

**ユニバーサルスポーツの
普及に関する調査研究
2019 年度報告書**

2020 年 3 月

公益財団法人国際障害者年記念ナイスハート基金

目次

第1章	調査の前提「ユニバーサルスポーツ」の必要性	
第1節	ユニバーサルスポーツとは何か 藤田紀昭	2
第2節	調査・研究の目的	6
第3節	調査方法	6
第2章	事例調査インタビュー	
第1節	健康増進を目的とした取組	
	(1) めぐるスローエアロビックサークル(東京都目黒区)	10
	(2)(特非)スポネット弘前(青森県弘前市)	14
第2節	地域の中で共生社会を目指すことを目的とした取組	
	(3)(特非)ジャパンユニバーサルスポーツ・ネットワーク(東京都大田区)	18
	(4)(特非)志木総合型地域スポーツ・レクリエーションクラブ(埼玉県志木市)	24
	(5)共生・共走マラソン実行委員会(大阪府大阪市)	34
	(6)(特非)越前市障がいスポーツクラブ(福井県越前市)	38
	(7)春江町総合型地域スポーツクラブ UNITIVE291(福井県坂井市)	44
第3節	既存のスポーツをユニバーサル化した取組	
	(8)(一社)日本ウォーキングサッカー協会(東京都台東区)	50
	(9)日本パラアーティスティックスイミング協会(京都府京都市)	54
第4節	ユニバーサルスポーツ競技を創造した取組	
	(10)日本ふうせんバレーボール協会(福岡県北九州市)	60
	(11)日本卓球バレー連盟(京都府京都市)	66
第3章	事例調査の考察	
第1節	要点の整理	72
第2節	要点の比較と考察	76
第4章	まとめと提言	
第1節	ユニバーサルスポーツの特性と魅力	80
第2節	今後の方策	82
資料編		
	各団体の競技規則	84

はじめに

私たちは、1981年に国連が提唱し実施された「国際障害者年」のテーマである「完全参加と平等」の実現を目指し、スポーツや芸術などの分野で、障害の有無に関わらず共に体験しながら交流する活動を実施してまいりました。とりわけ「ふれあいのスポーツ広場」と題した事業では、2018年度までに、606回10,740名の皆様にご参加をいただきながら、47都道府県全てにおいて毎年開催を続けています。

この事業は、障害者福祉やスポーツに関わる大学生のみなさんのご協力を得て、障害の有無に関わらず参加することができ楽しむことのできる競技を実施しています。日本福祉大学スポーツ科学部学部長の藤田紀昭先生に監修をいただきながら、試行錯誤の中で、安全で楽しめる要点を模索し、取組を続けています。

国内では、2020年夏に開催の迫った2020東京パラリンピック競技大会に向け、障害のある方のスポーツへの取組が紹介されることが多くなり、障害の有無に関わらず楽しむことのできる「ユニバーサルスポーツ」も広く浸透して参りました。

スポーツを通じて、楽しみながら体験し理解することのできるユニバーサルスポーツの取組は、国、地方自治体、企業や民間の公益団体が積極的に取組を進め、広がり続けています。

私たちは、2020東京パラリンピック競技大会の終了後に、これらの取組が継続して進めていくために、新たな視点のアプローチが必要ではないかと感じています。このため、国内でのユニバーサルスポーツの取組の要点を明らかにすると共に、障害のある方が多くの時間を過ごしている障害福祉サービス事業所の状況について、2年度にわたる調査事業を実施することといたしました。

初年度である2019年度には、各地の取組の事例を行っている団体への訪問調査を行い、その活動のきっかけやスポーツの内容、協力団体の状況、現状での課題などを聞き取り、共通する要点を明らかにするべく実施いたしました。団体の専従者として活動をされている方、ボランティアに活動をされている方など、様々な立場の方にご協力をいただきました。

11団体で伺ったお話の内容は、ユニバーサルスポーツを行う上での活動の要点として示唆に富むものでした。お忙しい中をご協力をいただいた、これらの団体の皆様に改めてお礼を申し上げますと共に、これからの新たな取組の一助となればと願い、この報告書を取りまとめます。

2020年3月

公益財団法人国際障害者年記念ナイスハート基金

第1章 調査の前提

「ユニバーサルスポーツ」の必要性

第1節 ユニバーサルスポーツとは何か

藤田 紀 昭

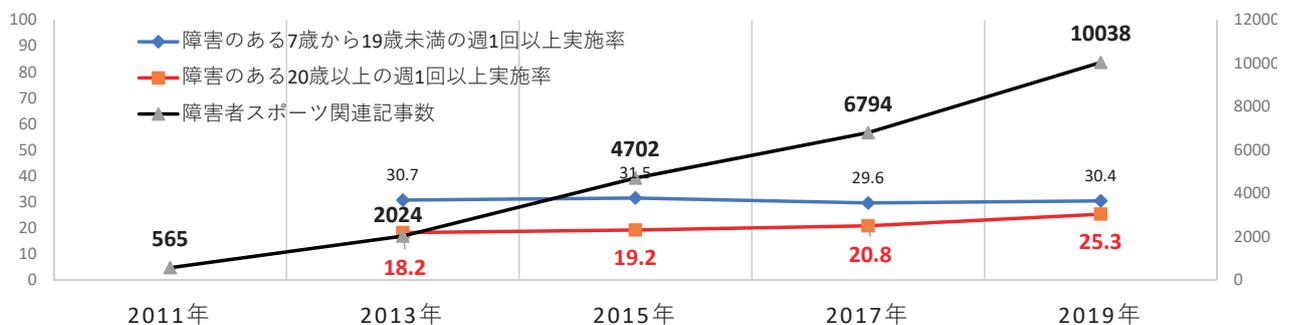
日本福祉大学スポーツ科学部長・教授

2020 東京パラリンピックを前にして

2013年9月に東京でのオリンピック・パラリンピック開催が決まって以降障害者スポーツとりわけパラリンピック採用競技は多くの関心を集めている。新聞やテレビで障害者スポーツが取り上げられる機会はうなぎのぼりに増えている。新聞の記事数に注目してみると2019年は2013年の約5倍である。一方で、障害者の成人の週1回以上のスポーツ実施率は2013年が18.2%、2015年が19.2%、2017年が20.8%、2019年が25.3%と微増にとどまっている（図1参照）。つまり障害者スポーツやパラリンピックに人々の関心は集まっているが、障害のある当事者のスポーツ実施にはそれほど影響を与えていないということである。その要因としては、指導者やスポーツを一緒にする仲間や場所の問題、障害者スポーツに関する情報に触れることが少ないことなどが考えられる。さらに、多くの障害者たちが既存のスポーツに関心がなかったり、何らかの要因からいわゆる競技スポーツに参加できないことの表れとも言えるかもしれない。

図1 障害者スポーツ関連新聞記事数と障害者のスポーツ実施率（週1回以上）

記事数：朝日・毎日・読売データベースからパラリンピック、障害者スポーツ、パラスポーツで検索した数
スポーツ実施率：スポーツ庁調べ



スポーツ庁が2017年に示した第2期スポーツ基本計画の中では、成人障害者のスポーツ実施率（週1回以上）の目標を40%としている。目標達成のために、地方公共団体等において障害者スポーツを

第1節 ユニバーサルスポーツとは何か

総合的に振興する体制を整備することや、スポーツ施設のバリアフリー化、全ての特別支援学校が地域の障害スポーツの拠点となること、障害者スポーツ指導者の養成の拡充など様々な施策が掲げられている。その中の一つに障害のある人とない人が一緒に親しめるスポーツ・レクリエーションの推進がある。障害のある人と無い人が一緒にスポーツを楽しむことが日常的に行われるようになれば、両者の間にみられる垣根はどんどん低くなり、共生社会が実現されるといっても過言ではない。しかし、言うは易し行うは難です。そもそも障害の重い人と障害のない人がともに楽しめるスポーツ、あるいは様々な障害のある人が一緒に楽しめるスポーツなんてあるのだろうか。音を頼りにプレーする視覚障害者と視覚情報を頼りにプレーする聴覚障害者が一緒にプレーすることを想像すればその難しさがわかるはずである。ユニバーサルスポーツはそうした疑問に対する一つの答えと言える。

ユニバーサルスポーツとはどのようなスポーツか

ユニバーサルスポーツとはどのようなスポーツか？ 1980年代にアメリカのノースカロライナ州立大学ロナルド・メイス氏によって提唱されたユニバーサルデザインのもつ特徴を手掛かりに考えてみる。ロナルド氏によればユニバーサルデザインには以下の7つの特徴があるとされている。

- ① 誰にでも使えること
- ② 使う上で柔軟性があること
- ③ 使い方が簡単で直感的にわかること
- ④ 必要な情報がすぐにわかること
- ⑤ 簡単なミスが危険につながらないこと
- ⑥ 身体的負担が少ないこと
- ⑦ アクセス・利用しやすい十分なスペースが確保されていること

これらは工業デザインを想定して考えられた特徴である。スポーツに置き換えて考えてみると次の4つの特徴を持つスポーツと言える。

①ルールに柔軟性があり、様々な人の参加が可能であること

オリンピックやパラリンピックでは、標準記録を突破した世界ランカーで、障害の程度はこの程度というふうに参加できる人が厳格に決められている。競技規則も厳格であり、ルールに沿った動きができない人は参加できない。しかし、ユニバーサルスポーツはその逆である。ルールをできるだけフレキシブルに運用して、だれでも参加できるよう工夫することがポイントである。本報告書で紹介している様々なスポーツや大会のほとんどがフレキシブルなルールでスポーツを実践している。

②勝ち負けのあるスポーツの場合、だれにでも勝つチャンスがあること

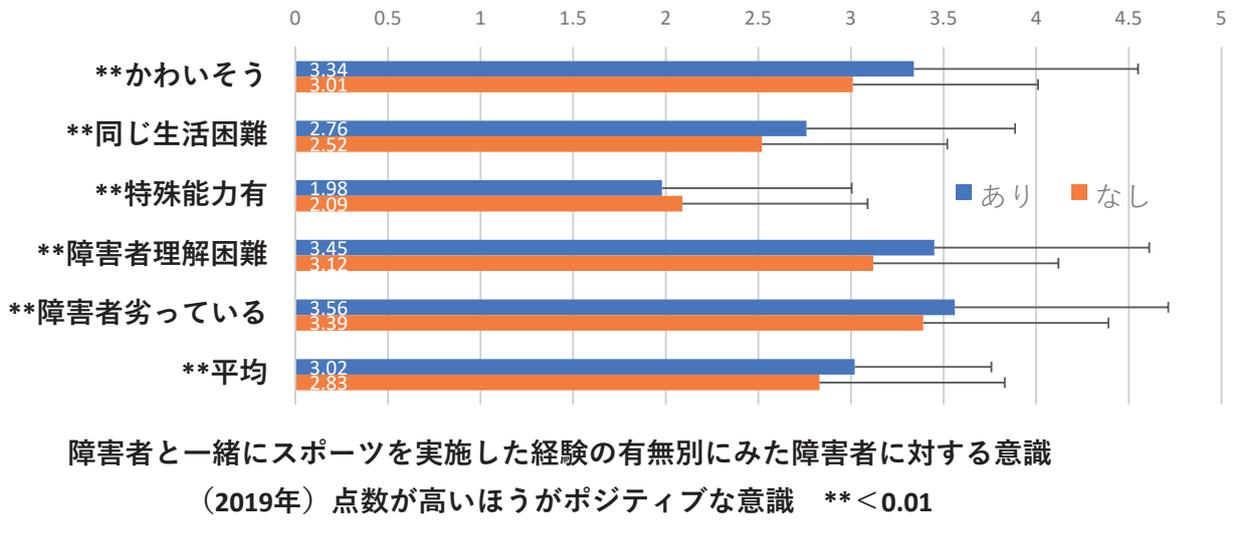
勝ち負けのあるスポーツの場合誰にでも勝つチャンスがなくては面白くないし、参加する意味がない。体力があって背の高い人だけが有利なものでは障害が重くてゆっくりとしか動けない車いす利用者は勝つことができないはずである。フランスの社会学者ロジェ・カイヨワはスポーツの重要な要素である「遊び」の特徴について、『遊びと人間』の中で述べている。それによれば「遊び」にはアゴン（競争）、アレア

