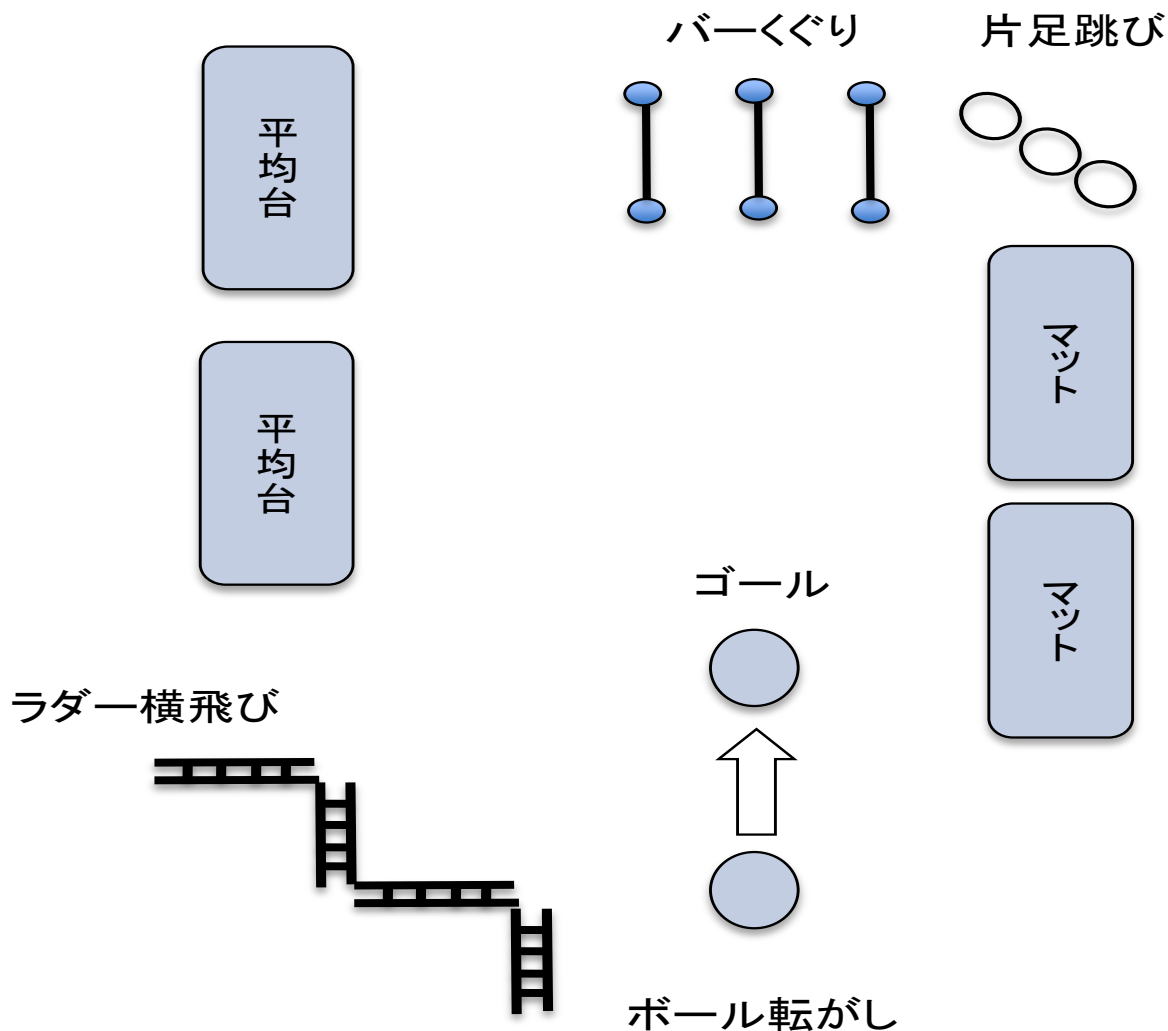
※両校での実施プログラムは別紙参照

(別 表)

			4月	2月	4月	2月	4月	2月	4月	2月	4月	2月	4月	2月
			握力 (kg)		長座体前屈 (cm)		上体起こし (30秒/回)		立ち幅跳び (cm)		縄跳び (30秒/回)		反復横跳び (20秒/回) ※中学部は30秒	
中1	A	右	16.0	23.5	27	32	19	24	—	151	58	43	26	35
		左	19.0	18.0										
中2	B	右	26.0	欠	42	欠	28	欠	—	欠	60	欠	42	欠
		左	23.5											
中2	C	右	24.5	欠	34	欠	16	欠	—	欠	56	欠	19	欠
		左	25.5											
中3	D	右	22.0	23.0	24	16	16	15	—	110	70	66	10	10
		左	24.0	21.0										
高1	E	右	24.0	23.0	25	16	14	10	84	125	45	42	22	22
		左	20.0	24.0										
高1	F	右	20.0	18.0	40	53	17	22	119	145	72	71	37	40
		左	24.0	19.0										
高1	G	右	29.0	38.0	38	67	22	32	200	200	70	86	42	41
		左	21.0	35.0										
高2	H	右	15.0	20.0	39	36	14	15	117	125	48	70	23	23
		左	17.5	22.0										
高2	I	右	13.0	14.0	45	49	11	10	81	75	20	20	17	14
		左	11.0	12.0										
高2	J	右	16.0	15.0	41	42	13	14	112	128	43	49	23	23
		左	14.0	19.0										
高3	K	右	35.0	32.0	60	57	23	23	155	165	55	54	30	28
		左	33.5	33.5										
高3	L	右	34.0	33.0	47	37	17	18	174	176	86	70	39	39
		左	36.0	34.0										

※ 下図の平成29年度鳴門教育大学附属特別支援学校のサーキット配置図は、平成28年度最終難易度配置図を基準に、第1回目から設営した。

(サーキット配置図)



(2) スポーツ総合体力診断

日 時	平成29年8月10日(木) 平成30年2月3日(土)
場 所	県立鳴門渦潮高校
参加者	国府支援学校高等部バスケットボールクラブ員
内 容	形態測定 身長、体重、身体組成 筋力測定 握力、背筋力、膝関節の筋力等 ハイパワー(最大無酸素パワー) ミドルパワー(筋持久力)

県立鳴門渦潮高校は、四国で初めてスポーツ科学科を開設し、スポーツに関するトレーニング器械や各種データ及び人材が充実している。また、総合体力の分析・解析を県内の各高校運動部から依頼を受けて実施しており、総合的な競技力向上に寄与している高校である。

県立鳴門渦潮高校に依頼した測定結果・分析は、別紙参照。なお、データの分析に当たっては、今年度の分析のみならず、本事業の目的を踏まえ、過去の2年間で実施した生徒のデータも含めた3年間での分析を依頼し、指導に際しての配慮すべきポイントも示して頂くとともにバスケットボール競技だけでなく、徳島県内で知的障がい児童、生徒等のスポーツ指導に関わる指導関係者へのデータ分析を基にした今後の取組みや方向性の指針的な提言も併せてご教示頂いた。

(3) 県立鳴門渦潮高校バスケットボール部との交流試合

平成30年2月3日(土)、国府支援学校バスケットボールクラブ員が、県立鳴門渦潮高校バスケットボール部と交流試合等を行った。

県立鳴門渦潮高校バスケットボール部は、平成28年度、平成29年度と県内の主要タイトルである徳島県高校総体男子バスケットボール競技優勝、新人大会優勝等、現時点での徳島県内トップ高校であり、部員の競技(練習・試合等)に対する取組みや考え方、意識が、非常に高いチームである。

交流内容は、県立渦潮高校が通常のクラブ活動で行っている練習を合同で行い、その後、県立鳴門渦潮高校バスケットボール部員と国府支援学校バスケットボールクラブ員で合同チームを組み、練習試合(対抗戦)という形式で実施した。

レベル的には(特に合同チームによる対抗戦)本年度も、国府支援学校レギュラーメンバーには、厳しい面もあったが、合同練習では、交流3年目でもあり、県立鳴門渦潮高校バスケットボール部員が1対1でアドバイスや模範プレーを国府支援学校バスケットボールクラブ員に細かく指導してくれたりする場面が数多く見られた。

今回の交流試合は、国府支援学校バスケットボールクラブ員側も同じ競技に打ち込む同世代の選手として、良い意味で非常に刺激を受けた交流であった。

5 今後の課題

今年度を含め3年間の事業を終え、トレーナー等派遣により一定の運動能力の改善が認められた。継続した支援プログラムにより、生徒自身や教員側にも身体運動に対する考え方、取り組み方の変化が感じられる。このことから今後、関係機関・団体との連携の必要性、トレーナー派遣のみならず他部門(例えば栄養管理、スポーツ総合体力診断で考察のあった医学的サポート分野のスタッフ面等)での指導者の派遣等を含めた事業として新たに構築する必要があると思われ、この事業を単なる一過性の事業にしてはならないと考える。

言うまでもないが、徳島県内では数少ない知的障がい団体競技の一つであるバスケットボール競技の選手育成には、効果的なトレーニングや練習方法が必須である。

本事業で展開した国府支援学校へのトレーナー等派遣により一定の成果が認められたことを受け、競技の底辺を拡大し、競技全体のレベルアップ、底上げを図るべく、今後は、徳島県内の他の支援学校のバスケットボールクラブへの事業展開も検討する必要があると思われる。そのためにも競技団体、トレーナー、指導者等とのより密接な連携が求められであろうし、本事業で実施した一般高校との幅広い交流は、競技技術のレベルアップのみならず「共生社会」実現のためにも他の支援学校での展開をふくめ今後も実施の検討をするべきであると考えられる。

6 おわりに

2020東京パラリンピックに向け、障がい者スポーツへの県民の関心は大きくなっている。しかしながら、障がい者スポーツと一口で言っても、パラリンピック出場を目指すトップアスリートから身体を動かすことの喜びを覚える方まで、その範囲は非常に広いが、スポーツに親しむという原点に戻れば、どのジャンルの障がい者であれ、継続的かつ長期的な支援・サポート体制が不可欠であり、特に今回の事業を終わるにあたって、参加した生徒への支援学校卒業後の障がい者スポーツ活動をいかに保証するか、よりスムーズに繋げていくのかといった面について、ますますの地域社会との連携や関係団体の支援方策等について、多方面から検討していかなければならないと思われる。

(別紙)

国府支援学校トレーナー等派遣実施プログラム

日程	9月 12日 (火)	時間	15時 00分 ~ 16時 30分
場所	国府支援学校		13 名
[実施内容]			
(1) 体操	(4) <u>ゴールサバイバル 横動き (2分間マッチ)</u>		
・開脚	・コーン4つ		
・脊柱アライメント	(エンドライン4つ)		
・だるま左右前後	バスケットボール 1人1個		
・ハムスト	※各チーム4人、4人、5人、計3チームに分かれて実施		
(2) <u>フットワーク (エンドライン・ハーフライン)</u>			
・ハーキー + ダッシュ			
・腹臥位 + ハーキー + ダッシュ			
・腹臥位 + ジャンプ3回 + ダッシュ			
・腹臥位 + 前クロス・後クロスタッチ + ダッシュ			
・スパイダー ハーフラインまで			
5分休憩			
(3) <u>ヘキサゴンステップ ひとり20秒間</u>			
・六角形のすみに6名立ち、中に1名立つ。 ボールを6名でパス回しをして中の1名がボールを タッチしていく。			
[備考欄]			
年度始めの事業になるため昨年度以降より受講している選手と今年度初めて受講する選手の把握をした。 新たに受講する高等部1年生は4名、次回より人数の変動があるかもしれないが1年生に関しては、目を配らせ 一つずつ説明を実施。やはり柔軟性が劣ることもある反面、今まで受講してきた2~3年生に関しては、動きも 柔軟性も主観的ではあるが能力が上がっている印象があった。			

