

# 障害者スポーツが 地域スポーツクラブに期待すること

公益社団法人 東京都障害者スポーツ協会

地域スポーツ振興課 佐藤 仁

# 東京都における障害のある人の運動実施の現状

- 東京都人口 1,396千人
- 身体障害者 488,171人
- 知的障害者 90,630人 ⇒ 700千人 (5%)
- 精神障害者 118,352人

2021年3月現在

- スポーツ実施率 31.9% ⇒ 222千人

(18歳以上) 週に1日以上スポーツや運動を実施

# 東京都における障害のある人の運動実施の現状

## ○ 実施種目（上位5位まで）

1. 「ウォーキング、散歩」 72.8%
2. 「体操」 29.8%
3. 「室内運動器具を用いる運動」 18.8%
4. 「水泳・遊泳」 10.7%
5. 「陸上競技」 6.9%

## ○ 実施場所（上位5位まで）

1. 「道路や遊歩道」 48.0%
2. 「自宅」 42.7%
3. 「広場や公園」 28.8%
4. 「民間のスポーツ施設」 13.8%
5. 「公共のスポーツ施設」 8.5%

# 東京都における障害のある人の運動実施の現状

## ○ 一緒に実施する人（上位5位まで）

1. 「一人」 58.6%
2. 「家族」 32.4%
3. 「福祉施設の職員・仲間」 10.3%
4. 「スポーツ教室の指導者・仲間」 7.4%
5. 「その他の友人・知人」 6.0%

## ○ スポーツ・運動を実施する目的（上位5位まで）

1. 「健康・体力づくりのため」 68.5%
2. 「運動不足解消のため」 49.1%
3. 「楽しみ・気晴らしのため」 37.4%
4. 「リハビリテーションや医療・治療のため」 17.2%
5. 「精神の修養や訓練のため」 11.7%

# 東京都障害者スポーツセンターにおける運動実施の状況

- 東京都障害者総合スポーツセンター（北区）
- 東京都多摩障害者スポーツセンター（国立市）
  
- 年間体育施設利用者数 284,263人（平成28年度）
  
- 取組んでいる運動、スポーツ
  - ・ トレーニング ・ 水泳 ・ 卓球 ・ バドミントン ・ テニス
  - ・ 陸上競技 ・ STT（視覚障害者卓球） ・ バスケットボール
  - ・ ボッチャ ・ スポーツ吹き矢 ・ 風船バレー ・ ユニカール
  - ・ その他（様々な種目）
  
- 取り組み状況
  - ・ 特にトレーニング室の各種器具の使用については、一部の利用者はスタッフの手助けが必要ではあるが、その他の活動場面ではそれ程必要としていない
  - ・ スタッフが利用者の要望に応じて、時間を区切り技術指導やプレーの相手をする

# 東京都障害者スポーツセンターにおける運動実施の状況

## 活動風景写真

- ・ トレーニング室の状況
- ・ 体操（集団）
- ・ 風船バレー
- ・ 体操（集団）
- ・ 卓球（立位と車いす）
- ・ バドミントン
- ・ 子供（サーキットトレーニング）
- ・ ユニカール（クラブ活動）

# 東京都における障害のある人の運動実施の状況

- 障害のある人で週一日以上、運動・スポーツに取り組んでいる人は22万人  
ウォーキング・散歩・体操などを、道路や遊歩道・自宅・広場や公園などで行っている
- 障害者スポーツセンターでは、年間延べ28万人の障害のある人が、様々な運動  
スポーツに取り組んでいる
- 「障害のある人」といっても、その状況や程度は様々で、運動の内容によっては、それほど問題なく取組める人や続けることによって楽しめるくらいまでのレベル、また競技レベルまでの習得が可能

# 障害のある人が運動・スポーツに取り組む目的 (・・・本人にとって・・・)

- 心身の健康や体力と身体機能の維持と向上
- 生活の質の向上 (QOLの向上)
- 競技スポーツとして (自己実現)