(偶然)、ミミクリー（模擬）、イリンクス（眩暈）4つがあるとしている。オリンピックやパラリンピックはこのうちアゴンの要素が非常に強いタイプだと言える。じゃんけんや、パチンコ、くじ引きなどはアレアの要素が強いもの、ダンスや演劇はミミクリーの要素が強いもの、ジェットコースターやサーカスはイリンクスの要素が強いものと言える。アゴンの要素のみが強くなると体力や知力勝負となり、身体機能や知的能力が劣っている人は不利となる。しかしアゴン中心ではなく、他の三つの要素の強いゲームやスポーツであれば、だれにでも勝つチャンスが持てる。そうした工夫がユニバーサルスポーツには必要となる。

③ルールがシンプルで誰でもが理解しやすいこと

ユニバーサルスポーツのルールは誰にでもわかりやすく、シンプルなものではない。さらに勝ち負けがある場合はその結果がわかりやすいものである必要がある。知的障害のある人が参加する場合、複雑なルールや結果を見通せないゲームやスポーツは理解しにくく、参加しにくいものになる。

図 2



④身体的な負担が少なく、安全性が確保されていること

身体的な負担が大きいものや安全性が確保されていないスポーツは子どもや高齢者、障害のある人には参加しにくいものとなる。

ユニバーサルスポーツの必要性

今年 8 月 25 日に開幕するパラリンピック。開催の目的は何か？ パラリンピック開催の目的は一言でいうと共生社会の実現である。障害のある子どもから高齢者まで、すべての人が障害のない人と同じようにやりたいときにスポーツを楽しめる社会を実現し、だれもが健康で生きがいを持った暮らしが可能な社会を築くことが目的である。パラリンピックには 4 つの価値、すなわち、勇気（マイナスの感情に向き合い乗り越えようと思う精神力）、強い意志（困難があってもあきらめず限界を突破しようとする力）、インスピレーション（人々の心を揺さぶり、駆り立てる力）、公平（多様性を認め、創意工夫すれば、だれもが同じスタートラインに立てることを気づかせる力）があるとされている。パラリンピックはこの価値を使って、共生社会を実現させようとする社会運動なのである。パラリンピック開催により社会がこの

第1節 ユニバーサルスポーツとは何か

ように変化する事がまさにパラリンピックのレガシーとなる。パラリンピックをトップレベルの競技スポーツ選手だけのものとせず、この機運を生かして、多くの障害のある人がスポーツを楽しめる環境が作られることが重要である。そのためにもユニバーサルスポーツは必要だと言える。

視点を変えて、障害のある人の実生活を考えると、自立して生活している人も多いが、様々な形で、介助者や家族から支援をして日常生活を送っている人も多い。日常的に一緒にいる人と共に楽しめるスポーツがあれば介助者は介助者であると同時にスポーツへ参加者となることができる。さらに、一緒に楽しめるスポーツがあれば介助者が必要な障害者のスポーツ参加もしやすくなるはずである。つまり、一緒に楽しめることで障害者がスポーツを実施しやすくなり、その実施率も上がる可能性がある。そしてなにより、障害のある人と無い人が互いに理解を深め、共生社会の実現へとつながるはずである。障害者と一緒にスポーツをした経験がある人はそうした経験がない人と比べて障害のある人に対してよりポジティブな意識を持っているという調査結果はその証左と言える（図参照）。誰でも参加でき、楽しめるユニバーサルスポーツが共生社会の実現に寄与することを期待したい。

第2節 調査・研究の目的、概要

当基金の設立目的である、よりよい社会づくりのために協働し共生社会づくりへの一助とするため、障害福祉サービス事業所及びユニバーサルスポーツの提供団体と連携し、障害の有無に関わらず行うことのできるスポーツプログラムの充実に寄与することを目的に、この研究を実施する。

- (1) 障害福祉サービス事業所におけるユニバーサルスポーツの取組の状況を明らかにする。
- (2) 地域を基盤とした、社会参加のためのユニバーサルスポーツの実例と障害福祉サービス事業所との連携の状況を明らかにする。

(1) 実施主体

公益財団法人国際障害者年記念ナイスハート基金及び有識者による研究会

藤田 紀昭さん	日本福祉大学スポーツ科学部長・教授
金山 千広さん	立命館大学産業社会学部教授
林田 はるみさん	桐蔭横浜大学スポーツ健康政策学部教授

(2) 調査・研究の期間

2年間	2019年度～2020年度
2019年度	各地のユニバーサルスポーツを行っている団体への訪問調査
2020年度	障害福祉サービス事業所に対するアンケート調査

第3節 調査方法

(1) 事例の選定

ユニバーサルスポーツを行っている団体を地域、領域に配慮をしながら抽出し、研究会メンバーとの協議の上、11団体を選定した。事例の選定にあたっては、障害者スポーツを障害のない方が参加するという形ではなく、障害の有無に関わらず参加できることを重視した。また、現状では障害のある方の参加がない場合でも、参加の方向性を堅持している団体は対象とした。

- (1) めぐるスローエアロビックサークル（東京都目黒区）
- (2) (特非) スポネット弘前（青森県弘前市）
- (3) (特非) ジャパンユニバーサルスポーツ・ネットワーク（東京都大田区）
- (4) (特非) しっきーず（埼玉県志木市）
- (5) 共生・共走マラソン実行委員会（大阪府大阪市）
- (6) (特非) 越前市障がいスポーツクラブ（福井県越前市）
- (7) 春江町総合型地域スポーツクラブ UNITIVE291（福井県坂井市）
- (8) (一社) 日本ウォーキングサッカー協会（東京都台東区）
- (9) 日本パラアーティスティックスイミング協会（京都府京都市）
- (10) 日本ふうせんバレーボール協会（福岡県北九州市）
- (11) 日本卓球バレー連盟（京都府京都市）

表1 団体の属性

団体名	活動範囲	法人格	障害者 スポーツセンター	障害者 施設	総合型地域 スポーツクラブ	競技団体
めぐろスローエアロビックサークル	市区町村	なし				
スポネット弘前	市区町村	NPO			○	
ジャパンユニバーサルスポーツ・ネットワーク	市区町村	NPO				
クラブしっきーず	市区町村	NPO			○	
共生・共走マラソン実行委員会	都道府県	なし		△		
越前市障がいスポーツクラブ	市区町村	NPO			○	
春江町総合型地域スポーツクラブ UNITIVE291	市区町村	なし			○	
日本ウォーキングサッカー協会	全国	一般社団				○
日本パラアーティスティックスイミング協会	全国	なし	△			○
日本ふうせんバレーボール協会	全国	なし	△			○
日本卓球バレー連盟	全国	なし				○

※日本パラアーティスティックスイミング協会及び日本ふうせんバレーボール協会は障害者スポーツセンター内に事務局がある

※共生・共走マラソン実行委員会は障害福祉サービス事業所内に事務局がある

(2) 調査項目

期間 2019年8月から12月

訪問者 当基金事務局員 2名

聞き取り内容 別掲するヒアリングシートを元に聞き取り調査を行った。
また各団体の特性に鑑み、随時質問項目を追加した。

表2 ヒアリングシート

ユニバーサルスポーツの普及に関する調査研究 ヒアリングシート

団体名:
行事名:
インタビュー対象者(団体の立場)

(1)団体の概要						
①設立年	年					
②人員規模	役員:	会員:	ボランティア:	名		
③予算規模						
(2)競技の概要						
①競技名						
②実施経緯						
インタビュー対象者が関わった経緯・きっかけ						
③ルール概要						
④ルールの明文化	<input type="checkbox"/> 有		<input type="checkbox"/> 準用		<input type="checkbox"/> 無	
⑤勝敗の有無	<input type="checkbox"/> 有		<input type="checkbox"/> 無			
⑥勝敗のユニバーサル度	①	②	③	④	⑤	⑥
【4項目の合計】	1~4	5~8	9~12	13~16	17~20	21~24
競争	1	2	3	4	5	6
偶然	1	2	3	4	5	6
眩暈	1	2	3	4	5	6
模倣	1	2	3	4	5	6

第3節 調査方法

⑦参加者対象者のユニバーサル度	
年齢	歳から 歳
性別	<input type="checkbox"/> 男性 <input type="checkbox"/> 女性
障害種別	<input type="checkbox"/> 肢体不自由 <input type="checkbox"/> 視覚 <input type="checkbox"/> 聴覚 <input type="checkbox"/> 病弱・虚弱 <input type="checkbox"/> 知的 <input type="checkbox"/> 精神 <input type="checkbox"/> 発達 <input type="checkbox"/> その他()
⑧運営のユニバーサル度	
会場のバリアフリー	<input type="checkbox"/> 段差無 <input type="checkbox"/> エレベーター <input type="checkbox"/> トイレ <input type="checkbox"/> 交通機関 <input type="checkbox"/> 駐車場 <input type="checkbox"/> その他()
情報保証	<input type="checkbox"/> 手話通訳 <input type="checkbox"/> 要約筆記 <input type="checkbox"/> 掲示板等の案内 <input type="checkbox"/> ガイドヘルプ <input type="checkbox"/> プログラムの音声化 <input type="checkbox"/> 図での案内 <input type="checkbox"/> プログラムのかな化 <input type="checkbox"/> その他()
介助者保証	<input type="checkbox"/> アテンダント <input type="checkbox"/> メディカルサポート <input type="checkbox"/> その他()
用具	<input type="checkbox"/> 貸し出し <input type="checkbox"/> 提供 <input type="checkbox"/> その他()
その他	
(3)実施形態について	
①実施主体	<input type="checkbox"/> 非営利法人 <input type="checkbox"/> 営利法人 <input type="checkbox"/> 行政 <input type="checkbox"/> 障害者スポーツセンター <input type="checkbox"/> 小学校 <input type="checkbox"/> 中学校 <input type="checkbox"/> 高校 <input type="checkbox"/> 大学 <input type="checkbox"/> 特別支援学校 <input type="checkbox"/> 病院 <input type="checkbox"/> 総合型スポーツクラブ <input type="checkbox"/> スポーツ競技団体 <input type="checkbox"/> 町内会 <input type="checkbox"/> 障害福祉サービス事業所 <input type="checkbox"/> その他()
②参加者・ボランティア募集の協力先	<input type="checkbox"/> 非営利法人 <input type="checkbox"/> 営利法人 <input type="checkbox"/> 行政 <input type="checkbox"/> 障害者スポーツセンター <input type="checkbox"/> 小学校 <input type="checkbox"/> 中学校 <input type="checkbox"/> 高校 <input type="checkbox"/> 大学 <input type="checkbox"/> 特別支援学校 <input type="checkbox"/> 病院 <input type="checkbox"/> 総合型スポーツクラブ <input type="checkbox"/> スポーツ競技団体 <input type="checkbox"/> 町内会 <input type="checkbox"/> 障害福祉サービス事業所 <input type="checkbox"/> その他()
③協力先の内容	<input type="checkbox"/> 参加者募集 <input type="checkbox"/> ボランティア募集 <input type="checkbox"/> 資金 <input type="checkbox"/> 開催場所 <input type="checkbox"/> 専門家の派遣 <input type="checkbox"/> 用具・用品 <input type="checkbox"/> 名義 <input type="checkbox"/> その他()
④運営費	<input type="checkbox"/> 助成金(行政) <input type="checkbox"/> 助成金(民間) <input type="checkbox"/> 寄附金(個人) <input type="checkbox"/> 寄附金(団体) <input type="checkbox"/> 協賛金(個人) <input type="checkbox"/> 協賛金(団体) <input type="checkbox"/> 参加費 <input type="checkbox"/> クラウドファンディング <input type="checkbox"/> 会費 <input type="checkbox"/> その他()