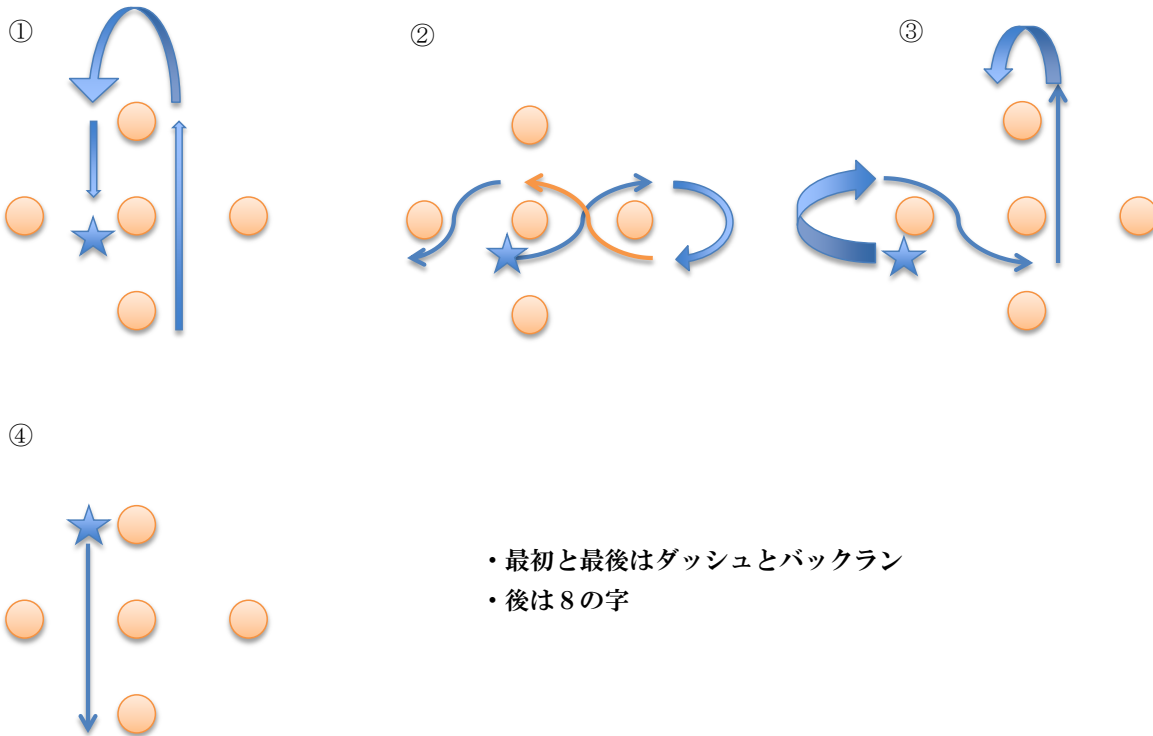
日程	9月 28日 (木)	時間	15時 00分 ~ 16時 30分
場所	国府支援学校		14 名
[実施内容]			
(1) 体操	(4) <u>ゴールサバイバル 横動き (2分間マッチ)</u>		
・開脚	・コーン4つ		
・ハムスト	(エンドライン4つ)		
・だるま左右前後	バスケットボール 1人1個		
・腕ブラブラ	※A/Bチームともに2つに分かれて実施(計4チーム)		
(2) <u>フットワーク (エンドライン・ハーフライン)</u>			
・ハーキー + ダッシュ			
・腹臥位 + ハーキー + ダッシュ			
・腹臥位 + ジャンプ3回 + ダッシュ			
・腹臥位 + 前クロス・後クロスタッチ + ダッシュ			
・スパイダー ハーフラインまで			
5分休憩			
(3) <u>ヘキサゴンステップ ひとり20秒間</u>			
・7人2チーム(A:レギュラー/B:サブ)			
・6角形のすみに6名立ち、中に1名立つ。			
ボールを6名でパス回しをして中の1名がボールをタッチしていく。			
・Aチームのみサイドステップで実施			
[備考欄]			
(1) 股関節、骨盤、腰椎周囲の柔軟性が低下している児が多く、胸椎での屈曲代償や手を後方に付き、前方に出せない児が目立った。また柔軟性の低下から関節・筋に痛みがあり、ストレッチに対する意欲低下も見受けられる。			
(2) ハーキー、ジャンプでは体幹筋の安定性の低下を認める。			
(3) Aチームはボールの追視可能。個人差はあるが、追視とサイドステップの二重課題が困難な児も認める。Bチームは追視困難な児が多い。			
(4) A,Bともにオフェンスの際は他者とのやりとりが出来ている。ディフェンスの際は、全体を見ることが難しく、目の前の相手しか対応できていない。			

日程	10月 11日 (水)	時間	15時 00分 ~ 16時 30分
場所	国府支援学校		17 名
[実施内容]			
<u>(1) 体操</u>		<u>(4) 下半身強化トレーニング ※3)</u>	
<ul style="list-style-type: none"> ・開脚 ・だるま左右前後 ・膝 肘タッチ (腹臥位) ・腕ブラブラ 		<ul style="list-style-type: none"> ・グーパー サイドステップ移動 肘を伸展し、ボールを持つ 前後進は 下肢のグーパー運動 腰を低く 左右に進む際には サイドステップ 腰を低く、ゆっくり バドミントンコートラインを使用 	
<u>(2) フットワーク (エンドライン・ハーフライン)</u>			
<ul style="list-style-type: none"> ・エイトステップ ※1) ・サイドステップ・クロスステップ ※2) ・ハーキー + ダッシュ ・腹臥位 + ハーキー + ダッシュ ・腹臥位 + ジャンプ3回 + ダッシュ 			
5分休憩			
<u>(3) バスケゲーム</u>			
5分×2ゲーム			
[備考欄]			
<p>ウォーミングアップでは股関節・体幹をメインにスタティック・ダイナミックなセルフストレッチを導入し、2)以降のメニューを身体の温まった状態で実施できるように通常より若干追加した。また、2) ステップワークの練習を一つずつの動作に分解し、あとで統合していく練習をすると徐々にステップの本質が身体で理解できているようにも見えた。ラストのメニューとして、腰の低い位置での下肢の動作を導入し、基礎的な下半身で踏ん張る練習を実施した。</p>			

日程	11月 9日 (木)	時間	15時 00分 ~ 16時 30分
場所	国府支援学校		14 名
[実施内容]			
(1) 体操		(4) 下半身強化トレーニング ※3)	
<ul style="list-style-type: none"> ・開脚 ・だるま左右前後 ・膝 肘タッチ (腹臥位) ・腕ブラブラ 		<ul style="list-style-type: none"> ・グーパー サイドステップ移動 肘を伸展し、ボールを持つ 前後進は 下肢のグーパー運動 腰を低く 左右に進む際には サイドステップ 腰を低く、ゆっくり バドミントンコートラインを使用 	
(2) フットワーク (エンドライン・ハーフライン)			
<ul style="list-style-type: none"> ・エイトステップ ※1) ・サイドステップ・クロスステップ ※2) ・ハーキー + ダッシュ ・腹臥位 + ハーキー + ダッシュ ・腹臥位 + ジャンプ3回 + ダッシュ 			
5分休憩			
(3) バスケゲーム			
5分×2ゲーム			
[備考欄]			
<p>1),2)に関しては動作の理解やできていない児に対して、児童間で声かけをする場面も認めた。3)では前回実施時にドリブルを行うと周りが見えず、うまくパス回しができなかったと指摘があり、今回はドリブルなしで試合を実施。ドリブルができない事でパス相手を探し、ボールを持っていない人はボールをもらう為に動く為、ボールの接触回数は向上している。前日に練習した3メンや2メンも実際の試合でも活かすことができていた。ダブルタスクが苦手な児に対してドリブルなしの試合は効果的であったと考える。4)では中腰の際の股関節、骨盤、腰椎の柔軟性の低下を認める。しかし膝をうまく使えない児にとっては中腰で下肢筋を協調的に使用する課題は効果的であると思われる。</p>			

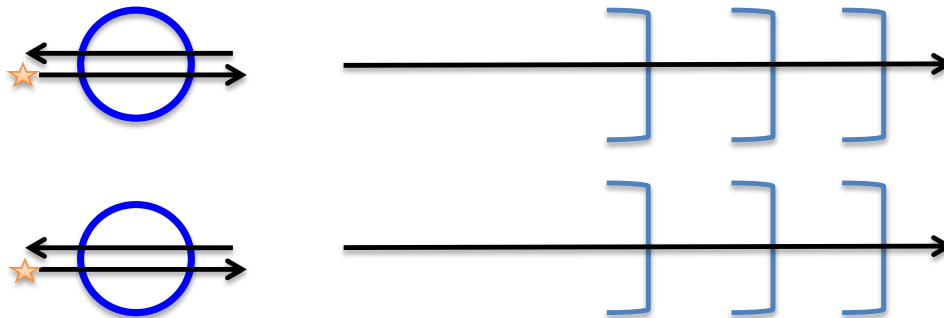
(2) フットワーク

※1) エイトステップ



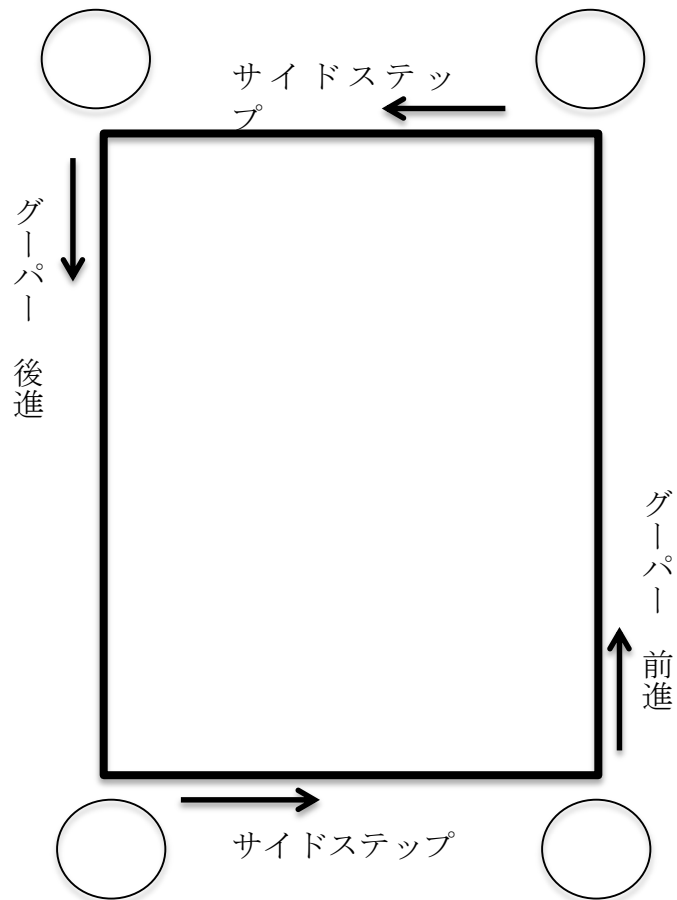
※2) サイドステップ・クロスステップ

3回タッチ



- ・フラフープをサイドステップで3往復し、後列のメンバーの手をタッチし3回コールする。
- ・そのままクロスステップ（後ろ脚を前脚の前でクロスさせながら横走り）で側方に移動。
- ・ハードルをサイドステップで跨いでいく。
- ・側方移動なので、正面を変えながら移動方向を変える。