= 健常者と何ら変わらない =



# 障害のある人が運動・スポーツに取り組むこと (・・・社会的な効果・・・)

- **社会参加の促進**
- **人との交流**
- **障害と障害のある人の理解**
- **共生社会の形成に寄与**

# 障害者スポーツが 地域スポーツクラブに期待すること

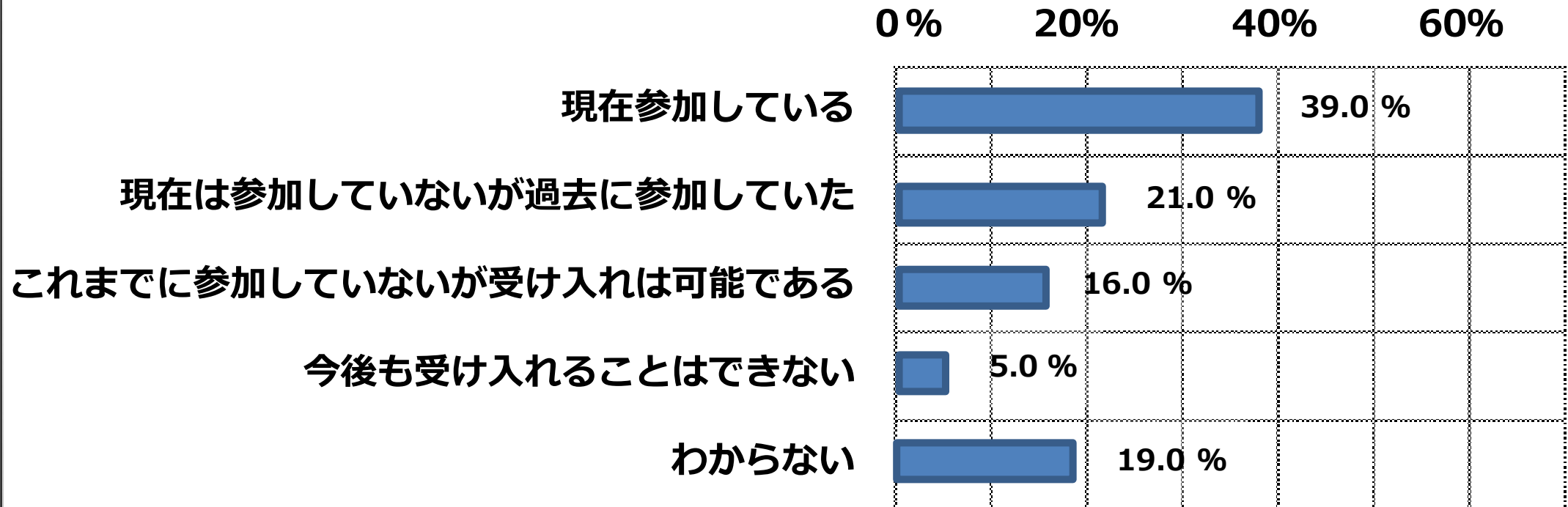
- 身近な場所での運動、スポーツ実施の機会
- 地域住民との出会いの場、交流の場
- 地域住民の障害と障害のある人の理解と認識（心のバリアフリー）
- 良好な地域コミュニティの形成、共生共助社会への寄与

# 障害者スポーツが 地域スポーツクラブに期待すること

- 身近な場所での運動、スポーツ実施の機会
- 地域住民との出会いの場、交流の場
- 地域住民の障害と障害のある人の理解と認識（心のバリアフリー）
- 良好な地域コミュニティの形成、共生共助社会への寄与