第2章 事例調査

第1節 健康増進を目的とした取組

(1) めぐるスローエアロビクサークル (東京都目黒区)

回答者 幹事 知久 良枝さん、喜岡 のり子さん、
伊藤 恵美子さん

講師 浅山 美樹さん

調査日 2019年8月27日



桜の並木で有名な目黒川のほとりにある、目黒区高齢者センターの一室で、毎週定期的に「スローエアロビク」のサークルが開催されている。この調査のスタートにあたり、団体が大きくなっていく前の生まれたての活動を知りたくて、活動の現場を訪れた。

——この活動を始めたきっかけは。

伊藤さん：高齢者センターの講習会でした。講習会で参加してくださいって呼びかけがあってそこに参加をして。高齢者センターで発行されている会報に記載されていて。

目黒区高齢者センターは、高齢者向けの健康増進、趣味・教養の向上を目指す事業や、遊びや学びを通じて世代間の交流を図るためのレクリエーションなどを、無料で行う施設。入浴施設も設置されている。

喜岡さん：そうですね。2015年5月から3か月間に30回の講習があって。それで続けたいという人が集まって。

浅山さん：9月に出来たのですよ。

喜岡さん：そのあとみんなが続けたい、続けたいということで、お名前を頂いたのですね。20

何人かのお名前がありました。実際にやりだしたら、8人（笑）。

伊藤さん：最初は、先生の方のご厚意で、その日その日で。1回500円で始めたわけです。

喜岡さん：年が明けて月2回でやりだしました。一度、目黒区報で募集したのですが、スローエアロビクという言葉自体みんな発想がないのか、私たちもそうでしたけど、人が全然集まらなかったですね。エアロビク連盟のご厚意で、また講習会をやったのです。それに参加した人たちが入ってきて。

伊藤さん：終わった後に、私たちが行って、チラシを配って、こういうサークルがあるからいかがですかと。

喜岡さん：チラシを配ったりしながら、二度目の目黒区報に出したのです。それで10人ぐらい来られた。

——今は新たに会員さんを募集されていないのですか。

喜岡さん：とてもじゃないけど、一杯一杯。それでもやめている人は、この1年いないですね。65歳から90歳まで。

スローエアロビク は、日本エアロビク連盟

第1節 健康増進を目的とした取組

が提唱する健康寿命の延伸を目的とした健康体力づくりのための運動プログラムです。

これまで健康維持・向上のためには、中程度の運動で「ややきつい」と感じる最大努力の50%～60%の運動が薦められてきましたが、高齢者や運動が苦手な人にはそのレベルでは「長続きしない」という問題がありました。

しかし、高齢者や体力のない運動初心者でも「きつい」と思わず「楽である」と感じる最大努力が30%～40%の低強度の運動であれば、気軽に始められ継続性も期待できます。その心拍数の目安は90～110拍程度です。この低強度の運動が「軽運動」と呼ばれる概念です。

さらに、軽運動で身体効果高める条件として重視されるのが「気分」です。このため音楽を用いたり、一人より仲間と一緒にやるのが気分を高め、効果的だと云われています。日本エアロビクス連盟が目指す軽運動がスローエアロビクスです。全国的に普及活動が進められています。

——このサークルに入るのは、年齢制限はあるのですか。

喜岡さん：目黒区高齢者センターが60歳以上からの利用です。だんだん人が増えてきて、ここではまかなえなくなったものですから、隣の目黒区民センター社会教育館を借りるという形になった。

伊藤さん：週1回。どちらもそうなんですけど、会場の申込が抽選なので、その時によって、2つの場所に分けてということですね。

——参加にあたって年齢以外に条件はないんですね。

伊藤さん：あとは目黒区の住民。社会教育館の方は、目黒区の数が多いければ、あの他区でも多少は入れる。

——会員さんの中で指導者になろうという方は



おられますか。

喜岡さん：それは誰もいないですね。

伊藤さん：指導者のもとに楽しく（笑）。

——どこかのイベントで実演してほしいという要望は在りますか。

知久さん：今のところ、ないですね。

喜岡さん：最初の年に行きましたよね。スズキジャパンカップでデモンストレーションやりました。全国大会。大田区体育館で。

伊藤さん：あとは結構新聞社の取材が在ります。

喜岡さん：毎年取材が入るほど、嬉しいよね。

——サークルの経費はどうかっていますか。

喜岡さん：会費と目黒区からの助成金を頂いてます、自主グループ活動助成金。

伊藤さん：会費は1,500円です。

——保険とかはどうかされていますか。

伊藤さん：スポーツ安全保険に入っています。会費の中で、まかっています。

喜岡さん：目黒区高齢者センターの部屋代は無料です。それで助かってます。目黒区民センター社会教育館はかかりますけれども、1,500円。

——浅山さんの立場は、単純に講師ですか。

喜岡さん：講師です。先生がお忙しいときは、

はじめは代行をお願いしてたのですが、最近は代行が見つからないです。

知久さん：浅山先生もいろいろ、工夫してやっ
てくださっている。音楽にしても。私たちの懐か
しのメロディーとかね。

伊藤さん：丁度、幅のある音楽に合わせると私
たちも動きやすくなるのです。

～スローエアロビック普及支援事業～

2019年度スローエアロビックの普及支援事業に
ついて、日本が高齢社会を迎えて、認知症やう
つ病、寝たきり老人の増大が社会問題になってい
ることが社会背景としてあり、その対応の一つと
して“健康寿命の延伸”が叫ばれている中、(公社)
日本エアロビック連盟では、新たに軽運動の『ス
ローエアロビック』を開発し、高齢社会の貢献活
動としてこの運動の全国普及を目指しています。

普及支援の対象として、JAF 加盟の都道府県
エアロビック連盟や JAF 認定の競技エアロビック
登録クラブの団体や、スローエアロビック指導員
資格の保有者としている。

対象となる実施事業として、教室や講習会等が
対象となり定員等詳細に決まっており、また
支援限度額として対象となる経費が各教室や講習
会ごとに決められている。

事業推進の留意点として、重点事業が教室事
業と講習・研修事業となり、情報発信と自
治体との連携や確実に成果に繋がる計画・指導
者の公平な起用等を挙げている。

(2) (特非) スポネット弘前 (青森県弘前市)

回答者 事務局長 戸沼 宏美さん、
主任 高山 如恵さん
調査日 2019年8月30日



——ホームページのユニバーサルスポーツクラブっていうのを拝見させていただいて、定期的に行われている、経緯などをお聞かせ下さい。

戸沼さん：スポネット弘前はスポーツクラブですので、会員さんを募って、会員制のスポーツクラブということをメインにしてやっていく中で、去年の途中から、障害者スポーツに関しても、少しずつ手掛けようと活動をしています。現状は、弘前市の市民税の中の1パーセントを使って、みんなでなんかやりましょうという、助成事業を活用し、あえて市と提携してやっていくということで、いろんなところでの告知も含めて、今取り組んで一緒にやって、2年目になります。

——今、スタッフは何名ですか。

戸沼さん：全体の職員としては、15名ですが、指定管理している施設が、4カ所。基本的には設立当初のスポーツクラブというのが基準ですけども、その活動を理解させていただいて、市のほうからの管理の建物がまず、こー一つと。それから、ヒロロっていう駅前の施設の中にトレーニング教室が一つと、それからヒロロの中の貸館施設も私どものほうで管理して。それから同じく、ロマントピアという、相馬地区という郊外にありますが、そこで高齢者トレーニング教室っていう教室もひとつ委託運営しています。他に事務局なので、一つの場所には3名から4名です。施設管理業務をしている職員が、シフト調整して

いながら、ユニバーサルスポーツの活動をしています。

——このユニバーサルスポーツクラブの発案はどなたですか。

戸沼さん：理事長が社会福祉の活動もスポネット以外の事業でしているので、そういう兼ね合いもあって、理事長が提案されました。

——では競技の内容も理事長さんが主導されましたか。

戸沼さん：そうですね。まだ始めたばかりで、将来的にはこの中の一つに、いわゆる障害者スポーツというか、ユニバーサルスポーツクラブっていうのを、事業の一つに入れていこうという構想で進んでいます。毎週1回、どこかで活動しているという、各スポーツに、プラス一加えてということで進めています。

——何人くらい、毎回おみえでしょうか。

戸沼さん：7、8名ですね。今親御さんとかも来ますので、保護者の方も来たりすると、10人超えることもあります。あとは近隣の障害者施設で、20人とかって連れてくるときもあるので。

——結構リピーターの方は多いでしょうか。

第1節 健康増進を目的とした取組

戸沼さん：そうですね、多いです。5、6人は常に同じ。告知も市と一緒にやっているの、市の広報とか、ホームページには載っているんですけど、チラシはそんなに積極的に配布してないです。子どもでも、少しずつ増やして行って、職員のスキルもアップして行って、指導者の資格も取らせていますし、ボッチャの審判講習とか、指導者講習とかも受けています。障害者スポーツ指導員の資格も取らせていたり、私たちの中でできるように整えつつ、参加者が少しずつ増えればよいかと。

——迎える側も体制を整えつつということですね。

戸沼さん：そうです、そうしないと、さっき言ったように、時々その団体で利用されるってところが増えてしまうと、対応できなくなってしまうので。それから、送迎もしてないのですよ。送迎が一番ネックになっていて。送迎ができると、もっともっと参加できますよっていう方々がいらっしゃいます。

——障害の種別はいかがですか。

戸沼さん：知的の方が多いですね。制限はないです。視覚、聴覚の方はおられないですね。

——年齢的には、お子さんから。

高山さん：一番下の子は16歳の支援学校に通っている子から、上が50代の方もいらっしゃいます。

——結構幅広く交流できるんですね。

戸沼さん：弘前市の中では、支援学校でも国の補助を受けて、そういう事業をやっていますが、大人がやれる機関がないということで、大人はスポネットのほうでこの事業をしています。小中