※3) 下半身強化トレーニング



- 各○に4グループ分かれ、矢印方向に回っていく。
- バasketボールを胸の前で肘を伸ばして位置させる。
- 自分のメンバーが1周すると交代。

日程	11月28日 (火)	時間	15時 00分 ~ 16時 30分
場所	国府支援学校		11 名
[実施内容]			
<u>(1) 体操</u> ・開脚 ・だるま左右前後 ・膝肘タッチ (腹臥位) ・腕ブラブラ		<u>(4) 下半身強化トレーニング</u> ・グーパー サイドステップ移動 肘を伸展し、ボールを持つ 前後進は 下肢のグーパー運動 腰を低く 左右に進む際には サイドステップ 腰を低く、ゆっくり バドミントンコートラインを使用	
<u>(2) フットワーク (エンドライン・ハーフライン)</u> ・エイトステップ ・サイドステップ・クロスステップ ・ハーキー + ダッシュ ・腹臥位 + ハーキー + ダッシュ ・腹臥位 + ジャンプ3回 + ダッシュ 5分休憩			
<u>(3) バスケゲーム</u> 5分×3ゲーム			
[備考欄]			
(2)フットワークの際の細かい動きが苦手で、違った足の運びになったり、ステップの際に上下運動が大きくなってしまふ選手が多かった。そのため、ゆっくりとした練習から動きの確認を実施した。(3)バスケゲームについては、声を出すことを意識することで、ボールの位置を意識できパスランを行える選手も増えていった。(4)下半身強化トレーニングは、2グループに分かれ、1列ずつ並び、前に選手の腰を押さえるようにし、負荷量を高めた。			

日程	12月13日 (水)	時間	15時 00分 ~ 16時 30分
場所	国府支援学校		11 名
[実施内容]			
<u>(1) 体操</u> ・開脚 ・だるま左右前後 ・膝 肘タッチ (腹臥位) ・腕ブラブラ		<u>(5) 下半身強化トレーニング</u> ・グーパー サイドステップ移動 肘を伸展し、ボールを持つ 前後進は 下肢のグーパー運動 腰を低く 左右に進む際には サイドステップ 腰を低く、ゆつくり バドミントンコートラインを使用	
<u>(2) フットワーク (エンドライン・ハーフライン)</u> ・エイトステップ ・サイドステップ・クロスステップ ・ハーキー + ダッシュ ・腹臥位 + ハーキー + ダッシュ ・腹臥位 + ジャンプ3回 + ダッシュ			
<u>(3)リアクション</u> ・ドロップボール 2人組になり、1人はボールを持って立ち、もう1人は3m程度離れて立つ。ボールを持っている人は胸の高さで肘を伸ばしてボールを持ち、相手に読まれないように、反動をつけずにボールを落とす。立っている人は、ボールが落ちたらスタートし、2バウンドする前にキャッチする			
5分休憩			
<u>(4)バスケゲーム</u> 5分×3ゲーム			
[備考欄]			
(3)リアクション練習を追加して実施した。集中力を高め、反応速度を速める効果がある。また、キャッチした後、1, 2とステップすることでトラベリングをせずにキャッチする力も養うことができる。初めはキャッチした後、バランスを崩していたが、行っていくうちに反応速度も速まり、トラベリングをせずにキャッチできる選手が増えた。(2)フットワークに関しても、細かいステップが行えるようになってきている。			

日程	1月10日 (水)	時間	15時 00分 ~ 16時 30分
場所	国府支援学校		11 名
[実施内容]			
<u>(1) 体操</u> ・開脚 ・だるま左右前後 ・膝 肘タッチ (腹臥位) ・腕ブラブラ		<u>(5) 下半身強化トレーニング</u> ・グーパー サイドステップ移動 肘を伸展し、ボールを持つ 前後進は 下肢のグーパー運動 腰を低く 左右に進む際には サイドステップ 腰を低く、ゆっくり バドミントンコートラインを使用	
<u>(2) フットワーク (エンドライン・ハーフライン)</u> ・エイトステップ ・サイドステップ・クロスステップ ・ハーキー + ダッシュ ・腹臥位 + ハーキー + ダッシュ ・腹臥位 + ジャンプ3回 + ダッシュ			
<u>(3)リアクション</u> ・ドロップボール 2人組になり、1人はボールを持って立ち、もう1人は3m程度離れて立つ。ボールを持っている人は胸の高さで肘を伸ばしてボールを持ち、相手に読まれないように、反動をつけずにボールを落とす。立っている人は、ボールが落ちたらスタートし、2バウンドする前にキャチする			
5分休憩			
<u>(4)バスケゲーム</u> 5分×3ゲーム			
[備考欄] 冬休みを挟み年明け初めての練習だった。休みの間、あまり身体を動かしていない様な感じもあったが、改めて全身を動かし本格的な練習が実施できた。気温も低いため、徐々にアップをし、ゲームに至るまでいつもより時間を掛けた。			

日程	1月23日 (火)	時間	15時 00分 ~ 16時 30分
場所	国府支援学校		12 名
[実施内容]			
(1) 体操		(5) <u>下半身強化トレーニング</u>	
<ul style="list-style-type: none"> ・開脚 ・だるま左右前後 ・膝 肘タッチ (腹臥位) ・腕ブラブラ 		<ul style="list-style-type: none"> ・グーパー サイドステップ移動 肘を伸展し、ボールを持つ 前後進は 下肢のグーパー運動 腰を低く 左右に進む際には サイドステップ 腰を低く、ゆっくり バドミントンコートラインを使用 	
(2) <u>フットワーク (エンドライン・ハーフライン)</u>			
<ul style="list-style-type: none"> ・エイトステップ ・サイドステップ・クロスステップ 			
(3) <u>ランニングメニュー</u>			
<ul style="list-style-type: none"> ・2メン ・3メン 			
5分休憩			
(4) <u>バスケゲーム</u>			
Aチーム、Bチームに分かれてゲーム			
5分×2回ずつ			
[備考欄]			
<p>試合が近いので、実戦練習に近い2メン・3メンを実施した。パスを出す際に、相手選手の位置や走るスピードに合わせてパスをすることに正確性を欠くことやゴールとの位置関係を把握できてないことがあった。今後もステップワークを身につけ自分の身体をコントロールさせること、相手やリングとの距離感を認識する能力を身につけることが競技力向上に繋がると考える。</p>			

鳴門教育大学附属特別支援学校トレーナー等派遣実施プログラム

日程	9月 22日 (金)	時間	14時 30分 ~ 16時 00分
場所	鳴門教育大学附属特別支援学校		11 名
<p>[実施内容]</p> <p>(1) <u>体操 各15秒×3セット</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・開脚 ・股関節 ・ハムスト ・だるま左右 ・だるま前後 (お山座り) ・尺取り虫 <p>(2) <u>膝立ち位</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・体幹 側屈 1分間 ・体幹 回旋 1分間 ・ボール送り(頭上)リレー 練習/競争各1回 ・ボール送り(体側)リレー 練習/競争各1回 ・ムカデ競争 頭上 <p>(3) <u>サーキット 3セット</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・マット2枚、フラフープ3個 ・コーン6つ、バー3本、ゴム1本 ・平均台2台 ・ラダー2個 <p>片手ボール転がし(左右)</p> <p>(4) <u>ゴールボール 横動き (10分間)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・2チームに分かれリーグ戦 ・コーン4つ ・ドッジボール1個 <p>5分×2セット</p>			
<p>[備考欄]</p> <p>新年度、初めての事業として今までに参加してきた生徒に対してはおさらいの目的でメニューを実施。また、初めて参加する約4名の生徒には説明をしながら(1)~(4)を実施した。主に高等部3年生になる生徒が下級生に手本を見せながら楽しんでいたのが印象的である。親御さんも数名見学しており、お子さんの活動する姿が見ることができていたので良かったと思う。</p>			

日程	10月 13日 (金)	時間	14時 30分 ~ 16時 00分
場所	鳴門教育大学附属特別支援学校		12 名
[実施内容]			
(1) 体操 各15秒×3セット		(3)サーキット 3セット	
<ul style="list-style-type: none"> ・開脚 ・股関節 ・ハムスト ・だるま左右 ・だるま前後 (お山座り) ・尺取り虫 		<ul style="list-style-type: none"> ・マット2枚、フラフープ3個 ・コーン6つ、バー3本、ゴム1本 ・平均台2台 ・ラダー2個 片手ボール転がし(左右) 	
(2) 膝立ち位		(4) ゴールボール 横動き (15分間)	
<ul style="list-style-type: none"> ・体幹 側屈 1分間 ・体幹 回旋 1分間 ・ボール送り(頭上)リレー 練習/競争各1回 ・ボール送り(体側)リレー 練習/競争各1回 ・ムカデ競争 頭上 		<ul style="list-style-type: none"> ・2チームに分かれリーグ戦 ・コーン4つ ・ドッジボール1個 5分×2セット 	
[備考欄]			
<p>前回の復習を目的に同内容のメニューを実施。高等部の生徒が昨年度の内容を理解しており、模範となるなど、運動に対する学習が認められた。ゴールボールにおける横の動きを高等部学生が下級生に指導するなど、ルールを理解と記憶されていることが印象的であった。今後は、今年度から参加している生徒の実施内容の理解と身体面における変化やゴールボールでは全員がゲームに参加できるよう状態の把握に努めたい。</p>			

日程	10月20日(金)	時間	14時30分～16時00分
場所	鳴門教育大学附属特別支援学校		12名
[実施内容]			
(1) 体操 各15秒×3セット		(3)サーキット 3セット	
<ul style="list-style-type: none"> ・開脚 ・股関節 ・ハムスト ・だるま左右 ・だるま前後(お山座り) ・尺取り虫 		<ul style="list-style-type: none"> ・マット2枚、フラフープ3個 ・コーン6つ、バー3本、ゴム1本 ・平均台2台 ・ラダー2個 片手ボール転がし(左右) 	
(2) 膝立ち位		(4) ゴールボール横動き(15分間)	
<ul style="list-style-type: none"> ・体幹 側屈 1分間 ・体幹 回旋 1分間 ・ボール送り(頭上)リレー 練習/競争各1回 ・ボール送り(体側)リレー 練習/競争各1回 ・ムカデ競争 頭上 		<ul style="list-style-type: none"> ・2チームに分かれリーグ戦 ・コーン4つ ・ドッジボール1個 5分×2セット 	
[備考欄]			
<p>全体の内容は前回と同様である。(2)では3チームに分かれて実施したが、チーム間の能力差が大きく、運動やルールの理解に差があり、こちらが求める体幹の回旋運動等が引き出せていない児も見受けられた。今後のチーム分け方法を検討する。(4)では前回の課題であった、「児全体がゲームに参加できる」ことに対して、新しいルールを設けた「必ず1回はパスすること」といったルールを設けることで、チーム間の交流機会を増やした。新ルールへの適応には時間を要したが2回目のゲームでは適応することができおり、チーム間の声かけ頻度も増加していた。途中、自分の思い通りにならず怒り出す児も出たが、ゲーム内でしっかりと自己統制ができ、終了時には勝利に対してチーム間でタッチする場面も認めた。個人でなくチームで行う活動は勝利といった共通の目標に向かう為に自分はどうすればいいのかといった自己統制の場にもなることを実感した。</p>			

日程	11月 24日 (金)	時間	14時 30分 ~ 16時 00分
場所	鳴門教育大学附属特別支援学校		10 名
[実施内容]			
(1) 体操 各15秒×2セット		(3)サーキット 3セット	
<ul style="list-style-type: none"> ・開脚 ・股関節 ・ハムスト ・だるま左右 ・だるま前後 (お山座り) ・尺取り虫→マットをつなげて移動 		<ul style="list-style-type: none"> ・マット2枚、フラフープ3個 ・コーン6つ、バー3本、ゴム1本 ・平均台3台 ・ラダー2個 片手ボール転がし(利き手) 	
(2) 膝立ち位		(4) ゴールボール 横動き	
<ul style="list-style-type: none"> ・体幹 側屈 10回 ・体幹 回旋 10回 ・ボール送り(頭上)リレー 練習/競争各2回 ・ボール送り(体1周)リレー 練習/競争各2回 		(チーム練習5分、ゲーム5分) <ul style="list-style-type: none"> ・2チームに分かれリーグ戦 ・コーン4つ ・ドッジボール1個 5分×1セット	
[備考欄]			
<p>全体の内容は前回と同様である。(2)ではチーム間の能力差が大きくなならないよう、学年を混合させるチーム編成を行った。ボールを渡す際には声かけをするなどが選手の中で定着しつつある。</p> <p>(3)において片手ボール転がしの時に、重心を下げる目的で選手の前にバーとコーンを配置し、ボールがバー下を通るように転がすルール作りをする。また、横でスタッフが動作の手本を行うことで、視覚的に他者の動作を確認しながら行うことができた。それにより、選手は重心を下げることが可能となった。(4)では「必ず1回はパスする」ルールを継続した。パス出しをゲーム前にチームで練習することで、ゲーム中は比較的円滑にパス出しが出来た。しかしながら、得点力に欠け、ゲームの進行としては変化の少ない内容となった。今後は時間を決めてポジション変更をするなどし、全員がボールに触るとともに、シュートを打つ機会を設けていきたいと思う。</p>			

