

障害者スポーツの発展に向けて
～実施率上昇のために～

帝京大学 石井ゼミ チームA

○弓削田 崇史 野上 純也 坂井 大輝

1. はじめに

現在の日本の障害者スポーツは、2020年のパラリンピックに向けて高い注目を浴び、獲得メダル数や選手の発掘・育成が話題になっている。文部科学省(2015)によれば、障害者は全体で約789万人、そのうち身体障害者は395万人、知的障害者74万人、精神障害者320万人となっている。スポーツへの取り組みに関するアンケートでは「行っているが、もっと行いたい」が14.3%、「行いたいと思うができない」が22.4%と合わせて36.7%の障害者が現状に満足できていないことになり、この数字を障害者全体の人数から計算すると約290万人にも及ぶことになる。障害者スポーツを行う人の中にはリハビリや健康づくりを始め、余暇を利用したリフレッシュを目的とする人が数多くいる。そのような、テレビで見る競技的なものだけではない日常的な障害者スポーツの現状はどのようになっているのだろうか。そこで私たちは一般の障害者がスポーツを行う機会や場の現状を知り、より良い環境をつくっていけないかと思い、研究テーマを決定した。文部科学省(2013)によれば、一般成人で週1回以上スポーツを行った人は47.5%、障害者は18.2%と約3分の1であり、多くの障害者がスポーツを行えていない。このような現状から、より多くの障害者が日常的にスポーツを行うための政策が必要と考えた。

現状のスポーツ機会や場の環境に満足できずにいる、または参加できていない人たちの抱える問題は何か。この問題を明確にするためには次の3点について調査・分析しなければならない。1つ目は、障害者からスポーツ機会を奪ってしまっている原因・理由を調査し、これらの効果的な解決策を検討することにある。また、障害者スポーツはその障害の部位別に行えるスポーツが異なる。そこで2つ目に、障害別の実施率の差を確認し、調査することで、スポーツを行うにあたり困難とされる障害を理解し、充実した設備などの環境づくりには何が必要か、実際に施設を見学し通常の施設との違いやスポーツを実施するにあたっての工夫を分析する。3つ目に、健常者・障害者に関わらずスポーツは怪我などのリスクを伴う。そのリスクを少しでも減らすためには、専門知識を持った指導者などの現場で支える人物の協力が必要となる。そこで現在の障害者スポーツ指導者の量や質、どのようにスポーツ現場に関わっているか、また、指導者の育成状況がどのようになっているのかを調査する。

2. 研究の方法・結果

(1) 調査 A(文献調査)

ア. 目的と方法

『障害者スポーツに関する基礎データ集』(文部科学省 2015 年 6 月)を用いて、障害者がスポーツに対して抱えている悩みを確認する。またアンケートの結果から主要な問題を導き出す。

イ. 結果

過去 1 年間で障害別のスポーツ実施率を見てみると、四肢不自由(車椅子必要)の方が 29.4%であり、他の障害と比べると最も少ない。しかしながら、アンケートで「特に興味がない」と答えた割合は 40.5%と各障害で最も少ない。このことからスポーツに興味がありながらも行えない障害者が多いことがわかった。また、障害者によるスポーツ・レクリエーションの実施の障壁という項目では「体力がない」「金銭的な余裕がない」といった個人の問題が非常に高いことが分かった。一方で施設などに関する問題は、どれも障壁としては低く見られている。

(2) 調査 A2(文献調査)

ア. 目的と結果

日本障害者スポーツ協会公認障害者スポーツ指導者の登録状況から人数と質を調査する。『障害者スポーツに関する基礎データ集』(文部科学省 2015 年 6 月)

イ. 結果

障害者スポーツ指導員の登録状況は、平成 18 年まで右肩上がりが続き、全体で 2 万人を超えたが、それ以降は停滞している。また、経験が豊富な中級・上級指導者の現在の合計が全体の約 15%であった。さらに、活動頻度を見ると 1 年間に「全く活動しなかった」と答えた人が全体で 33.8%。中級・上級指導者だけで見ても、

それぞれが 10%以上ずつ活動しないという結果になっている。問題点として「仕事や学業と重なる」という理由が多く挙げられている。

(3) 調査B(事例調査)