高までは支援学校のほうでやっているの、そこは区分けをしながら、私どものほうでは大人中心っていう立ち上がりでした。

——弘前市さんでは、障害者スポーツの取り組みってというのは、行政としてあるんですか。

戸沼さん：例えば協会みたいなものは、ほとんどないですね。青森県でいうと、ねむのき会館っていうところがメインになって、指導者講習とか、いつ行っても用具がありますよ、できますよ、というスタンスでやっていますが、弘前にはボッチャの線を引いている体育館すらなくて。今行ったところが初めて私たちが、体育館というか講堂です。ここで初めてラインを引かせてもらって。ボッチャをやり始めたのは去年です。専用のライン引かせてもらっています。スペース的に、バスケットもゆったりできるようなスペースもないので。ボッチャ専用に使わせてもらいました。障害者施設なのに、障害者よりも健常者の方への貸館が多くて。それを市のほうとも協議して、私たちが優先的に使えるようにしていただいたというかたちですね。

——指導者さんの派遣の母体は、それぞれの競技団体ですか。それともなたかが取りまとめ、おられるんですか。

戸沼さん：いろんな障がい者スポーツができる弘前市内の指導者と、理事長が中心になってコーディネートしてくれています。あと職員が、障害者スポーツ指導員の資格を取ったり。フライングディスクの資格とか、指導者講習会とか受けてやっています。

弘前市の場合は、この活動を始めたときに話をしていく中で、今パラリンピックに向けて国から予算があり何か事業ありませんかっていうかたちで、話し合いの場があるんですけども、去年の時点で、障害者っていうカテゴリーになると福祉課なんです。国でいうと厚労省ですよ。スポー

ツっていうと文化スポーツ振興課っていう、また違う部署なんですよ。この障害者スポーツっていうカテゴリー自体が、まだ確立されてない。ようやく、パラリンピックに向けて、違う部署ができて、どうしていこうかと動き始めています。

——2025年、全国障害者スポーツ大会が青森で開催されますが、それに向けてこれからってことですかね。

戸沼さん：なかなかこの行政さんでもうまくいってないと思います。



——弘前市以外で助成などありますか。

戸沼さん：今のところなしですね。

——協賛で入っている『Special プロジェクト2020 実行委員会』さんというのは。

戸沼さん：市の中の、パラリンピックに向けての部署ですね。

——競技的には人気がある競技とかはありますか。

戸沼さん：人数が多いとボッチャで、全員入ってもらうというかたちが多いと思います。

——イメージとしては、ブース状になってるんで

すね。

戸沼さん：そうですね、体育館の約半分くらい、ボッチャコートにしてしまって。真ん中でフライングディスクやれるようにして。

——フライングディスクはアキュラシーですね。

戸沼さん：そうです。端に卓球台置いて、その三つがメインでやってます。

——卓球はあれですね。ブラインド用のカラカラなるやつですか？それとも普通のボールですか。

戸沼さん：それもありますけど、普通の卓球のボールです。卓球好きな子がいて。

高山さん：今度、県の大会とかあるんですよ。先々週、県の大会あったので。障害者の方の大会、県でやってる大会があったので。その種目を練習しているという感じ。卓球と、フライングディスクと、あとボッチャです。

——じゃあ真剣ですね、大会に出る方は。

高山さん：フライングディスクは真剣に練習しましたね。

——参加者で「この競技やりたい」という声ありますか。

戸沼さん：そうですね、まだある種目で楽しんでいるという感じですね。

高山さん：ボッチャがやっぱり1番人気があるというか、誰でもできるので。うちに来ている方は肢体不自由ではないので、こういう正式な大会に出られないんですよ。こういう交流会だと出られるので。

——独自のルールとかありますか。競技に関して。

第1節 健康増進を目的とした取組

高山さん：審判資格を取っている方が、ルールにのっとってやったりはしていますが。もし来る方が車いすだけの方だったら、上手な方も一緒にやっていますが、みんなでいす並べて、同じ立場でやっていくっていうのではなくて、下から投げしてみようとかっていうふうに変更したりはしています。

——運営自体には、ボランティアとしてかかわっておられる方はおられますか。

戸沼さん：いますね。うちの会員さんがボランティア。

——職員さんと、依頼をした指導員さんと、ボランティアでかかわっておられる会員さんと参加者の方と。参加者の方は、月謝とか年会費でなくて、1回200円ですね。

戸沼さん：そうです。内部のほうでも協議されていて、例えば65歳以上の高齢者と障害者に対して、スポネット弘前の会員になってもらうことで、年会費をもらうべきか、もらわなくて入りやすいようにするべきかっていうのは、いろいろ討論してる最中で、結論出てないんですよ。やはりそこは、年会費いらないですよって、特別視するのもどうかという意見もあるし。そこはスポットで。今はもらわないけど、参加費だけでも会員として登録して、催し物等あればご案内すると。そういうのは同じ扱いにしていますが。将来的に先ほど言った通り、スポネットの中のいろんなスポーツの中の定期事業の一つとして入れるのであれば、保険とか、場所を有料のところ借りるとか、職員にかかる経費とかも考えると、年会費っていうのも必要になってくるのかなと考えてはいますけど。

——周辺の反響いかがですか。

戸沼さん：すごい需要あると思います。先ほど言った通り、私たちが積極的に、例えば各施設に「こういうのありますよ」というと、結構来ると思うんですよ。あとは送迎の面とか、時間的なもので、平日にしてしまうと、その施設さんの行事にしてしまうので。わざと、施設がお休みのときに、できるだけ個人で来てくださってというふうにしての土曜日なんですけど。そこをもっと需要に応じてやろうとすると、平日だったりとか、送迎付いたりとか、各施設にお願いにいくと、来るとは思いますが、場所と、こちらの人数の対応がまだできていないので、そこは地のスキルと場所、行政の対応等を、様子を見ながらというか。

みんな必要なのは分かっているんで。今まではみなさんわざわざ、土曜日とか日曜日の休みの日に青森に行ってやっていたのが、ここでできるというだけでも、みなさん喜んでいました。

——保険は1回200円の中にインクルーズされていますか。

戸沼さん：されています。トータルで見えていますので。全体にかけています。会員さんにかけている傷害保険のほかに、その会員さんが、定期活動以外に何かイベントでやる場合にもかけているので。

この事業にかかわらず、別部隊がないと私たちでも。それぞれの体育施設を指定管理してる人たちのシフト調整して、時々お手伝い、担当決めてっていうだけではなかなか回っていきづらくなってきてと思うので。そういう事業に行ける人間の部隊はまた別にしていくためには、もうちょっとスポネット自体が大きくなないと厳しいかな。

第2節 地域の中で共生社会を目指すことを目的とした取組

(3) (特非) ジャパンユニバーサルスポーツ・ネットワーク (東京都大田区)

回答者 理事長 李 節子さん
事務局 中野 真弓さん
調査日 2019年8月29日



大森の住宅街のマンションに、「ぷらっとホーム大森」という社会貢献を共感できる方が対象の共同利用型オフィスがある。ここを拠点に活動している、NPO 法人ジャパンユニバーサルスポーツ・ネットワークは、毎年、おおたユニバーサル駅伝大会という大規模な大会を運営している。

——まず、団体としての設立は2010年ですね。

中野さん：そうです。大会のほうが進んでいて。実行委員会っていうかたちの形式で、1回目、2回目をやって。3回目のときの大会直後に法人格取得しました。

李さん：2008年から大会始まりました。

——大会を始める何かきっかけは、おありだったんですか。

李さん：きっかけは、以前に新宿区で活動してたので、まずは新宿区で2002年から、ユニバーサル駅伝を始めていたんです。私は2005年から、自分の家とは、ちょっと離れたところで活動していてもしょうがないなと思って。自分が住んでいるところ、これから自分が年を取るにつれてね、住んでいるところで、みんなでいろんなことやりたいなということで、2008年から。新宿は地元の人たちがやってくれていてね、地元のNPO 団体がやってくれています。4回大会までは、私たちが中心になって全部やってきたん

ですけども、5回大会からは、地元の人たちにおまかせして。大田区では3年間、いろいろ仲間作りとか、いろんなことで皆さんを集めて。3年後の2008年に開催できました。

——そもそも、なんで駅伝だったんですか。

李さん：私が陸上競技をずっとやっていたから、スポーツを通じて、差別のない社会を作りたいというのが、根本にあります。在日韓国人としていろんな差別を受けてきていますから、差別のない社会を作りたいということが在り、私はスポーツをやっているから、スポーツを通してそういう社会を作りたいということですね。



第2節 地域の中で共生社会を目指すことを目的とした取組

——競技のルールや運営のしかたは、ほとんど理事長さんがお考えになられていたってという理解でよろしいですか。

李さん：そうです。考案したのは私です。

——最初からすんなり、うまくいきましたか。

李さん：いや、すんなりは。それでも最初15チーム集めたことは集めたんですよ。

——今と同じ、5名が一つのチームですか。

李さん：そうです、同じです。いろいろと人脈があったので。学校関係の人を知っているとかね、そういう人脈があったので。集めることは、何とか集まったのですよね。

——その日に集まって、チームビルディングするじゃないですか。一人一人が集まると。リーダーが用意されていて、グループを当日作る。そうするとリーダーのトレーニングが大変だと思うのですが。

李さん：そうです。ですから、大学生もしくは専門学校の学生っていうふうに特化しているんです。その方々にまず、お勉強してもらいます。事前に研修を受けてもらう。それにサポーターが、中高校生が入ります。その中高校生も事前の研修を100パーセント受けないと駄目。東京衛生学園という専門学校が共催になっている。非常に心強いですよ。実行委員会、全部この学校でやっていますし。

中野さん：医療関係の専門学校さんなので。そういう意味では、ご高齢の方や障害をお持ちの方っていうところでの、接し方がしっかりしている。

李さん：障害者の方と触れ合うという機会が、なかなかないらしいんですよ。実習があっても。だから、障害者の方と触れ合うことによって、す

ごく勉強になるみたいだね。

中野さん：あと、先生方が何より積極的に賛同してくださって。

今、私どもの法人の理事をしていただいている方が、衛生学園の校長先生が理学療法士協会の東京の会長さんをされている。やはり、お察しの通りチームリーダーの動き、いかんによって、その人その人の個性というところにもなりますので。大会当日は、そこを、またさらにフォローするっていうかたちで、東京衛生学園の先生方が、何チームかをまとめて、外側から。

李さん：フォローしてくれるっていう。そういう体制もできています。

——どれぐらいの研修なのですか。

李さん：チームリーダーは2時間ちょっとかな。それから、あと、中高校生は1時間半。それを受けないと、できない。この大会は、もう非常に大変です。

——そうですか。学生さんだから、毎年替わりま

李さん：そうです。でも、小学校のときに選手で参加して、中学から伴走サポーターで参加して、大学に行ってチームリーダーになったっていう子も何人もいますよ。そういう素晴らしいことが、いっぱい起きるのです。いろんな人と話し合えるっていうことが楽しいのでしょう。話しあったり、同じ目的を目指して、一緒にたすきをつなぐっていうのは。それも全て、初めて出会った人ですから、当日の朝に。

——参加者は、毎年参加される方って多いですか。

李さん：2回続けてとか、3回続けてという人もいますけれども、大体、60パーセントぐらいの人は、初めてですね。

——そうですか。それは、やっぱり学生さんですか。

李さん：サポートメンバーは。選手が50～60パーセントですよね。だから、選手は5人なんです。大体、小学生、高齢者、障害者ですね。5人が選手で、5区間を走るのです。ここに、サポーターが5人つくわけですよ。チームリーダーが2人ついて、伴走サポーターが3人つくので