日程	12月8日(金)	時間	14時30分～16時00分
場所	鳴門教育大学附属特別支援学校		11名
[実施内容]			
<u>(1) 体操 各15秒×1セット</u>		<u>(3)サーキット 2セット</u>	
<ul style="list-style-type: none"> ・開脚 ・股関節 ・ハムスト ・だるま左右 ・だるま前後(お山座り) ・尺取り虫→マットをつなげて移動 		<ul style="list-style-type: none"> ・マット2枚、フラフープ3個 ・コーン6つ、バー3本、ゴム1本 ・平均台3台 ・ラダー2個 片手ボール転がし(利き手) 	
<u>(2) 膝立ち位</u>		<u>(4) ゴールボール 横動き</u>	
<ul style="list-style-type: none"> ・体幹 側屈 10回 ・体幹 回旋 10回 		(ゲーム5分) <ul style="list-style-type: none"> ・2チームに分かれリーグ戦 ・コーン4つ ・ドッジボール1個 5分×3セット	
[備考欄]			
<p>全体の内容は前回と同様であるが、ストレッチおよび膝立ち位、サーキットのセット数を少なくし、ゴールボールのゲームを多く実施するように内容を見直す。(3)において片手ボール転がしの時に、重心を下げる目的で選手の前にバーとコーンを配置し、ボールがバー下を通るように転がすルールは前回から継続した。前回同様、隣でスタッフが動作の手本を行うことで、視覚的に他者の動作を確認しながら行うことができ、動作の理解が円滑になり、選手は重心を下げるのが可能となった。(4)では「必ず1回はパスする」ルールを継続した。前回の経験からゲーム中の20秒から30秒で合図を出し、位置のローテーションを行った。それにより、前回難しかった全員がボールに触るという目標は達成できた。次回は全員がシュートを打つという目標を達成させたい。</p>			

日程	1月19日 (金)	時間	14時 30分 ~ 16時 00分
場所	鳴門教育大学附属特別支援学校		9 名
[実施内容]			
(1) 体操 各15秒×1セット		(2)サーキット 2セット	
<ul style="list-style-type: none"> ・開脚 ・股関節 ・ハムスト ・膝立ち位 体幹 側屈 10回 体幹 回旋 10回 ・だるま左右 ・だるま前後 (お山座り) ・尺取り虫→マットをつなげて移動 (2チーム) 		<ul style="list-style-type: none"> ・マット2枚、フラフープ3個 ・コーン6つ、バー3本、ゴム1本 ・平均台3台 ・ラダー2個 ・片手ボール転がし(利き手) 	
		(3)ゴールボール 横動き	
		(1ゲーム5分)	
		<ul style="list-style-type: none"> ・2チームに分かれリーグ戦 ・コーン4つ ・ドッジボール1個 	
		5分×3セット	
[備考欄]			
<p>前回よりのゴールボールの時間を多くとる為に、ボール送りリレーを省いている。正月明け初めての事業であり、選手の柔軟性や活動性の低下を懸念していたが、事業全体での動きは非常に良好で、目立った柔軟性や活動性の低下は認めなかった。(2)においてバー潜りではバーに当たる選手が少なくなっていた。片手ボール転がしは模倣を取り入れることで視覚的に動作を確認しながら動作を行うことができていた。(4)では高学年チームと低学年チームに分かれ実施。前回の課題であった「全員がシュートを行う」を達成する為に新たにルールを追加して実施した。①必ず1回はパスをする②笛がなると位置をローテーションする③最前列の選手がシュート可能。といった3つのルールで実施した。ルールが増えたことで混乱する選手も認め、チーム内で言い合いをする場面も認めた。また高学年になると「シュートをしたい」といった意欲が先行し、パスをするや最前列のみシュートが可能といったルールを忘れる場面も認めた。チームは学年分けではなく、学年をバランス良く分けることで、チーム内での役割ができるようになる。またルール説明はチームに分かれた際に再度行うことで理解を深めることができると考える。事業を通して運動することの楽しさやチームで行う達成感などを選手それぞれに感じてもらえれば、事業後の運動習慣にも繋がると考える。</p>			

日程	2月 9日 (金)	時間	14時 30分 ~ 16時 00分
場所	鳴門教育大学附属特別支援学校		11 名
[実施内容]			
(1) 体操 各15秒×1セット		(2)サーキット 2セット	
<ul style="list-style-type: none"> ・開脚 ・股関節 ・ハムスト ・膝立ち位 体幹 側屈 10回 <li style="padding-left: 2em;">体幹 回旋 10回 		<ul style="list-style-type: none"> ・マット2枚、フラフープ3個 ・コーン6つ、バー3本、ゴム1本 ・平均台3台 ・ラダー2個 ・片手ボール転がし(利き手) 	
<ul style="list-style-type: none"> ・ボール送り (膝立ち位にてリレー形式で実施) 		(3)ゴールボール 横動き	
		(1ゲーム5分)	
		<ul style="list-style-type: none"> ・3チームに分かれリーグ戦 ・コーン4つ ・ドッジボール1個 	
		5分×3セット	
[備考欄]			
<p>今回もゴールボールの時間を多くとる為、お山座り課題を省略して対応する。高等部男子生徒より膝立ち位でのボール送りリレーを実施したいと申し出があった。生徒からメニューに対する要望が自発的に出てきたことは本事業に対する生徒の取り組む姿勢に変化を感じた。(2)のサーキットにおける鉛筆コロコロは多くの生徒が手足を伸ばして実施できるようになっている。(4)では生徒2チームに教員1チームを編成し、リーグ戦を実施した。今回はルールを前々回同様①必ず1回はパスをする②笛がなると位置をローテーションするの2つにした。ルールがシンプルになったことでゲーム自体は円滑になった。また、教員チームと対戦できることが生徒たちの意欲にもつながったように感じる。生徒によってボールを触りにいく意欲に個人差が見られるが、パスを出したり、ローテーションを行うことで、より全員がゲームに参加できる環境づくりが出来ていたと思われる。しかしながら、結果は教員チームの勝利に終わってしまった為、次回は、生徒たちにゲームに勝利する成功体験と「運動が楽しい」「継続したい」などの運動に対する前向きな感情が想起できるよう、ゲームの構成を検討する必要があると考えられる。</p>			

日程	2月 23日 (金)	時間	14時 30分 ~ 16時 00分
場所	鳴門教育大学附属特別支援学校		11 名
[実施内容]			
<u>(1) 体操 各15秒×1セット</u>		<u>(2)サーキット 2セット</u>	
<ul style="list-style-type: none"> ・開脚 ・股関節 ・ハムスト ・膝立ち位 体幹 側屈 10回 <li style="padding-left: 2em;">体幹 回旋 10回 		<ul style="list-style-type: none"> ・マット2枚、フラフープ3個 ・コーン6つ、バー3本、ゴム1本 ・平均台3台 ・ラダー2個 ・片手ボール転がし(利き手) 	
<ul style="list-style-type: none"> ・ボール送り (膝立ち位にてリレー形式で実施) 		<u>(3)ゴールボール 横動き</u> (1ゲーム5分) <ul style="list-style-type: none"> ・3チームに分かれリーグ戦 ・コーン4つ ・ドッジボール1個 5分×3セット (教員含む対抗戦)	
[備考欄]			
<p>今年度事業、最後の実施日であり生徒達も全体を通していつもより集中して運動を楽しんでいた印象があった。ストレッチやサーキット、ゴールボールなど柔軟性・身のこなし・全身強調運動など1年間を通し、実施してきた。日頃から学校の授業内容にとりいれて実施して頂いた甲斐もあり全体的に能力が向上していたような印象があった。今後も今回の事業以外にも学校生活の中で是非継続して頂きたい。</p>			

県立鳴門渦潮高校によるスポーツ総合体力診断（国府支援学校）測定結果・分析

1 はじめに

バスケットボールに必要な体力は、無酸素性作業能力から有酸素性能力系のエネルギー系出力が、複合的、間欠的に関わり合っているスポーツである。知的に障がいのある生徒にこのような複合的なトレーニングを行わせることや、団体競技スポーツの特徴である見方もしくは相手の動作を見極め行動することなど、競技力向上のためには、さまざまな課題に取り組むことが必要である。

鳴門渦潮高校では、運動選手の体力、フィットネスをチェックするため各種の測定を行いフィードバックする事業を実施しており、バスケットボール部の測定は、今年度で3年目の測定になる。今年度の被験者は、10名（男子8名（16.41歳±0.8801、女子2名（16.65歳±0.8090））であるが、女子は2名であることから今回の測定データからは除外することとした。男子のデータについては1~3年間のデータを比較検討することとした。

2 形態・身体組成

体組成については、インピーダンス法による体組成計 BC-108E：タニタ(株)を使用した。一般高校生の全国平均値（2016年男子）と比較できる項目について検討を行った。身長、体重、体脂肪率、筋肉量いずれも個人差が大きく、発育の改善、適正な体組成維持のための各種要因について検討される必要がある。