ア. 目的

文献調査で見出された問題の実態を把握することと、障害者の日常的なスポーツ活動を行うにあたっての問題点を知ることが目的とした。

イ. 方法

障害者専用スポーツ施設において視察とインタビュー調査を行った。

ウ. 結果（視察）

駐車場では車椅子の人でも安心して乗り降りができるように駐車スペースを広く取っている。さらに点字ブロックが目の障害がある人でも安心して歩けるように施設各所に設置されていた。更衣室では車椅子の人が利用しやすいようにイスやベッドなどの高さを調整し、またプールサイドに近いところに設けるようにして出入りの簡略化を図っている。プールは1つのコースに足場となる台を水中に置いて安心して泳げるように工夫されている。水温は30~32℃と高めに設定され、水中の中で体温が奪われないようにしている。この他にも多くの障害に対応した設備が整っており、健常者が利用する施設とは障害者に対する配慮が大きく違った。

エ. 結果（インタビュー）

- ・ 指導者の数は十分ではないが、アルバイトやボランティアを募集することで補っている。
- ・ 健常者が利用するスポーツ施設を障害者が利用するには、基本的なバリアフリーも必要だが、肢体不自由者のために車いす用の設備を充実させる必要がある。
- ・ 当施設の周知は障害者の方を診ている病院の医師からの紹介や、利用者からの口コミが中心。

(4) 調査結果のまとめ

ア. 障害者個人が抱える問題として挙げられた体力面の改善は成長期に入ってからでは難しくなってしまうが、成人してからも体力向上を見込める易しい運動を見つける必要がある。

イ. 障害者スポーツ指導員の中でも、特に初級指導者は本業との両立の難しさから機会があっても急激な参加率の増加はあまり期待できないと思われる。

ウ. 障害者専門の施設は限られており、障害者が通常の施設を常時利用するためには設備面に大きな問題がある。

3. まとめと提言

調査結果より、前述した 290 万人を含む障害者のスポーツ実施率を上昇させるためには運動内容、指導員の確保、施設・設備の 3 点を改善する必要があると分かった。しかし、運動内容を除く他 2 点の問題がすぐに改善することは手間を考えるとあまり期待することはできないだろう。そこで私たちは、運動というと激しい動きを要するものだという思い込みをなくし、体を動かすこと自体が運動になると考え、そのため体力がない、場所がないといった人でも気軽に行うことの出来る運動としてウォーキングが最も適しているのではないかという答えに至った。ウォーキングは健常者からしても一般的な有酸素運動として有名であるため、障害者にも有効ではないかと考えた。例えば肢体不自由者(車椅子必要)であれば家族・友人に車いすを押しってもらうのではなく、自ら操作することによって運動になる。またほかの部位の障害を持っている方でも、ウォーキングであればほかのスポーツと比較しても簡単に行うことができる。加えて指導者をつける必要もなく、実施場所も既存の歩道や公園で行うことが出来る。このように、ウォーキングであれば改善の難しいであろう上記 2 つの問題に関わらず、すぐにも始めることができ、さらに体力がついたならば競技スポーツを行うこともできるようになる。

まとめより、私たちはウォーキングの推進を提言する。例えば 1 ヶ月に一度でも良いので「みんなで歩こう Day」などといった日をつくり、国全体で行うことで健常者・障害者問わずスポーツ実施率を上げることができ、健康を増進させることもできる。またお互いの抱えている「壁」をなくす効果もあると考えている。しかしこの政策には主に障害者側に対する問題が 2 つある。1 つめに安全のために家族や友人と行う必要があることだ。この問題はその日の名前通り、みんなで行うことで解決できる。2 つめに道路の整備が行き届いてない地域では歩道が狭い、ガードレールが設置されていない場所があるなど危険があることである。だが、この問題も個人が注意する、交通整備を行うことで解決できる。

この政策が実施されることで障害者のスポーツに対する興味・関心が高まり、実施率上昇につながることを期待したい。

<参考文献>

『障害者スポーツに関する基礎データ集』(文部科学省 2015 年 6 月)