すよ。ですから、大学生の役割というのは非常に重要で。彼らが非常に素晴らしい体験をし、経験をし、社会に出ていくのには、素晴らしい体験だと思います。知らない人たちを全部まとめて、チーム作りをして、競技をして。競技終わったら、みんなでいろんなことを楽しんで。最後の2時まで。自分のチームで付き合うわけですから。

——チームビルディングが、正味40分ぐらいですかね。開会式も含んでですね。

李さん：そうです。9時半に選手が来て、取りあえず11時にスタートですから。その間にチームワークを作ってますね。

——目標タイムの設定は、すんなり決まりますか。

李さん：目標タイムは、自分たちでディスカッションするわけですから。何しろ、競技は陸上の、陸連の公認審判員が競技を運営してくれるので、

必ず、スタート前、1時間前にはオーダー用紙を出さなきゃいけない。駅伝と同じですよ。ですから、1時間前までにはチームが全部、走る順番を決めたり、目標タイムを決めて提出するのです。ここの特徴的なものは評価の仕方が違うということです。ただ、目標タイムに近いのが1位ではなくて。それに近づかせるために、いろんなことをやっちゃうわけですね。

中野：総合順位もついているのだけど、私たちは、総合順位はあんまり関係なく思っているのです。

李さん：だから、ラッキータイムって言って、事務局側で大会終了後、何分何秒と、何分何秒、っていうラッキータイム賞の時間を、こちらで発表します。そこに一番近いチームが、ラッキータイム賞なのです。

中野さん：表彰は、この順番じゃないのです、

李さん：だけど、選手によっては、自分が何位で走ったのかとか。選手にとっては、何分で走ったのか、自分のチームは一体、何位だったのかっていうのは、非常に興味ある。これは非常に皆さん喜ばれますね。競技性はあるということですよ。

中野さん：表彰するのは今、言ったように。こっちが決めた。

——面白いですね。障害の種別は、どのような障害の方が参加されるのでしょうか。

李さん：さまざまな障害者です。

中野さん：どんな障害があるかということはお聞きしていますね。一番多いのが、知的な障害の方かな。育成会さんとかとも、ご協力をいただいていますし。もちろん車いすの方、電動の方も含めて、車いすの方もいらっしゃいますし。精神障害の方も、何人かご参加をいただいています。制限はありません。

——会場は平和の森公園ですか。

李さん：本当は大田スタジアム でやっているのですが、改装工事で使えなくて。

——情報保障はいかがですか。手話通訳や、要約筆記はありますか。

中野さん：要約筆記は、ホワイトボード小さいので、チームの中でやってもらいます。手話通訳はつけています。

李さん：チームの中で解決するんです。だから、そういう研修もやりますので。いろんな障害の方々の伴走の仕方とかね。そういうのも、研修に全部入っています。

——参加費は 1000 円ですか。昼食代も含んで



ですか。

中野さん：そうです。だから赤字です。ご支援をいただいて、協賛金をちょうだいしたり。

李さん：ボランティアさんも、全部、1000円払うのですよ、全員が参画するっていう意味で、やってあげるではなく一緒にやるっていうことなので、全員が参加費を出して。しかし、高校生までは、皆さんで支援しようっていうことで。保険や記録集の印刷費や送料もかかります。大田区は、現金は出していただけないので、会場を無料で使わせていただくのと、福祉車両を出してもらっています。特に、大田スタジアム のとき

は。それから情報保障の分は、区から出ます。私どもの競技は、スポーツ系の部局が担当ではなくて、福祉部が担当になっていて。やはり、福祉的な目的に必要な部分っていうところを優先的に、区が免除していただく。あとは、社会福祉協議会さんからは、印刷費ということで 20 万円相当の、資金提供をいただいています。それから、東京国体のときのデモンストレーション行事をさせていただいたので。150 ~ 160 万ぐらい上乗せをしていただいて、やらしてもらいました。

——参加者の総数どれぐらいですか。ボランティアも含んで。

李さん：全部入れたら 800 ですね。

中野さん：おかげさまで、大田区のさまざまな方々も、ご協力いただいているので。そういう意味での協力、支援はありがたいです。

李さん：企業との関わりができなくて。

中野さん：これが東京とかね、全国というところと違うのですが、大田なので、地域限定の大会っていう位置付けになっている。

——今後は、やっぱり大田区でやっていこうと。

中野さん：地域が基盤になってやらないとできないことなので、大田区開催で。青森とか、大阪とかが、見に来てくださって。

李さん：やりたい方々が自分たちに合ったユニバーサルスポーツ、ユニバーサル駅伝大会をやりたいと思います。

中野さん：やはり、私たちが行ってやるのではなくて、地域、地域の人自主的にやっていくっていう状況を作らないと、継続性ができないので。本当に、多様な方々が一緒にやっていただくっていうことにならないと、できないものなので。それは、地域の中でいろいろと、つながりを作ってくださいという状況がないと、できない。お知恵は貸しますけど。やるのは、地域の

第12回 おおたユニバーサル駅伝大会



スポーツで健康に！国際交流で世界中を笑顔に！

オリンピック、パラリンピアン、
1964東京オリンピック聖火ランナー、
ボディビルダーが参加予定です。

会場は今年も
平和の森公園！！



参加費：1,000円（昼食・飲物・おみやげ付） 高校生以下無料

大田区オリンピック・パラリンピックアクションプログラム



2019年
6/2 日

会場 平和の森公園周辺コース
開会式 10時45分 **競技スタート** 11時10分
選手 9時集合 **雨天決行**
1区間約1km、5区間

アクセス 京浜急行線平和島駅下車、徒歩約13分
JR大森駅東口より京急バス「レジャーランド平和島」行き
または「平和島循環」で「レジャーランド平和島」バス停下車

違いを知って共に支え合う心地よさを、体験しましょう

主催：NPO法人 ジャパン ユニバーサルスポーツ・ネットワーク、おおたユニバーサル駅伝大会実行委員会
共催：大田区、(社)大田区社会福祉協議会、学校法人後藤学園東京衛生学園専門学校、NPO法人おおた市民活動推進機構
後援：毎日新聞社、(公)日本健康スポーツ連盟、大田区教育委員会、(公財)大田区体育協会、大田区ホールdeウォーク推進協議会、みま〜も蒲田、(一社)田園調布グリーンコミュニティ、NPO法人バイリンガル・バイカルチュラルろう教育センター、スポーツ青い森グループ、NPO法人コミュニケーション・スクエア21、(一社)木谷ウォーキング研究所、おおた社会福祉士会、NPO法人大森コラボレーション、おおた区民活動団体連絡会、大田区手をつなぐ育成会、NPO法人福祉コミュニティ大田
協賛：エーゼットセンター(株)、(株)ケアサービス、NPO法人ワーカーズコープ、京浜商事(株)、立正大学
協力：大田陸上競技協会、日本女子体育大学、(公社)日本ボディビル・フィットネス連盟、(一社)全日本健康スローピッチソフトボール連盟、大田区内外の小・中・高校、松一運輸(株)、アースフレンズ東京Z、毎日新聞社販売所(東京都内南部毎日会)、牧田総合病院、メイジャ・マクレ大田運営委員会、英会話同好会fromOTA、(株)紀洋産業、日本ティーボール協会、NEXPOふれあいネットワーク、(株)シャッキリカレッジ、大田区理学療法士会、精神障害当事者会ボルケ(予定)

申し込み先 | NPO法人ジャパン ユニバーサルスポーツ・ネットワーク (通称：JUSN [ジュスン])
お問合せ先 | 〒143-0016 東京都大田区大森北2-6-1 サンプラザ竹虎307 TEL 03-5753-3860 FAX 03-5753-3861 Email : info@jusn.org http : / www.jusn.org

方が自分で動くっていうかたちをとっていただかないと、うまくいかないかなと。

——今回の調査は、何でもいいのですが、とにかくユニバーサルな、でもいいし、障壁がないって言い方でもいいのですが、そういう世の中にしてこうっていう前提があって活動しているところが、やっぱり主眼なんです。

李さん：やっぱり、私どもの目指すものは、違いを認め合って、お互いに支え合う、自然に支え合う、そういう社会を作りましょうと。そのためには、楽しいスポーツがいいんじゃないのかと。小学生などは、初めて、障害者の方と接して、車いすのお兄ちゃんと接して、知的のお姉さんたちと接してね。やっぱり、得るものがあるわけですね。だから、そういうことを通して、自然に支え合うっていう。そこところがね、やっぱりスポーツができるのじゃないかって。

中野さん：やってあげるではなくね。



(4) (特非) 志木総合型地域スポーツ・レクリエーションクラブ (埼玉県志木市)

通称：クラブしっきーず

回答者 理事長 増田 三枝子さん
 クラブマネージャー 増田 康太さん
 調査日 2019年9月3日



東武東上線志木駅から、歩いて15分ほどの住宅街に、以前は店舗だったであろう角地の一角に、クラブしっきーずの事務所がある。

閑静な住宅街の活動的なNPOの事務所としては、静かなたたずまいである。理事長の増田 三枝子さんご子息のクラブマネージャー 増田 康太さんにお話を伺った。

——まず、志木総合型地域スポーツ・レクリエーションクラブさんの設立っていうのは、2002年ですね。

増田三枝子さん：一応、任意団体として発足しているのは、2000年の12月です。その頃に文部科学省が、総合型地域スポーツクラブを提唱していた時期でしたから。設立準備委員会はその前から活動しており、いつまでも準備していても活動に至らないからということで、クラブとしてまず発足して、ちょうどNPO法ができた。なので、法人格を取るのが2002年でした。

——最初、この準備委員会の前の段階、どういった形で、どなたがお声掛けをして始められたのですか。

増田三枝子さん：私は準備委員のときからかわりました。当時は、今スポーツ推進委員、体育指導員みたいなことを市ではやっておりました。そういう動きがあるっていうのは別のルートで情報が入っていて、それが宗岡第三小学校のところから始まるようだと、日本レクリエーション協会さんのモデル事業で。宗岡第三小学校という、具体的な名前が挙がってきた中での動き始めでした。

——もともと増田さんが、宗岡第三小学校と何か関わりがおりになったんですか。

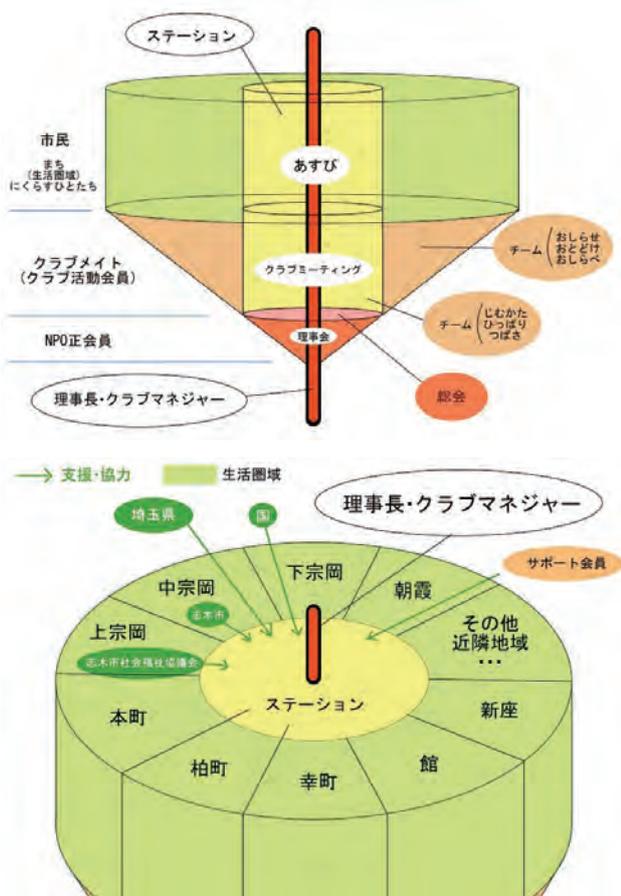
増田三枝子さん：いえ、私は活動の拠点となっている志木第三小学校、すぐそばですけど。