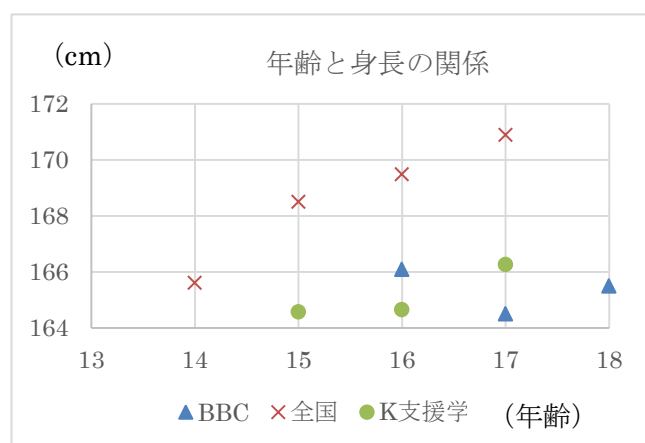


図1-1 年齢と身長の関係

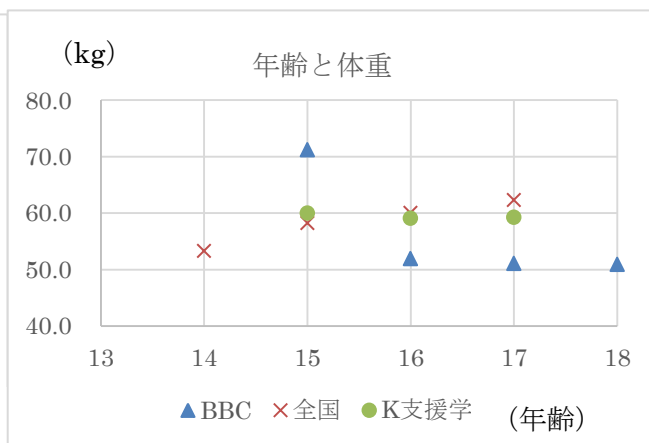


図1-2 年齢と体重の関係

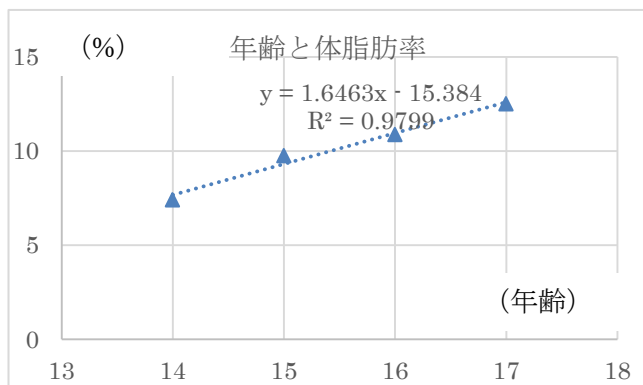


図 1 - 3 年齢と体脂肪率の関係

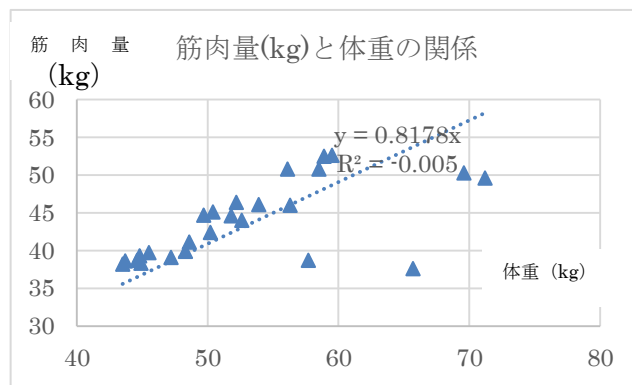


図 1 - 4 筋肉量と体重の関係

表 1 年齢と身体組成の変化

年齢		該当人数	最小値	最大値	平均値	標準偏差
15	身長 (cm)	1	171.8	171.8	171.800	
	体重 (kg)	1	71.2	71.2	71.200	
	体脂肪率 (%)	1	26.4	26.4	26.400	
16	身長 (cm)	9	163.1	172.4	166.122	2.9765
	体重 (kg)	9	43.5	69.6	51.911	7.8842
	体脂肪率 (%)	9	5.5	23.7	10.211	5.3885
17	身長 (cm)	10	160.4	170.3	165.810	3.5193
	体重 (kg)	10	43.7	59.5	51.090	5.6353
	体脂肪率 (%)	10	5.0	13.8	8.860	2.9822
18	身長 (cm)	3	165.1	170.3	168.267	2.7791
	体重 (kg)	3	45.5	58.9	50.900	7.0682
	体脂肪率 (%)	3	5.9	12.9	8.933	3.5921

(1) 身長は年齢とともに成長し 16～18 歳までにピークを向かえる。今回の選手は全国の高校生徒と比較して (※17 歳 全国 170.9cm : バスケ部 165.810cm) 5.09cm 下回っている。

(2) 体重も年齢とともに増加している。体重と体脂肪率、筋肉量の変化を見てみると、体重が増加すると体脂肪、筋肉量ともに増加し、2つの関係には有意な正の相関が認められた。(有意水準 0.01)

● は国府支援学校高等部生徒全員 ▲ は国府支援学校バスケットボール部員

※は 2016 年文科省データ

3 筋力・発揮パワー

(1) 無酸素性能の測定については、コンビ社製のエアロバイクパワーマックス VⅢを使用し、異なる負荷で、10 秒間全力ペダリングを 3 回実施し、負荷と回転数の関係か

ら最大脚パワーを算出した。

(2) 垂直跳びはバイン社製のジャンプメータ（スイッチマット方式）により滞空時間から跳躍距離を算出した。

(3) 脚筋力はサイベックスノルム（メディカ株式会社）による等速性脚筋力を60d/s,180d/sの速度で膝関節屈曲伸展を3回測定し、その最大を記録とした。

(4) 40秒ペダリングは、40秒間全力で自転車を漕ぎ、10秒ごとの回転数から低下率、パワーを算出させ解糖系の能力を評価するものである。

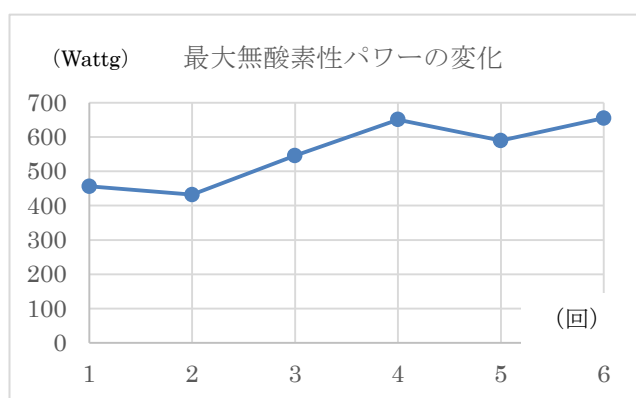


図 2-1 無酸素性パワーの変化

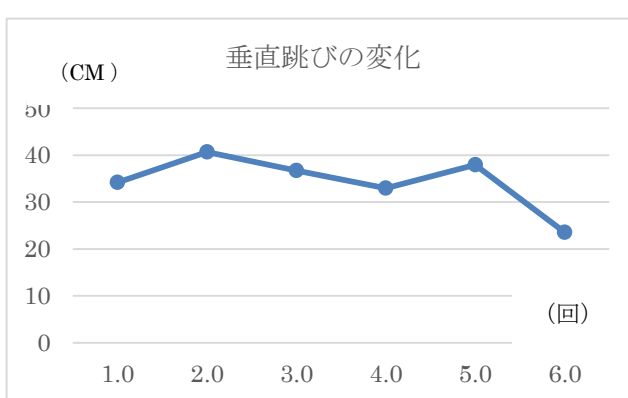


図 2-2 垂直跳びの変化

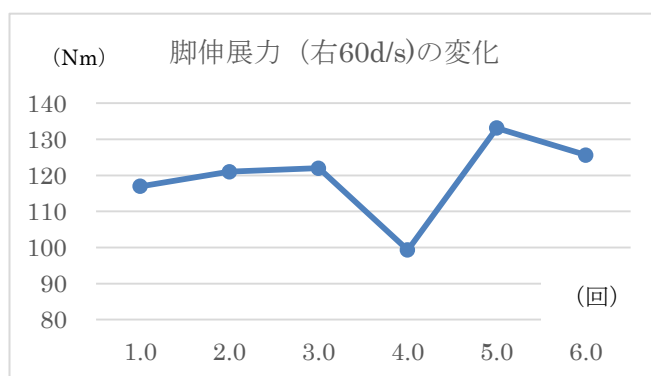


図 2-3 脚伸展力 (右60d/s)の変化

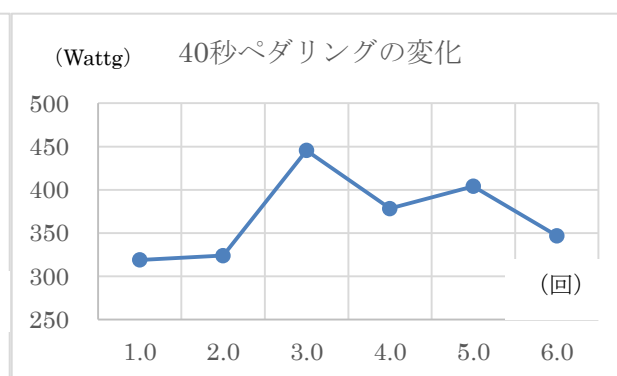


図 2-4 40秒ペダリングの変化

(1回目:2015/11/14, 2回目:2016/2/6, 3回目:2016/8/31, 4回目:2017/2/4, 5回目:2017/8/10, 6回目:2018/2/3)

4 考察

(1) 無酸素性パワーは、除脂肪体重、筋肉量、脚筋力との相関関係があると予測したが、今回の測定では脚筋力との関係は見られず、無酸素性パワーとのパラメーターの相関がみられたのは、除脂肪体重と脚の筋肉量のみであった。(有意水準0.01) これは、普段行わない低負荷・高回転の自転車駆動運動や高負荷でのペダリングに慣れていないことなどが

ら、筋力がペダリング運動にスムーズに変換できていないことが原因と考えられる。

(2) 垂直跳は、握力、背筋力、脚伸展、屈曲力、ミドルパワーとの高い正の相関が見られた。

(3) ミドルパワー40秒ペダリングについても筋力との相関がみられた。

これまでの測定結果の変化をそれぞれの体力要素と比較検討した結果、体重や身体組成を無酸素性パワーは向上しているものの、筋力、ジャンプ力、ミドルパワーの項目で測定値が低下している。この要因としては、身体動作・運動への拒否を示す障がい児では、成長期であるにも関わらず、本来動かすべき運動器を働かす機会が少ないゆえの身体能力の低下現象が起きている、もしくは、測定時期やシーズン、練習環境との関係も推察される。

また、体力・運動能力が、必ずしも年齢とともに向上しないケースもみられることも考慮すべき点である。

測定から身体が外界に対して発揮する能力は、全身の筋が発揮する筋力と深い関係があることが明らかになった。さらに、スポーツを行う運動能力は単純な1因子ではなく、筋力、持久力、バランス、敏捷性などの複数の因子から構成されるモデルであるという理解は必要である。(全面性の原則)

5 おわりに

2020年東京オリ・パラを契機にスポーツの新しい価値感を生み出そうと新たなイノベーションの機会が生まれようとしている。知的障がい者スポーツは自立と社会参加の促進のために様々な競技会や交流会が実施されている。しかし、多くの場合、選手間の問題把握能力や運動能力の格差が大きいのが現状である。従って、個々の能力の把握と客観的評価に基づく対処が重要であると思われる。そのためには、知的障がい者およびそのサポートスタッフが医学的な知識を身に付ける必要があり、今後積極的に参入していかなくてはならない分野ではないかと考える。

知的障がい者は、知的能力の問題だけでなく、身体的側面や体力・運動能力においても年齢や発育発達の段階や状態に見合った適切な生活・運動プログラムを実施していくことが求められる。その際、対象者の個人差を十分に考慮することが重要である。

一般健常者でも懸念されてきている生活習慣病のみならず、ロコモティブシンドローム（運動器症候群）サルコペニア症候群（骨格筋量および骨格筋力の低下）の問題は知的障がい児・者においてもあてはまっていく。今後ますます、運動・栄養・休養の側面で知的障がい児・者に関わるあらゆる立場の関係者が、より知的障がい者の特質や実情をふまえた支援をしていくことが重要である。