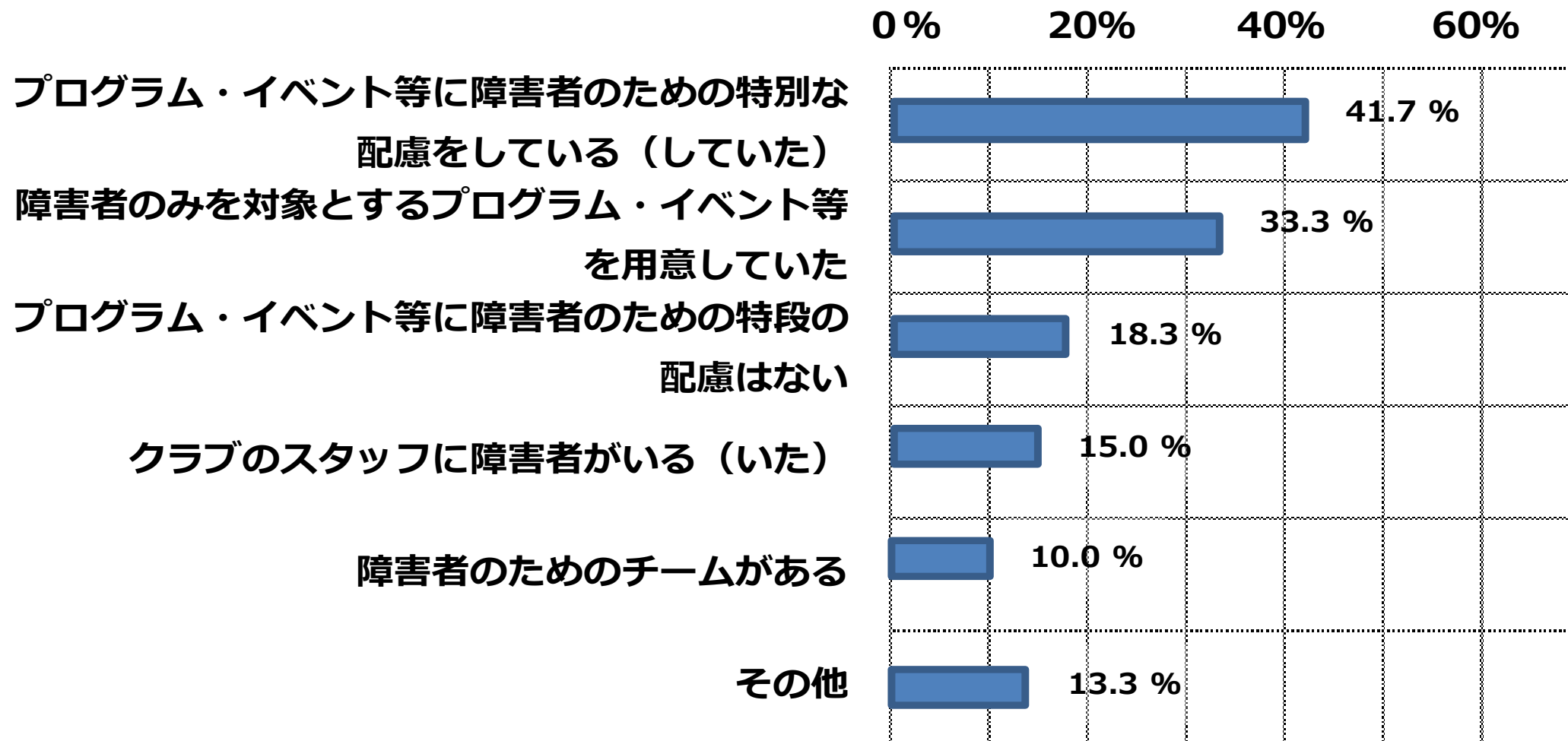
## 障害者のクラブ活動への参加状況

N=100クラブ



## 障害者のクラブ活動への参加状況（複数回答）

N=60クラブ



# 地域スポーツクラブの障害のある人の受入れについて

## ○最初は一般的なプログラムに参加してもらうことを前提に

- ・ 障害といっても、個々の障害の状況と程度は様々です。事前にある程度の想定から対応の工夫、配慮を考えておくことは有効ですが、対象によっては全く特別な配慮がなく、参加できる方も多いと思います。

## ○プログラムの内容が事前に本人に伝わるように

- ・ 人によって興味、運動の目的は様々です。また、自分が参加できそうかということも考えてもらうためにも。参加にあたっての事前の相談を受け付けるなどの工夫も有効だと思います。

# 地域スポーツクラブの障害のある人の受入れについて

## ○個々の障害の状況に応じた配慮・ルールややり方の工夫をすること

- ・特にその運動が初めての方には、転倒などに注意した配慮が必要です。また安全にその運動に取り組むためのルールや決まり事を事前に丁寧に説明してください。その上で、本人の可能な動きを観察（把握）しながら、やりかたやルールの工夫をします。

## ○参加者の募集にあたって

- ・広報誌やチラシ等で事業周知、参加者の募集を行っているところが多いと思いますが、実際のところは口コミで参加に繋がったケースが多いそうです。障害のある人が日頃かかわりを持つ近隣の福祉作業所、特別支援学校・特別支援学級、社会福祉団体などに声を掛けてみることも有効に思います。

# 障害者スポーツが 地域スポーツクラブに期待すること

## スポーツを通じた良好な地域コミュニティの形成

- ・ 地域への参加、地域での活動、地域との交流
- ・ 出会い、交流、理解の促進
- ・ 良好な地域コミュニティの形成
- ・ 共助社会、共生社会、インクルーシブ

地域スポーツクラブで顔見知りの障害のある人が、近所を散歩する姿を見かけたり、商店街で買い物をする姿をよく見かける