——会場によく使われる学校ですね。

増田三枝子さん：はい。子どもたちも志木三小に3人とも行ってましたから、つながりが強かったです。でも、宗三小で始まったことを横展開といいますか、そこだけではなくて、地域スポー



第2節 地域の中で共生社会を目指すことを目的とした取組



ツクラブとしてやっていこうとしているのが分かっていたので、どういう活動なのかも知りたかったです。当時は、宗岡第三小学校のPTAや、町内会、子ども会、あるいは、学校の先生がたも、校長先生をはじめ、皆さんでやっていたことでしたから。ただ、それを実際に稼働しましょうといったときには、あて職の方はずっと引きますよね。そこから宗三小の保護者さんが中心となるような形ので、最初の運営委員といたしましたけれども、そこに、いろんなところの関わりで、趣旨に賛同した市民ということでのいるのが、現の理事の中にも、私以外にもおります。

——当時は、どういった競技というか、宗岡第三小学校では、皆さんされていたんですか。

増田三枝子さん：遊びの玉手箱事業というのがあって、普段の学校の授業では、体育の時間には取り組まないであろう、スポーツチャンバラ、ビリヤード、ダーツ。それからゲートボールは校庭にコートも作っていましたし。あと、グラウン

ドゴルフ、それからティーボール。あとはソフトバレーボールとか。要するに、当時の日レクさんのところで団体として活動してらっしゃる方たちは、定期的に種目の普及ということを視野に入れて宗三小に来て、休み時間に指導者枠で、指導をしてもらえる。それから、子どもさんが来れば、週末に親御さんも来て一緒に楽しめるかもしれないよねっていうような、まず子どもから地域の人へという拾い方を想定して。

——そうすると、指導者も競技もレクリエーション協会さんの勧めで始めた形ってということですね。

増田三枝子さん：それはモデル事業ですから、予算がついていて、交通費とか、お昼みんなで給食食べることも含めて。ただ、何年も続くわけではないので。主体的に地域住民が運営する活動になったときに、じゃあどういうやり方をしたいかっていうのがその次の段階でありましたね。

——それが2000年以前ですか。

増田三枝子さん：いえ。2000年以降も宗三小の保護者さんたちの中に理事が何人もいましたし。イベントをしても、受益者負担ですよ、いわゆる。参加費用、町の人たちからいただいてやるということはすんなりと、軌道には乗りませんしね。あまり高い金額だとなかなか集客が厳しいしということ。

いろいろなことがあったときに、前の理事長が行政職だったので、アフター5でやっていたのですが、役職が変わって難しくなった。任期1年ありましたが、どうするかっていうことをみんなで議論したんですね。風呂敷畳むのか、法人ですからね、会社としてない形にするのか、あるいは続けるのであれば、誰が推進していくのかっていうことも時間をかけてやっていった。ご多分に漏れず、志木市も高齢化していますから、シニア年代向けにモーニング健康クラブとい

う、朝の時間帯に体操とか太極拳をやるような、その話をすると、自分たちは楽しいし、続けたいんだ、健康のためにもって。続けるのであればただ参加者としてではなくて、理事引き受けるとか、監事引き受けるということ、やる人がいなければ組織としてはなくなる。どうだろうかと言ったときに、やるのであれば一緒にやると言っ、手を挙げてくださった方が太極拳を楽しんでいる方たちの中から出たので、結局、継続して。そこから、空き店舗の活用にだんだんシフトしていきました。

——それはここですか。

増田三枝子さん：それは、ここで5軒目。だから、最初に小学校のボランティアルーム。次が、初代の理事長の実家が地続きのところで、使っているとされたのでそこに。ただ、2階建てのお家に路地のところに入ると、なくなっちゃった感がありますよね。今まで学校でやっていたものがない。私がやるって言ったときに、空き店舗の活用ってということで、最初お花屋さんがあり、次に薬屋さんがあり。で、もっと本腰入れてっていうときに、ここに。これはもともとクリーニング屋さんだった。もう、取りつぎのテーブルとか、ワイシャツの棚とか、あるものは全部そのままリユースさせていただいています。

——家賃は固定費じゃないですか。固定費って、巨大なリスクですよ。経営的には、固定費が増えていくってことは大丈夫だったんですか。結



リンクホール（頂上決戦2018）

構、合意は得られたんですか。

増田三枝子さん：やってみようというふうになったんです。駄目だったらしょうがないよねっていう。一番最初に日レクさんのコンセプトっていうのがね、キャッチフレーズが、小さく生んで大きく育てる。私たちは何でも事を始めるときに、全部お膳立てして大きくイベントをぶち上げるのではなくて、小さく、取りあえずやってみる。自分たちの身の丈サイズですね。それでやって課題が出るはずだから、それを一つずつ丁寧にクリアしていきながら、続くんだったら多分、それはこの町に必要なことだから続いているんだろうっていう考え方で。それが継続できるような受益者負担であったり、あるいは、行政から委託料いただくみたいなね。

中央募金会、これは埼玉県の共同募金会ですが、助成金をいただいたり。多分、最初は日レクさんが始めた地域スポーツクラブを学校拠点にして作るっていうのは、そのときにはそういうやり方が、合ったんだらうと思います。だけど、何年もたっていくと状況は変化しますし、子どもの数の何倍もの高齢者さんがいらっしゃるし。市としても介護予防事業というのに取り組んだ時期に、シフトしたり。介護保険の制度が変わったときに、これはもう高齢者が集まって体操してるだけでは、財は取れないっていったときに、うちの良さを活かすとしたならば、最初からずっとやっている、『混ざっている』ということですね。子どもも大人も若い人も障がいのある人も、全部一緒にずっと最初からやってるから、対応力が高くなってきた、やっている間に。だから、世代交流事業という枠のところ、財としては介護保険料のところもありますけれども、やっている団体が市内ではあまりないので。子育てのNPOとか、環境のNPOとか。なので、うち是最初からずっと一緒にやっているからできることとか、あるいはクリアできた課題っていうのがあるんじゃないですかという働きかけで、いろんなところにアナウンスしています。

第2節 地域の中で共生社会を目指すことを目的とした取組

——障がいがある子どもたちは、最初からお見えだったんですか。

増田三枝子さん：宗岡第三小学校の教育福祉交流センターといって、1階のところをね、教室をいろいろ変えたときに、そこに、ボランティアルームには機織りの機械を置いて、障がいのある方たちが作って、親御さんも一緒に機織りをして、製品化したものを販売したりっていう活動があって。あるいは、社協さんのところの事業所さんに通所されている方たちが教育福祉交流センターですから。そのふれあい号に乗ってくると、そこで一緒にダーツができるとかね、ソフトバレーができるというようなことで。ですから、日レクさんの中でも打ち出していたことだし。最初はその事業所さんとか、あるいは団体さんとの交流でしたけれど、そういうベースがあるので、私たちが継続していく中で、社協さんから、こういう障がいの人の余暇活動をやりたいと思っているんだけど、どうだろうかというお話が来るようになったり。あるいは、私が受け継ぐときが、ちょうど事務局長さんから直のご依頼だったんですけど、障がいのある方の肥満が深刻だというご相談を受けました。

——深刻ですね。人のことは言えませんが。

増田三枝子さん：それはやっぱり、制度が整って障がいのある方が1日を、いろんな方と事業所で過ごせるようになったことはよかった。その頃は親御さんも一生懸命、そういう制度ができるように働きかけたり、箱物の建設についても頑張ってもらった。ですが、10年、20年たってくると、親御さんたちも年を重ねて、土日なんか、連れ出すっていうこともなかなかできないでいて。さらに、事業所に通ってくるとデスクワーク、本当に座ったきりの時間が圧倒的に長くて。やっぱり障がい者交流センターって浦和のほうにもあって、その指導員さん呼んだりして、



1、2回やったんですけども、それだと、すぐ財源がなくなってしまうわけですね。地元にあるNPOが日常的に、住民交流の位置づけも含めてできたらいいのっていうようなことを、事務局長さんからお話をいただいて。私と仲間たちが。ここでいうとクラブのメンバーなんですけど、自分の健康作りもしたくて運動したり、あるいは文化活動もしている。自分たちが健康だからおかげさまでということで、私と一緒にお届けというチームになって、障がい者さんとか、あるいは認知症のグループホームさん、いろんなところに行っています。

——出前型なんですね。

増田三枝子さん：はい。それが私の名刺にある、チームおとどけキャプテンです。お届けをチームで組んでるんですね。そうすると、私は運動の指導の資格とか、障がい者や高齢者の音楽療法の講座を受けたりしたけれど、他のメンバーはそれがしなくてしきりずのクラブに入ったわけではないですから。こわごと最初はどういうふうに言ったらいいんだろう、どういうふうに手を差し伸べていいんだろうっていうところだったんですけど。でもそれは、教わるよりも回を重ねて慣れていくことで、やっぱり人同士なのでアイコンタクトで通じるものがだんだんと浸透してきて。それが本来の障がいに対する理解が進むっていうことかなと思います。

——この組織図ですが、どなたが考えたのです

か。

増田三枝子さん：結果的に、今の状態を図にしたら平面図じゃないでしょうという。いつも動き続けている立体だよ、動きもそこに入るようなことを図にしたならば、多分こういうことだになっていう。この図にするには随分、苦労した青年がいました。ペットボトルのキャップでね、いろいろこういうものをくっつけて、こんなイメージだよって。

回転軸がぶれていくとすぐに転げちゃうですけど、軸が真ん中であって、それをステーションと



いう、場が持っている力っていうのは厳然とあり、そこでプログラムも遊びっていうのがね、誰でも来られる場所だったり。あるいは、ミーティング、総会もですけど。その理事会は本当に、最初からのところでやっているのをぶれさせないようなところのですから。

——今、理事さんって何人ぐらいいますか。

増田三枝子さん：理事は8名。

——会員さんが、正会員で何人ぐらいいますか。

増田康太さん：25から40の間ぐらいいます。

増田三枝子さん：クラブ会員っていうのが、大体100名から。多いと150ぐらいの間を上下する感じです。こうやってみていくと、大人も子ど

もも半々だね。男と女も半々だねっていうのが、結果的にはそんなふうなのがずっとです。

増田康太さん：うちは、会員制ではあるんですけど、会員じゃなくても参加できるプログラムも結構あります。だから、年間延べ数にすると8000から1万ぐらいにはなるけれども、会員数自体は大体100から150ってところです。