文責者 徳島県立鳴門渦潮高等学校実習助手（スポーツ） 中嶋 宏彰

表2 各測定項目ごとの相関関係

体重(kg)	体脂肪率(%)	筋量(kg)	筋量右足(kg)	筋量左足(kg)	最大糖酸素性 パワー(W)	握力右(kg)	握力左(kg)	背筋力(kg)	踵上げ (cm)	下腿 膝伸張 右60(s)(Nm)	膝伸張 右180(s)(Nm)	膝屈右 180(s)(Nm)	膝屈右 180(s)(Nm)	膝屈右 180(s)(Nm)	仰臥平均 (平均)
.641**	.161	.658**	.706**	.778**	.683**	.052	.195	.082	-.375	-.016	.085	-.020	.083	.085	.182
.641**	.161	.161	.073	.062	.294	.120	.000	.242	-.210	-.062	-.091	.037	.019	.249	-.036
.638**	.161	.964**	.966**	.966**	.701**	-.030	.205	-.105	-.356	.031	.182	-.045	.057	-.121	.255
.788**	.073	.964**	.997**	.997**	.645**	-.022	.110	-.155	-.321	.031	.196	-.027	.067	-.110	.259
.778**	.062	.966**	.997**	.997**	.638**	-.020	.116	-.178	-.311	.026	.195	-.030	.080	-.129	.264
.680**	.294	.701**	.645**	.638**	.1	-.129	.082	.084	-.493*	-.154	-.119	-.077	-.027	-.273	-.161
.052	.120	-.000	-.022	-.020	-.129	.1	.676**	.678**	.615**	.585**	.529*	.595**	.502*	.648**	.494*
.195	.000	.205	.110	.116	.022	.676**	.1	.671**	.593*	.396	.392	.332	.374	.593*	.380
.052	.242	-.105	-.155	-.178	.084	.676**	.671**	.1	.555**	.360	.232	.413*	.441*	.680**	.457*
-.375	-.210	-.355	-.321	-.311	-.493*	.675**	.503**	.555**	.1	.288	.371	.517*	.500**	.666**	.601**
-.016	-.062	.001	.031	.026	-.154	.585**	.396	.360	.288	.1	.643**	.357	.079	.470*	.241
.085	-.091	.182	.196	.195	-.119	.529*	.392	.232	.371	.643**	.1	.756**	.635**	.509*	.525*
-.020	.037	-.045	-.027	-.030	-.077	.596**	.332	.413*	.517*	.357	.756**	.1	.873**	.691**	.629**
.053	.019	.057	.067	.068	-.027	.502*	.374	.441*	.500**	.079	.635**	.673**	.1	.631**	.635**
.035	.246	-.121	-.110	-.129	-.273	.646**	.503**	.680**	.666**	.470*	.509*	.691**	.631**	.1	.686**
.149	.249	.082	.042	.024	-.106	.697**	.472*	.643**	.670**	.385	.630**	.802**	.777**	.896**	.1
-.057	.061	-.114	-.108	-.115	-.231	.652**	.520**	.617**	.697**	.241	.571**	.826**	.871**	.869**	.1
-.070	-.066	-.070	-.080	-.078	-.161	.464*	.380	.457*	.601**	.017	.525*	.943**	.939**	.685**	.1
.162	-.000	.255	.239	.284	-.012	.720**	.581**	.527*	.618**	.519*	.558**	.629**	.635**	.711**	.636**

表3 最大無酸素性パワー(W)の変化

測定実施日	該当人数	最小値	最大値	平均値	標準偏差
2015/11/14	1	456.0	456.0	456.000	
2016/2/6	1	432.0	432.0	432.000	
2016/8/31	3	460.0	608.0	546.000	76.8635
2017/2/4	3	564.0	701.0	650.667	75.3813
2017/8/10	7	443.0	779.0	573.286	123.4473
2018/2/3	8	417.0	858.0	678.125	151.6372

表4 ミドルパワー40秒平均パワーの変化

測定実施日	該当人数	最小値	最大値	平均値	標準偏差
2015/11/14	1	319	319	319.00	
2016/2/6	1	324	324	324.00	
2016/8/31	2	443	448	445.50	3.536
2017/2/4	3	318	480	378.33	88.557
2017/8/10	7	333	479	404.00	45.698
2018/2/3	7	326	379	347.00	21.878

表5 静的筋力の変化（握力・背筋力）

測定回数		該当人数	最小値	最大値	平均値	標準偏差
2015/11/14	握力 右(kg)	1	28.1	28.1	28.100	
	握力 左(kg)	1	23.5	23.5	23.500	
	背筋力(kg)	1	76	76	76.00	
2016/2/6	握力 右(kg)	1	26.8	26.8	26.800	
	握力 左(kg)	1	21.9	21.9	21.900	
	背筋力(kg)	1	94	94	94.00	
2016/8/31	握力 右(kg)	3	31.3	33.1	32.333	.9292
	握力 左(kg)	3	28.7	29.4	28.967	.3786
	背筋力(kg)	3	84	97	90.00	6.557
2017/2/4	握力 右(kg)	3	18.2	37.1	24.800	10.6616
	握力 左(kg)	3	18.7	30.6	23.000	6.6008
	背筋力(kg)	3	36	100	67.33	32.021
2017/8/10	握力 右(kg)	7	28.3	42.4	36.529	5.7827
	握力 左(kg)	7	8.0	35.2	26.586	9.6794
	背筋力(kg)	7	52	120	94.43	27.501
2018/2/3	握力 右(kg)	8	19.1	37.4	27.263	5.0489
	握力 左(kg)	8	13.3	35.1	22.813	6.4634
	背筋力(kg)	8	48	120	78.13	22.535

表6 垂直跳びの変化

測定実施日	該当人数	最小値	最大値	平均値	標準偏差
2015/11/14	1	34.2	34.2	34.200	
2016/2/6	1	40.7	40.7	40.700	
2016/8/31	3	33.2	40.8	36.733	3.8280
2017/2/4	3	25.5	45.5	32.967	10.9203
2017/8/10	7	33.7	41.4	37.943	3.1748
2018/2/3	8	14.9	39.4	23.550	7.5544

表7 脚伸展力の変化

		該当人数	最小値	最大値	平均値	標準偏差
2015/11/14	角速度 60 d/s 下腿 膝伸 展 右 (Nm)	1	117	117	117.00	
	膝伸展 左 (Nm)	1	108	108	108.00	

		膝屈曲 右 (Nm)	1	61	61	61.00		
		膝屈曲 左 (Nm)	1	49	49	49.00		
		角速度 180 d/s	下腿 膝伸 展 右 (Nm)	1	92	92	92.00	
			膝伸展 左 (Nm)	1	87	87	87.00	
			膝屈曲 右 (Nm)	1	49	49	49.00	
			膝屈曲 左 (Nm)	1	42	42	42.00	
2016/2/6	角速度 60 d/s	下腿 膝伸 展 右 (Nm)	1	121	121	121.00		
		膝伸展 左 (Nm)	1	115	115	115.00		
		膝屈曲 右 (Nm)	1	52	52	52.00		
		膝屈曲 左 (Nm)	1	50	50	50.00		
	角速度 180 d/s	下腿 膝伸 展 右 (Nm)	1	95	95	95.00		
		膝伸展 左 (Nm)	1	92	92	92.00		
		膝屈曲 右 (Nm)	1	43	43	43.00		
		膝屈曲 左 (Nm)	1	45	45	45.00		
2016/8/31	角速度 60 d/s	下腿 膝伸 展 右 (Nm)	3	118	126	122.00	4.000	
		膝伸展 左 (Nm)	3	111	136	124.33	12.583	
		膝屈曲 右 (Nm)	3	62	81	73.33	10.017	
		膝屈曲 左 (Nm)	3	62	81	71.67	9.504	
	角速度 180 d/s	下腿 膝伸 展 右 (Nm)	3	98	100	99.33	1.155	
		膝伸展 左 (Nm)	3	92	103	96.67	5.686	
		膝屈曲 右 (Nm)	3	57	71	64.67	7.095	
		膝屈曲 左 (Nm)	3	58	71	65.67	6.807	
2017/2/4	角速度 60 d/s	下腿 膝伸 展 右 (Nm)	3	81	123	99.33	21.502	
		膝伸展 左 (Nm)	3	71	133	106.33	31.896	
		膝屈曲 右 (Nm)	3	34	84	52.33	27.538	
		膝屈曲 左 (Nm)	3	31	72	53.67	20.841	
	角速度 180 d/s	下腿 膝伸 展 右 (Nm)	3	54	107	75.33	27.970	
		膝伸展 左 (Nm)	3	57	110	78.67	27.791	
		膝屈曲 右 (Nm)	3	23	79	43.00	31.241	

		膝屈曲 左 (Nm)	3	34	68	47.67	17.954
2017/8/10	角速度 60 d/s	下腿 膝伸 展 右 (Nm)	7	99	160	133.14	21.474
		膝伸展 左 (Nm)	7	89	155	119.57	22.926
		膝屈曲 右 (Nm)	7	26	80	59.71	21.808
		膝屈曲 左 (Nm)	7	39	69	54.71	11.982
	角速度 180 d/s	下腿 膝伸 展 右 (Nm)	7	57	115	93.14	20.268
		膝伸展 左 (Nm)	7	43	113	91.43	23.832
		膝屈曲 右 (Nm)	7	31	66	48.86	12.642
		膝屈曲 左 (Nm)	7	23	61	43.14	13.789
2018/2/3	角速度 60 d/s	下腿 膝伸 展 右 (Nm)	8	91	137	125.63	16.630
		膝伸展 左 (Nm)	8	85	122	108.38	11.224
		膝屈曲 右 (Nm)	8	38	49	43.88	3.399
		膝屈曲 左 (Nm)	8	31	53	39.63	7.652
	角速度 180 d/s	下腿 膝伸 展 右 (Nm)	8	50	81	69.38	10.514
		膝伸展 左 (Nm)	8	45	79	66.63	13.136
		膝屈曲 右 (Nm)	8	12	38	25.63	8.798
		膝屈曲 左 (Nm)	8	11	39	22.63	10.281

Ⅲ-3 共生共楽スポーツ推進事業

徳島県県民環境部県民スポーツ課

1 目的

地域における障がい者スポーツの普及を推進していくためには、障がいのある人が、それぞれの暮らす地域で、スポーツを楽しむことのできる環境づくりが重要であり、生涯スポーツ振興の核である総合型地域スポーツクラブ（以下、「総合型クラブ」という。）は重要な役割を担っている。

本事業では、総合型地域スポーツクラブにおいて、障がいのある人とない人が共に楽しむことができる運動プログラムを実施することにより、地域における障がい者スポーツの実施機会の拡大を図るとともに、障がい者スポーツの普及に向けた体制及び環境の整備を図る。

2 実施概要

- (1) 共に楽しむスポーツ教室の開催
- (2) 共生・共楽スポーツフェスタの開催
- (3) 成果報告会の開催
- (4) その他、普及啓発のための広報活動

3 取組内容

- (1) 共に楽しむスポーツ教室の開催
・実施内容

総合型クラブ名	事業内容
NPO法人 あいずみ スポーツクラブ	<p>①障がい者健康運動教室（20回）＋栄養教室（3回）</p> <p>期間 平成29年9月13日～平成30年2月14日（23回）</p> <p>開催日 水曜日、1月27日（土） 13：00～14：00</p> <p>会場 藍住町体育センター 藍住町福祉センター</p> <p>参加者 総計178名（運動教室163名、栄養教室15名）</p> <p>内容 運動不足傾向にある障がい者を対象に思いきり体を動かしてもらい運動の楽しさを実感してもらうとともに、栄養指導を行い、運動しやすい身体作りを目指した。</p>
	
NPO法人 うだつコミュニティー スポーツクラブ	<p>①特別支援学級スポーツ交流会（ニュースポーツ体験）</p> <p>開催日 平成29年12月1日（金） 13：00～16：00</p> <p>会場 うだつアリーナ</p> <p>参加者 50名（内、障がい児30名）</p> <p>内容 美馬地区中教研特別支援部会と連携し、カローリング等の様々なニュースポーツ体験を行った。</p>

②子どもスポーツ教室

期間 平成29年9月～平成30年1月（5回）

開催日 毎月1回、土曜日13:00～15:00

会場 うだつアリーナ

参加者 総計142名（内、障がい児68名）

内容 障がいの有無に関係なく、子どもたちが、マット運動、ミニバスケットボール、コーディネーショントレーニング等を行った。

③子どもクリスマス会（親子で遊ぼう）

開催日 平成29年12月16日（土）8:00～12:00

会場 うだつアリーナ

参加者 98名

内容 四国大学の学生との交流（ジャグリング体験）、運動遊び（いろいろなスポーツ用具を使って）、ビンゴゲーム、おやつタイム、カロリング（ローカルルール）を障がいの有無に関わらず、参加者全員で同じプログラムを楽しんだ。



特別支援学級スポーツ交流会
（ニュースポーツ体験）



子どもスポーツ教室



子どもクリスマス会
（親子で遊ぼう）

NARUTO総合型スポーツクラブ

①障がい者軟式野球教室

期間 平成29年10月～平成30年3月（6回）

開催日 日曜日14:30～17:00

会場 鳴門球場

参加者 徳島ウイングス

総計128名（内、障がい者102名）

内容 野球をしたことのない障がい者の参加も増えてきており、楽しくプレーをしながら体力作りに取り組むことができた。毎回、大学生や社会人のチームからボランティアの参加もあり、協力体制もできてきた。