——じゃあ定例の、金曜日なら金曜日の会も、非会員でも参加できるんですか。

増田三枝子さん：はい。いつでも、どなたでもっていうふうにしてやっているところには、もちろんクラブのメンバーも。あと、もう一つ別に、会員の交流のことを目的にしているものだと、それはクラブ会員としてね、やるものもあります。それは、事故のことも一つあるし。特に子どもの場合だと、誰でも来ていいのは、土曜日のサタデーとかはそういうふうにしてますけど、そこは入り口であって、1回お試しで来てみたら、楽しければ会員登録して、私たちの会を構成してくれるメンバーと一緒にやっていきましょうの、そういうお仲間ですね。ですから、うちがお届けをしていく先は、この辺の高齢者施設ほとんど行ってるんですけど、その入所されている方、あるいはデイサービスを利用されている方は会員じゃないけれど、うちのプログラムをお楽しみになる市民という。そこを楽しませる側に入っているのがうちのメンバーみたいな。そういう、ちょっと分かりづらい二重構造っていうのかな。だから、単にスポーツやレクリエーションをやりたいのであれば、実はここは志木駅と柳瀬川駅のところに民間のスポーツクラブがやっていますから、そこでできることなんです。いろんな種目、総合型ですよ。うちはうちで、スポーツやレクリエーション、いろんなことできるけれど、そこに終わらないよという。子どもであっても登録してきたら、行けるときには高齢者さんの施設と一緒にいってボラになるという。

第2節 地域の中で共生社会を目指すことを目的とした取組

定款を数年前に変更しまして、一番最初の定款だと、日レクさんのところで発足しているので、種目の普及とか、なんとか教室みたいな言葉が入っていたのを、やっぱり現実が一番近い形の文言を盛り込みましょうということで少し変え。もう一つ、うち副理事長が県外なんですけれども、うちの活動に、宗三小時代に学問として、福祉系のことを学んでいる学生として来たときに、そのままずっと続けて今、副理事長なんです。彼がやっぱり、福祉教育ということ定款にも盛り込みたいと言って。他のいろんなメンバーもね、こういう視点も、ああいう視点もということで。

——結構、細分化された目的ですね。個別具体的なことを目的で書かれていて。

増田三枝子さん：はい。それは関わったうちの正会員とかが、自分はこういうことをこの組織ならできるとして関わったから、ぜひここを入れてほしいってということで。みんなの思いが盛り込まれたものを一つしとけば、いろいろな活動できるよねって。それを削る必要はないだろうって考え方です。



——参画するっていうのが強いんですね。受益ではなくて。

増田三枝子さん：だんだんやっていったら、そういうふうになっちゃった。高齢者さんたちがまず

手を挙げてくれたのは、セカンドステージだったんですね。その方たちが70、80ぐらいのところで、最初からお付き合いいただいていた方は、あの世へ旅立たれた方もおられるし、来られなくなった方たちもいらっしゃるし、それでは、第3ステージをどういうふうにしていこうかっていうのを、副理事長ともいろいろ考えて。組織としては新陳代謝をいつもしていかなないと、先細るっていうか、なくなってしまうし。NPO 法人にするのはその時代ごとにある、その地域の課題を解決するための方策として、いいかもしれないと思ってやることであれば、何年もたつとその課題も変わってくるし、構成員も変わってくるときに、若い人の雇用も含めて、次世代にどういう今を残していくかっていうところに少しシフトして。

そこは自分の健康のためだったらつながってきていた高齢者さんに、いくら NPO のことを質問されてお話しても、なかなかご理解が進まなかったんですね。なんで市からの委託料もらってるのに、参加費払うんだみたいな。要するに、お寺の境内とか公園とかね、川っつちの駐車場とか使うのには、お金なくてもやろうと思えばサークル活動できますよね。1人の先生がそこへ来て指導すれば。けれど、私たちがやろうと思っているのは、会社の組織にして福祉活動を始めたいのは、今の時代ではちょっとクリアできてない問題を、次の世代になんとかいい形でバトンタッチするために、今これやってるとすれば、月に1000円払うお金、公園を使うための1000円でも、講師謝金の1000円でもなくて、この活動全体を継続させるための受益者負担という考え方。それを来られた方に言ってもなかなか、そんなことはいいんだって言われると、サークル活動どうぞと言って、そこは切り離して。今もサークル活動としてやってらっしゃいます。

——でも、大変ですよ。地域の課題はいろいろとある。一つや二つじゃなく、際限なくあるじゃないですか。人がいればいるだけ課題が起こると思うんですよ。そうすると、しっけーずさんはスポー

ツを通じて、アプローチをする。

増田三枝子さん：スポーツ・レクリエーション。スポレクとか、身体活動ですね。あるいは健康づくり。そういうものをツールにしている。健康づくりのときには、文化活動も含めるんですね。学び場と称して、お互いに会員の得意なものを出しあっていただくような。それは自己肯定感を高めることにもなるので。私たちは誰か外部から講師を呼んできて、謝金をお払いするからそこでやっていただいて、私たちが受け身になるというやり方はあまり継続しないので、学び合いというスタンスなんですね。だから、きょうはAさんが袋物作りのリーダーだけれど、会が変わって宝幢寺行くと、その人はBさんという太極拳師範と、太極拳を一緒にやる仲間としてそこにいるみたいな。ですから、メンバーの数だけ得意なこともあるし、課題もあるし。

暮らしているのは人々であって、人は100人いれば百様で、みんな違うわけで。そこを一緒にやっていかないと分けちゃうから、互いのこととの理解がなかなか進まないと思います。

この間いいエピソードとして、「ほとこ」とかってあってね、土曜日ここでやるんです。そこにはダウン症の青年も、療育手帳を持っているね、支援級の子も、認知症の人も。いつも来た人どうぞと。そのときに一緒に歌ったりゲームしたりしていた子が何年かたって中学校に行ったら、道徳の授業で先生たち障がいのある人に対しての先生たちのお話が始まって。そしたら、先生は力を込めてこうあるべき論を言っちゃったみたいで。そしたらその子が家帰ってきてお母さんに、「何、今更って話だった」みたいな。そういう感性を持つにはいつも小さいときから一緒にやってるとかなっていう。

増田康太さん：(写真を見せながら)この方はもう認知症がだいぶ進行されて、数秒前のことを覚えてない会員さんで、今は施設に入所されましたが、まだ今年うちの会員の登録を更新し

続けているっていう。

増田三枝子さん：そのうち(その方の施設に)お届けに行くんです。

増田康太さん：こうやって、(遊んでいる小学生が写っている写真を指差して)彼女たちも小学4年生の頃からずっと障がいのある方や認知症の方と一緒にスポレクを楽しんでいると、増田さんや僕が障がいのことや認知症のことについて何も言わなくても、小学生なりに考えながら一



緒に遊んでいます。障がいや認知症について分からないことがあれば自然と質問もしてきます。そうやって多様性が当たり前のなかで過ごしていると、今更もう、障がいとか認知症とかを特別のようには考えなくて。でも、学校教育になると、やっぱり特別支援学級の子にはこういうふうに接しなさいってなると、この子たちからすると「それはおかしい」っていう。

——障がいの種別もいろんな方が本当は集まっていちゃいますから。もう本当ありとあらゆる。

増田三枝子さん：どんな障がいかっていうのは、会ってお話しをしたり、一緒に何かをしてみて初めて、ああそうなんですね。分からなければそこで聞いてみるということであって、モデル事業のときはシートなんか用意したのかな。やっぱりモデル事業だと、どういう種類のものか、あるいはどういう配慮が必要かとか、基本は一緒に町

第2節 地域の中で共生社会を目指すことを目的とした取組

に暮らしている人であれば、ここに暮らしているんだから、ここにいますよね。この空気吸ってるんだから。

——増田さんの私の地域、しっきーずの地域っていう可視範囲の地域って、どれぐらいです？志木市全部ぐらいです？

増田三枝子さん：もう徒歩圏内です、志木市は。徒歩で大体ぐるりと行けちゃいます。

数年前に平成の大合併っていう議論のときに、朝霞と新座、和光、志木で4市合併の議論をしていたときに、合併しないのであれば、コミュニティーっていうことにフォーカスすれば、ベストキャパシティっていうのかな。7万人ぐらいの



毛布で担架リレー（かしわな防災運動会）

市民だし、それから住所聞けば、どこでお使いするんだねとか、あるいは学校はあそこ行ってるのか。で、私は柏町にいるから、柏町エリアの6町内会の会長さんたちとは常日頃からいろんなやりとりができて、回覧お願いしますと言えば、それをやっていただけるような関係性にあって。それを他の本町とかニュータウンのほうでもしようと思うと、今度、行政が一枚かんでくれないと、こういう県の事業のこれですからっていうご紹介があると、またそこへ行ってできるみたいな。

——今の成り立ちとか、競技のことで聞きたい、ちょっと絞らしていただいて、フライデーナイトは、どんな競技メインでされているか。それはどう

いうふうに決まったかをお聞かせください。

増田三枝子さん：最近手帳持っていた青年が、文科省のモデル事業でつながったんですけど、やっぱり障がいの手帳持っている方がつながり続けるためのハードルって、いっぱいありますよね。雨降っちゃえばなかなか来られないということも含めて。数年たって、今、彼らが家庭的な事情とか、あるいは職場が他のところへ行ったら、覚えるのにまた時間かかって、そういう時期を迎えているのが、現状ですね。いいタイミングで体育館改修工事が入ったっていうのかな。だから、そういうときに無理してどっか取って、人集めに奔走することないねって。だから、大変なときは誰の人生にも訪れるんだから、それでも細くてもつながり続けて、こういう刷り物が届いているとか、メールでやりとりしてるっていうことを、こちらからは決して切らないというやり方ですね。

増田康太さん：サタデークラブのところに、先程の話の彼がふらっと現れることがあるので。そのときにやってた車いすのところだったり、一緒にドッジビーやったり、ドッジボールやったり。

増田三枝子さん：車椅子は汎用性の高いものを6台持っています。

増田康太さん：文科省のモデル事業のときに2台整備できて、その後に2台じゃなんにもできないので、そのときに赤い羽根共同募金の備品整備助成事業に手を挙げて。

増田三枝子さん：申請書に書いてみるものでしたよ、3on3がやりたいって。

——そうすると6台ですね。独自のルールとかってあるんですか。

増田康太さん：(写真を見せながら)これも結局、

鬼ごっこで後ろについているのは。

—ひもですか。リボン？

増田康太さん：これはなんだろう。布？1メートル、1メートルぐらいの布を折って。これ最初は忍者隊っていうプログラムで、覆面のこう、結んだりする、修行に使ってたのをしっぽ取りに使いやすいし、これだと1年生とかでも取りやすいので。こんなふうに折って後ろに乗っけて。そうすると、それこそ●●くんもこの布取ればいいんだってわかって、布取られないようにするんだっていうことで、一緒にみんな遊んでるっていう。

—それは会員さんの発案ですか。みんなで話し合ってますか？

増田三枝子さん：やってると、ずるいとか、それあり、みたいなシーンってありますよね。そうすると、私がタイムって言って、今はこういうことだったけど、どういうふうなルールにする？って言って。みんなで、それだと誰ちゃんが分からないとかね。だからルールは、簡単なルールは、あいさつするとか時間を守るとか、四つほどあるんですけど、それ以外は禁止事項を設けてないクラブなんです。ルールはその都度、そこに集まったメンバー、顔ぶれで決める。見えない人に対して、そのルールじゃ分かりづらいよねって言ったら、分かるような、どういうルールを作ったらいいだろうかっていう、そういうやり方で。

増田康太さん：しっキーずでは最近車いすサッカーが流行っていて、本来の車いすサッカーとは全然違う種目ですけど。20・30代の会員との会話で車いすサッカーのことがちょうど話題に出てたので、これ出来るんじゃないかなとやってみると意外とできました。小学生がプレーするときは、車いすをこぎながらキックもアリです。下肢障がいのある青年も、小学生が参加するプログラムと一緒に遊ぶ事があるんですけど、彼は