②交流野球教室

開催日 平成29年11月26日（日）

会場 鳴門市営球場

参加者 徳島ウイングス 愛媛ブレイド

総数31名（内、障がい者26名）

内容 徳島ウイングス 対 愛媛ブレイド

徳島県には障がい者軟式野球チームがないため、他県との交流練習や交流試合を行うことで、障がい者軟式野球のルールの確認ができ、スキルの向上にもつながった。



障がい者軟式野球教室



交流野球教室

③車椅子バスケットボール教室

期間 平成29年9月～平成30年2月（6回）

会場 鳴門市勤労者体育センター

参加者 総計72名（内、障がい者27名）

内容 障がい者と健常者が共に車椅子バスケットボールを楽しむ教室として、鳴門教育大学、四国大学の学生の参加もあり、障がい者スポーツを知ってもらう機会となった。



④車椅子バスケットボール交流練習会

開催日 平成29年9月10日（日） 9:00～17:00

会場 鳴門・大塚スポーツパーク アミノバリューホール

参加者 18名（内、障がい者8名）

内容 日頃、各県で車椅子バスケットボールの練習等を実施しても、参加者が少ない現状がある。今回、徳島県、高知県、香川県の3県が連携して交流練習会を開催することで、多様な練習メニューや練習試合を実施できたことから、充実した内容となった。今後も定期的に交流練習会が開催できるように調整するきっかけにもなった。



⑤車椅子ソフトボール体験会

開催日 平成30年2月17日(土) 10:00~15:00

会場 鳴門・大塚スポーツパーク アミノバリューホール

参加者 32名(内、障がい者6名)

内容 今回、障がいのある人が気軽にスポーツを親しむきっかけづくりの一環として、四国で初めて車椅子ソフトボール体験会を実施した。

車椅子ソフトボールは、「車椅子に乗りながら軟式野球使用球等を用いて行う新しい野球」がコンセプトにあり、障がい者スポーツの裾野を広げるとともに、だれもが一緒に分け隔てなく同じフィールドで楽しむことができるスポーツとして普及・発展を目指して開催した。



(2) 共生・共楽スポーツフェスタの開催

日時 平成30年1月28日(日) 9:30~15:30

会場 徳島県立障がい者交流プラザ

参加者 800名

内容 障がいのある人もない人も共に参加でき、見るスポーツや軽スポーツを楽しみながら、参加者相互の交流を深めることを目的として実施した。

チアダンスや身体障がい者による空手の演武披露、ニュースポーツ体験、体力測定、ウォーキング、知的障がい者等を対象としたプールでのエクササイズといった様々な内容を徳島県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会や徳島県障がい者スポーツ協会等の関係機関と連携して実施し、障がい者スポーツの普及・啓発を図った。

(3) 成果報告会（障がい者スポーツフォーラム）の開催

日時 平成30年3月3日（土）
会場 徳島健祥会福祉専門学校
参加者 約45名
内容 障がい者のスポーツを通じた社会参加の促進や、障がいのある人もない人も、共に暮らし、共に楽しむことができる共生社会の実現を目指して、県内における障がい者スポーツの普及・啓発を図るため、取組事例を紹介した。

(4) その他、普及啓発のための広報活動

①障がい者スポーツ関連事業の周知

徳島県障がい者スポーツ協会が実施する「出張スポーツ教室」の開催案内を総合型クラブに発信した。

②障がい者スポーツの普及啓発

期日 平成29年11月5日（日）
会場 徳島市 新町川水際公園
内容 とくしまNPOボランティアフェアにおいて、総合型クラブの普及啓発を兼ねて障がい者スポーツ種目紹介パネルやパンフレットを設置した。



期日 平成30年2月～3月（※展示は4月まで）
会場 勝浦町 ビックひなまつり会場
内容 「ビックひなまつり」は、リオデジャネイロ・オリンピックのジャパンハウスに展示されており、東京オリパラにおいても主要会場に展示できるようにムーブメント醸成や関心を向上させるとともに、3大国際スポーツ大会及び障がい者スポーツのPRブースを設けて来場者へ周知した。

また、期間限定で、会場の一部にパラリンピック正式種目である、ボッチャ競技体験コーナーを設け、障がい者スポーツの普及・啓発を図った。

4 実施の効果とあい路

総合型クラブが障がい者スポーツの推進に取り組むことにより、普段体験できないスポーツ体験や活動ができています。今後は、体験の場づくりや指導の質を高めるために障がい者スポーツ指導員との連携や養成を図っていく。

各事業の実施を通じて、県障がい者スポーツ協会、社会福祉協議会や障がい者支援組織等と連携することができています。

東京2020大会に向けて機運が高まっている機会を活用し、障がい者スポーツの普及・啓発を促進することができています。

障がい者野球など、取り組んでいる各種競技においては継続して競技力向上が図れている。また、空手道競技に取り組んでいる障がい者の活動の発掘にもつながった。

各事業を通じて、大学生等のボランティアとの関わりが増えている。

事業を通じて、障がい者と健常者がふれあい、交流が深まり、お互いの存在を尊重し認め合うことが増えている。

総合型クラブがこれまで培ってきた活動や地域ネットワークが活かされている。

本事業に参加する障がい者は積極的・意欲的に取り組んでいるが、障がい者のスポーツ未実施者の掘り起こしができていない。

借用できる車いすバスケットなどの競技用車いすが身近にあることが望ましい。

身近な地域に活動拠点があることが望ましい。

5 終わりに

本年度は、昨年度に引き続き、3つの総合型クラブの取組をモデルとして内容の充実を図ることにより、子どもたちがふれあう機会の創出や健康増進、支援者の増などの効果が高まった。

さらに、こうした取組を他の総合型クラブに周知することにより、普及啓発につながり、障がい者スポーツの取組を検討したり、障がい者スポーツ指導員資格講習会に参加したりする総合型クラブが増えてきた。

また、徳島県障がい者スポーツ協会と連携して「共生共楽スポーツフェスタ」や「障がい者スポーツフォーラム」を実施したことによって、プログラムがより充実したものとなり、参加者にとって有意義な取組となった。今後の連携方策においても大きな成果があった。

これらの成果を活かし、県内の多くの総合型クラブが、障がいの有無に関わらず、“だれもが”身近な地域でスポーツを楽しみ、交流できる環境になるよう取り組みたい。

Ⅲ-4 持久水泳普及事業

(ふれあいスイミング・持久水泳認定会)

岡田企画株式会社（徳島県障がい者スポーツセンター指定管理者）

1 はじめに

障がい者が、スポーツ活動を通じて自らの可能性にチャレンジをしたり、身近な人とのスキンシップや仲間との交流深めることは、生活の質を高め、人生をより豊かにしてくれるものである。また、その活動で得ることのできる達成感や満足感は、それを継続するための大きな原動力となる。

この事業においては、障がいの有無にかかわらず、年齢や性別をも問わず、地域における全ての人がお互いを理解し、助け合いながら活動の場を広げていくことにより、共生社会の実現を目指すものである。

2 事業の目的

従来の水泳に加え、水中歩行・水中体操など水を媒体にした運動は、障がいの有無に関わらず誰でもが気軽にできる運動である。また、水の持つ特性(水圧・浮力・抵抗・水温等)を十分に活用することにより、陸上運動に比べ様々な運動効果が期待できる。

事業においては、これらのことを踏まえ、参加者が生涯に渡って積極的にスポーツに親しむ習慣や意欲を育むことを狙いとする。

最終的には、参加者の努力に対して認定会を開催することにより保護者共々、達成感や充足感を得ることができることを目的とする。

3 事業の概要

(1)普及促進基礎事業「ふれあいスイミング」

障がい者スポーツセンターのプールを利用し、県内の特別支援学校小学部生徒の障がい特性に応じた水泳レッスンを実施し、水泳の楽しさを仲間同士で感じてもらう。また、水に浮くこと、呼吸の確保、進むことができる、というような安全面を意識したレッスンを実施するとともに、ここで培った能力や技術を活かし、社会参加へのきっかけとする。

また、いしいドーム温水プールでは、持久水泳認定会に多くの方が参加して頂けるよう、参加者を対象に練習会を行う。

①徳島聴覚支援学校ふれあいスイミング

- ・日 時：平成29年9月14日（木） 10：30～11：30
- ・場 所：徳島県立障がい者交流プラザ 障がい者スポーツセンター温水プール
- ・対 象：小学部の生徒

②国府支援学校低学年生ふれあいスイミング

- ・日 時：平成29年10月12日（木） 10：00～10：30
- ・場 所：徳島県立障がい者交流プラザ 障がい者スポーツセンター温水プール
- ・対 象：小学部1～2年の生徒

- ③国府支援学校中学年生ふれあいスイミング
 - ・日 時：平成29年10月19日（木）10：00～10：50
 - ・場 所：徳島県立障がい者交流プラザ 障がい者スポーツセンター温水プール
 - ・対 象：小学部3～4年の生徒
- ④国府支援学校高学年生ふれあいスイミング
 - ・日 時：平成29年10月26日（木）10：00～10：50
 - ・場 所：徳島県立障がい者交流プラザ 障がい者スポーツセンター温水プール
 - ・対 象：小学部5～6年の生徒
- ⑤鳴門教育大学附属特別支援学校ふれあいスイミング
 - ・日 時：平成29年11月16日（木）10：20～11：10
 - ・場 所：徳島県立障がい者交流プラザ 障がい者スポーツセンター温水プール
 - ・対 象：小学部の生徒
- ⑥OKいしいパーク四銀いしいドーム ふれあいスイミング
 - ・日 時：平成29年10月22日（日）台風接近のため中止
平成29年10月29日（日）
平成29年11月05日（日）
平成29年11月12日（日）
 - ・場 所：OKいしいパーク四銀いしいドーム温水プール
 - ・対 象：持久水泳認定会に参加することを前提に、障がいのあるなしにかかわらず、4歳～一般の方

(2)普及促進支援事業「持久水泳認定会」

基礎事業の努力目標、事業効果確認のため支援事業として開催する。

自由な泳ぎ（浮き具の装着も可）でプールサイドに捕まることなく、プールの底に着足することなく、指定された時間を泳ぐ（回遊する）こと、または浮いていることができれば認められる認定会を実施する。参加者は泳ぎ終われば十分な達成感や充足感を得ることができ、水中運動参加への大きな動機づけとなる。

- ・日 時：平成29年11月23日（勤労感謝の日）9：00～13：00
- ・場 所：OKいしいパーク四銀いしいドーム温水プール
- ・対 象：障害のあるなしにかかわらず、4歳～一般の方（保護者・介助者）

3 取組内容

(1)徳島聴覚支援学校ふれあいスイミング

- ①日 時：平成29年9月14日（木）10：30～11：30
- ②場 所：徳島県立障がい者交流プラザ 障がい者スポーツセンター温水プール
- ③対 象：小学部の生徒15名
- ④内 容：

時 間	内 容
9：30	マイクロバス2台に分乗して、聴覚支援学校出発
10：00	スポーツセンター到着、更衣
10：30	プールレッスン開始 対象者を2グループに分け、泳力別でのレッスンを行った。

	<p>(1班) 児童11名, 支援教員5名 目標: 「楽しく水慣れし, 5mの面かぶりキックができるようにする」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・集合, 挨拶, 準備体操 ・水慣れ, 腰掛けキック ・壁キック ・面かぶりキック ・面かぶりクロール ・ビート板キック ・ジャグジー, 採暖室 <p>(2班) 児童4名, 支援教員2名 目標: 「100m泳げるようにする」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・集合, 挨拶, 準備体操 ・水中歩行 ・ビート板キック ・サイドキック ・ビート板クロール ・クロール ・ジャグジー, シャワー, 採暖室
11:30	プールレッスン終了, 更衣
12:00	マイクロバスにてスポーツセンター出発
12:30	聴覚支援学校到着

(2)国府支援学校低学年生ふれあいスイミング

- ①日 時: 平成29年10月12日 (木) 10:00~10:30
 ②場 所: 徳島県立障がい者交流プラザ 障がい者スポーツセンター温水プール
 ③対 象: 小学部1~2年の生徒27名
 ④内 容:

時 間	内 容
9:30	マイクロバス2台に分乗して国府支援学校出発
9:50	スポーツセンター到着, 更衣
10:00	<p>プールレッスン開始 「楽しく水に慣れること」を目標に, 対象者を3グループに分けて実施した。</p> <p>(1班) 児童8名, 支援教員4名</p> <p>(2班) 児童11名, 支援教員5名</p> <ul style="list-style-type: none"> ・集合, 挨拶, 準備体操 ・プールサイドに座った状態で水慣れ, キックの練習

	<ul style="list-style-type: none"> ・水の中に入り水中歩行 ・ロングビート板を丸めてトンネルを作り, 中をくぐるように水中歩行 ・トンネルの中にフロアを入れ, フロアの上をワニ歩き ・水中トンネルを抜けてフロアを2段重ねてすべり台を作り, 滑る ・ジャグジー, シャワー <p>(3班) 児童8名, 支援教員3名</p> <ul style="list-style-type: none"> ・集合, 挨拶, 準備体操 ・腰掛けキック ・水慣れから顔つけ ・ボビング ・伏し浮き ・ジャグジー, シャワー
10:30	プールレッスン終了, 更衣
11:00	マイクロバスにてスポーツセンター出発
11:20	国府支援学校到着

(3)国府支援学校中学年生ふれあいスイミング

①日 時：平成29年10月19日（木）10:00～10:50

②場 所：徳島県立障がい者交流プラザ 障がい者スポーツセンター温水プール

③対 象：小学部3～4年の生徒30名

④内 容：

時 間	内 容
9:30	マイクロバス2台に分乗して国府支援学校出発
9:50	スポーツセンター到着, 更衣
10:00	<p>プールレッスン開始</p> <p>目標「水の中でしっかり体を動かそう」</p> <p>対象者を3グループに分けて実施</p> <p>(1班) 児童7名, 支援教員5名</p> <p>(2班) 児童14名, 支援教員5名</p> <ul style="list-style-type: none"> ・集合, 挨拶, 準備体操 ・腰掛けキック ・水中歩行 ・トンネルくぐり ・ワニ歩き ・水中歩行→ワニ歩き→すべり台と連動して移動 ・水中玩具拾い ・自由遊び

	(3班) 児童9名, 支援教員2名 <ul style="list-style-type: none"> ・集合, 挨拶, 準備体操 ・水慣れ ・ボビング ・伏し浮き ・背浮き ・背面キック ・ジャグジー, シャワー, 採暖室
10:50	プールレッスン終了, 更衣
11:20	マイクロバスにてスポーツセンター出発
11:40	国府支援学校到着

(4)国府支援学校高学年生ふれあいスイミング

①日 時：平成29年10月26日(木) 10:00～10:50

②場 所：徳島県立障がい者交流プラザ 障がい者スポーツセンター温水プール

③対 象：小学部5～6年の生徒24名

④内 容：

時 間	内 容
9:30	マイクロバス2台に分乗して国府支援学校出発
9:50	スポーツセンター到着, 更衣
10:00	プールレッスン開始 目標「積極的にプールレッスンに取り組む」 対象者を3グループに分けて実施 (1班) 児童5名, 支援教員3名 <ul style="list-style-type: none"> ・集合, 挨拶, 準備体操 ・水慣れ ・腰掛けキック ・水中歩行 ・トンネルくぐり ・ワニ歩き ・水中歩行→ワニ歩き→すべり台と連動して移動 ・浮島を使ってのキック練習 ・自由遊び (2班) 児童15名, 支援教員7名 <ul style="list-style-type: none"> ・集合, 挨拶, 準備体操 ・水慣れ ・壁キック ・水中歩行→ワニ歩き ・すべり台→ワニ歩き ・水中玩具拾い ・ビート板を持って歩く→ビート板キック ・自由遊び

	(3班) 児童4名, 支援教員2名 ・集合, 挨拶, 準備体操 ・水慣れ ・ボビング ・伏し浮き ・壁キック ・ビート板キック ・面かぶりキック ・面かぶりクロール ・背面キック ・自由遊び
10:50	プールレッスン終了, 更衣
11:20	マイクロバスにてスポーツセンター出発
11:40	国府支援学校到着

(5) 鳴門教育大学附属特別支援学校ふれあいスイミング

- ①日 時：平成29年11月16日（木）10:20～11:10
 ②場 所：徳島県立障がい者交流プラザ 障がい者スポーツセンター温水プール
 ③対 象：小学部の生徒18名
 ④内 容：

時 間	内 容
9:50	マイクロバス2台に分乗して特別支援学校出発
10:05	スポーツセンター到着, 更衣
10:20	指導者によるメドレーリレー形式での模範泳法披露 プールレッスン開始 対象者を3グループに分けて実施 (1班) 児童6名, 支援教員2名 ・集合, 挨拶, 準備体操 ・腰掛キック ・水慣れ ・水中歩行 ・ワニ歩き ・滑り台 ・水中玩具拾い ・ロングビート板キック (2班) 児童4名, 支援教員2名 ・集合, 挨拶, 準備体操 ・水慣れ ・腰掛けキック ・水中歩行

	<ul style="list-style-type: none"> ・ワニ歩き ・ビート板をもつてのワニ歩き ・背浮き <p>(3班) 児童8名, 支援教員2名</p> <ul style="list-style-type: none"> ・集合, 挨拶, 準備体操 ・水慣れ ・腰掛けキック ・壁キック ・ビート板キック ・背浮き ・背泳ぎ
11:10	プールレッスン終了, 更衣
11:45	マイクロバスにてスポーツセンター出発
12:00	特別支援学校到着

(6)OK いしいパーク四銀いしいドーム ふれあいスイミング

- ①場 所：OK いしいパーク四銀いしいドーム温水プール
 ②対 象：障がいのあるなしにかかわらず, 4歳～一般の方
 ③内 容：持久水泳認定会に参加することを前提に, 練習会を行った。

開催日	参加人数
10月22日(日)	台風のため中止
10月29日(日)	9名
11月 5日(日)	13名
11月12日(日)	7名

(7)持久水泳認定会

- ①日 時：平成29年11月23日(木) 9:00～13:00
 ②場 所：OK いしいパーク四銀いしいドーム温水プール
 ③対 象：障害のあるなしにかかわらず, 4歳～一般の方(保護者・介助者)
 ④参加者： 7分参加者・・・ 50名
 10分参加者・・・ 16名
 20分参加者・・・ 14名
 30分参加者・・・ 48名

合計・・・ 128名

(内訳)

幼児・・・ 18名
 小学生・・・ 67名
 中学生・・・ 4名

10代・・・・・・ 5名
 20代・・・・・・ 4名
 30代・・・・・・ 5名
 40代・・・・・・ 4名
 50代・・・・・・ 3名
 60代・・・・・・ 15名
 70代・・・・・・ 3名

⑤内 容：

時 間	内 容
9：00～ 9：15	参加者受付開始 受付にて、プログラムと参加賞のスイミングキャップを手渡す。
9：20～	開会式 徳島ライフセービングクラブの方に監視員として協力を頂いた。
9：40～	20分間持久水泳認定1組 入場ゲートにて、一人ずつコールを受けスタート位置へ。
10：10～	7分間持久水泳認定会1組 招集所にて自分の出番を待つ。
10：25～	7分間持久水泳認定会2組
10：40～	7分間持久水泳認定会3組 控え席から身を乗り出しての応援！
10：55～	30分間持久水泳認定1組
11：10～	認定証授与
11：35～	30分間持久水泳認定2組 泳ぎ終えた達成感と疲れが同時に・・・！
12：15～	10分間持久水泳認定1組
12：45～	認定証授与 閉会式 修了書を一人ずつ受け取り、無事終了！
13：00	終了

4 成果及び評価

(1)普及促進基礎事業「ふれあいスイミング」

障がい者スポーツセンターでは、聴覚支援学校・国府支援学校・鳴門教育大学附属特別支援学校の小学部の生徒をそれぞれスポーツセンターのプールに招待し、児童一人一人の能力や障がいに応じた水泳レッスンを実施した。また、スポーツセンターの営業日では十分な対応ができないため、センターの休館日を練習日にあてた。さらには、集団で遠くまで移動することが難しい支援学校の生徒や教師を、マイクロバスにてスポーツセンターまで送迎し、校外学習の一環として参加してもらうことができた。

聴覚支援学校の練習では、児童はプールに入るときは補聴器を外すので、児童の注意を引くために肩をたたいたり、大きく手を振り注目させるように努めた。また泳ぎの説明をするときには、泳ぎの写真を用いたカードに説明内容や注意点を書き込み、情報を伝えられるよう工夫をした。

子供たちは、日頃と違う環境にも少しずつ慣れていき、仲間たちと楽しく活動することができた。

国府支援学校のふれあいスイミングは、在籍児童が多いので3日間に分けて低学年、中学年、高学年の順で実施した。練習ではたくさんのことを一度に話さず、ポイントを絞ってゆっくり、はつきり、具体的に説明し、同じことを何度も繰り返し行った。レッスンの後半には、興味のある練習内容を自主的に行う児童も現われ、活動を楽しんでいた。また、公共施設での利用体験は、家族や支援サービス事業者との利用を促進し、以後の地域生活につながる経験となった。

鳴門教育大学附属特別支援学校においては、プールで体をしっかり動かしたり、友だちや教員と楽しむことを目的に実施した。最初は一人で水中歩行をすることもできなかったが、何度も繰り返すことで歩行だけでなく、水中すべり台やワニ歩きもできるようになった。また、泳力のある背浮きができる児童は、背浮きとともに呼吸の確保もできるので、安全面を意識した練習も行った。

当日は、保護者の参観ができるということで、多くの方がギャラリー席から見学をされていたが、校外で活動している子供たちの姿を見て、安心した様子であった。

いしいドームでのふれあいスイミングは、持久水泳認定会に参加する者を対象に、練習会という形で実施した。初日が台風の影響で実施できず3回だけの開催になったが持久水泳認定会での完泳を目指し、のべ27名の参加があった。

(2)普及促進支援事業「持久水泳認定会」

持久水泳認定会においては、今年で3回目ということもあり、130名もの申し込みがあった。前回、前々回と参加された者はほとんどが今回も参加しており、徐々に持久水泳認定会が認知されてきた。参加者が多くなると認定会の開催時間が長くなり、障がい者にとって集中できなくなる場合もあるのでスタッフにインカムを装着させ、スタッフ間の連絡を密にすることにより、認定会全体の時間短縮に努めた。また今回初めて、徳島ライフセービングクラブの協力のもと、3名のライフセーバーの方に監視員として加わっていただいことは、心強く感じた。

参加者は、障害のあるなしに関わらず、小さな子どもから高齢者まで、同じ場所に立つことができ、それぞれが目的の時間を完泳することにより、達成感や満足感を得ることができた。

このような成功体験を小さな次期から繰り返し重ねることは、スポーツを継続する上では重要なことであり、持久水泳認定会開催の意義を感じた。

5 おわりに

今回の事業では、障がい者の方に、日頃の活動場所以外で活動していただき、社会参加へのきっかけになればと考え、開催する運びとなった。蓋を開けてみれば、学校や自宅からの移動手段の問題、一度に多くの者が更衣するときの介助の問題等、多くの課題が見つかった。

障がい者を対象にイベントを企画・運営する上で、このような表に出ないようなことへの配慮も必要であり、スポーツ活動に参加するための障壁になってはならないと感じた。

平成29年度スポーツ庁委託事業
「地域における障害者スポーツ普及促進事業」

平成29年度障がい者スポーツ普及促進プログラム
2018年3月31日 発行

発行 徳島県保健福祉部障がい福祉課