車いすをこぐのがものすごく速くて。小学生と対戦したら面白いかなと思って、試しに導入してみました。

大体のプログラムはなんとなく自分の思いつきで、実際にやってみる。障がい者と小学生と一緒にプレーして、課題が見つかったら「じゃあ、みんなが楽しめるにはどうしたら良いだろう？」と、みんなで一緒に“しっキーずルール”を考えて作っていくっていう感じです。

増田三枝子さん：彼(下肢障がいのある青年)は、余談ですけど、市民インディアカ大会っていうね、市でやっていますが、今まで一般といわれるカ



テゴリーの市民大会、サッカーでもバレーでもなんですけど。そこに障がいの手帳を持つ人が出たことなかったんですよ。市民体育祭だと、障がいのある人も会のテント下において、そうすると、車いすに乗ってそこにいて、中学生が車いすを押して走ってくれて100メートル走みたいなね。彼は歩くと、バランス崩して倒れちゃうんですけど、そこで踏ん張ってサーブする分にはできるんですよ。だからサーバーのときに私がメンバーチェンジ、そのとき一緒にいる3人が、4人分を動いて拾うっていう。サーブさえ入れてポイントをゲットしていければね、ずっとサーブはやり続けられて。それで、3位だったんですよ。彼が10ポイント近くサーブしているときに、やりとりを他の3人がうまくつないでポイント。で、そういう経験を彼はしたことがなくて。次、フライデーのときに来てね、ボソツとね、「この間帰っ

第2節 地域の中で共生社会を目指すことを目的とした取組

て、家でうって泣いちゃった」って。

——そりゃ泣くでしょう。

増田三枝子さん：そういう経験ね、要するに一般の大人扱いされて、一般のルールの中でやって、自分の自己肯定感ですよ、有用感ていうか。最後そこ競って、ジュースジュースでいって最後、勝てたので。

増田康太さん：そういった「みんなで楽しみながらプレーしたり勝ったりする姿」を小学生に見せることは大切だなと思います。僕がどういう風に接しているのか、どう立ち回っているのかを小学生のうちからいつも見ている、その光景が子どもたちにとって当たり前になると、「障がい者が参加することが特別なことではない。多様性が当たり前」になっていくんです。中学生になった今も、部活が休みの日にたまに遊びに来て、色々な話をしますよ。

——さっきのサタデークラブは参加者どれぐらいなんですか。

増田三枝子さん：いつも20人前後ですね。

増田康太さん：20人から30ぐらいか。

——結構、同じメンバーよりも、コロコロ変わるほうが多いんですか。

増田三枝子さん：半分は子ども会員で登録している子。だけれどそこに来られるのは、ビジターといって会員登録していない子でも、その日雨降ったから野球がなくなったとかね。誰でも保険代、コイン握りしめて来れば、受け入れるという。

——やっぱりルールはこう決めて、安全か安全じゃないかをチェックして、それで提供しないって

ていう人のほうが多数派じゃないですか。

増田康太さん：かつて、障がい者スポーツを地域スポーツクラブに導入するモデル事業がありました。そのとき参加した若者たちは、小学校1年生からの6年間、障がいのある子と普通学級で過ごした同級生でした。そのメンバーたちは、「障がい者をサポートするためだけにモデル事業へ参加したのではなく、障がい者と一緒に楽しむために参加した」のですよね。（障がいのある）参加者の中には、同級生もいたので、その想いは強かったと思います。

しかし、「障がい者には、こうなさい」と、第1回目のプログラムで指導者の方に言われると、20代のメンバーは反発してしまって…。そこで、指導者の先生に第2回のプログラムが始まる前に、クラブの理念や20代メンバーの想いなどについても説明しました。指導者の先生にご理解いただき、その後のスムーズな事業運営に繋がりました。

しっさずは、障がいのある方も認知症の方も、小学生も若者も高齢者さんも“みんなごちゃまぜで楽しむ”“特別扱いはしない”ことを大切にしているからこそ、その都度話し合いながら進めていく事が大切ですし、これからもそんなクラブづくりを、みんなですていきたいと思いますね。

(5) 共生・共走マラソン実行委員会 (大阪府大阪市)

回答者 事務局長 松場 作治さん
 スタッフ 山地 稔さん
 調査日 2019年12月10日



JR おおさか東線の衣摺加美北駅周辺は、町工場が多い活気のある町である。駅から10分ほどの距離に、今回お話しを伺う共生共走マラソン実行委員会の事務局がある、就労継続支援B型のリサイクルショップ・マツサクがある。

——まず初めに、活動の生い立ちをお教えてください。

松場さん：今年で第26回ということで、共生マラソンスタートが1993年ですね。時代もどんどん競争社会になり、共生より遠ざかっている感じがしますね。世界全体にね。

この事業所は今は就労継続支援B型です。その前は無認可の作業所で、長年やってきております。当時障害者は1970年代前後までは施設に隔離されている状況がありました。就労の機会も奪われてた時代、自分たちで働く場をつくらうということで始めたのが「大阪障害者労働センター・マツサク」という名称で1983年からやっています。その前後「差別とたたかう共同体全国連合」(現NPO法人共同連)にも関わっていました。障害者差別をなくしていこうみたいな運動に関わっていました。その中で、労働組合さんとの連帯も生まれてきました。

障害者が自分たちで働く場をつくっていこうということで始め、いろいろな地域活動の中で「マツサク」も1983年に誕生しました。

「マツサク」グループの11周年1994年のときに第1回目の共生マラソンがはじまりました。そのときに運動仲間「わっぱの会」が、名古屋で24時間共生マラソンを始めていました。

——「わっぱの会」さん。それ「NPO法人共同連」の関係ですね。

松場さん：そうそう。それでノウハウをいろいろと開催要項とか頂いて、大阪バージョンに変えてやりました。

——24時間だったんですか。

松場さん：名古屋はね。でも、残念ながら向こうの共生マラソンは3年で終わりましたね。原因は参加される人が一般の人が多くなり過ぎたと聞きました。共生マラソンの当初は自分ところ(マツサク)の11周年だから、11時間でやっていたんですよ。

山地さん：11時間厳しいね、かなりきついね。

松場さん：マラソン10周年の大会はね、8時間と24時間と二つバージョン、同時にひとつは



第2節 地域の中で共生社会を目指すことを目的とした取組

夕方5時スタートで（24H）、8時間は翌日の朝9時スタートで、ゴールは夕方5時に一緒。フォーク歌手の高石ともやさんが、ふと関わってくれるようになっていっている中、舞洲スポーツアイランドを借りて会場にしました。スタート当日の夜のステージではミュージシャンの故桑名正博さんも熱唱！えらかったわ（笑）。まず、最初に、電気が落ちてしまったんです、真っ暗だった。ランナーが走っているのに、真っ暗やった。そういうハプニングを経ながら。

高石ともやさん、今も関わってくれているんですね。ともやさんの話をするけれども、ともやさんは素晴らしい人で。バークレーに彼しばらくおられた、それでトライアスロンとかいろいろ出てるけど、彼と一番初めて会って印象を持ったのは、「松場君、バークレーはな、バリアフリーやったで。障害のある人ない人関係なくいろいろやっとなあ。」それがふと「ああこの人と付き合えるなあ」というのか、当共生マラソンと通じるというのか。そういう思いで来てくれてんねんって。

——そのあと、会場は鶴見緑地ですね。

松場さん：そうですね。1回だけその舞洲に行きましたけども、あとずっと鶴見緑地。雨の日逃げ込める場所があるんです。会場から中にランナーは、スタートして出て行って、公園の中、1.2キロぐらいを外周して、戻ってきてというコースになるね。僕たちも、一生懸命に共生マラソンチラシをまきに行ったり、車いすのマラソン大会に行ったりとかしていましたが、だんだんそういう勢いがなくなってきました、周りもほら皆、高齢でしょ。

——いろんな参加の人がおみえですよ。

松場さん：そうですね。同志社大学の陸上同好会OBの人や、自衛隊のチームとはろうあ者のマラソンチームの人たち。どんどん色々な人も参加してね。テントをコース脇に張ったりいろんな

場所でね。その時代でいろんな運動とつながっていたからね。地域でともにという、反差別でつながっているみたいな中で支援があった。テントの設営から、撤去まで全部ボランティアで手



伝ってくれた。僕たちは、事務所周辺の学校から何張ものテント、客席、バー、ピストルを借用。搬入、搬出、受付通知とかしていましたね。

——なるほど、全部手作りだったんですね。

松場さん：テントを何10張りもし積んで走っていた。10年以上みんなとやりましたね。レンタルで今入ってもらっているけれど、それらの設営を自治労さんが何年か、大交さん何年か、大交ライフサポートセンター。大交さん（大阪交通労働組合）は、運動時代から僕たちがやっている活動とつながっていて。民間の永和信用金庫さん、大阪府下の市民とかひとりひとりの様々なボランティアさんが手伝いに来てくれた。

——あまり決め事がないですね、参加資格とか、設定タイムはとか。

松場さん：ないよ。

——ともかく、チームは何人でも構わないですよ。。

松場さん：そうです、チームはね。50人おろうが。



——設定の時間中にあんたらが好きなだけ好きなように走って下さいということですよ。

松場さん：そのとおりです。

——周回予想数は自己申告ですか。

松場さん：周回チェックのテントで周回数をチェック、ボランティアさんが行なっている。ぴったり賞。ぴったり賞があるから、自分のところは何周しますということを申し込み用紙に記入してもらっている。1位を表彰するとかじゃなくてね、そういう楽しみを。10人でも障害者が混じろうが何でもあり。いけないのは、スケボーとかは危険性を伴うやつは、不適合。接触の事故も何回かありましたからね。

山地さん：ランナーさんが自転車とぶつかってね。

——模擬店やバザーもやっていますよね。

松場さん：共生という内容からインド、沖縄、韓国とかの出店、国際共生交流もイメージしていました。神戸のクラーク専門学校の先生がボランティアで生徒を連れてきてくれたりね、いろんな関わり合いをしてくれました。

——でも何でマラソンだったのですか。そもそも、マラソンじゃなくてもよかったんですよ。

松場さん：何ですかっていう質問ですか。そもそも「マツサクぐる〜ぷ」の10周年を10年目

にしたかったのですが、僕がNPO共同連の代表をしていましたね。1年ずらして11周年目に何かをしようと考えた時、名古屋がすでに共生マラソンをやったっていうのが大きいね。東京もやっていますよ。「だれもがともに」(品川)と言ってね。

——高石ともやさんは、マラソンの最中、ずっと歌っていますよね。

松場さん：やっていますね、沿道ライブでも。走っては、歌っては。ステージで司会しては。すごいタフにやっている。どう思う、若者が周りにね。でも年々関わってくれる人、参加チームも減少して来ています。

山地さん：そうですね。減ってきましたからね。

——決算書拝見しましたが、赤字じゃないですか。

松場さん：マラソン赤字。累積赤字。僕のポケットマネー。全然バランスが取れていない。やらなあかんやろう思うから、赤字やろうが続けるそんな感じやね。取りあえず。ほんまに金の問題でなくて言いたいけど。山地さんも実行委員長されていましたよ。

山地さん：23回大会のときだと思いますけど。私は手足が悪いんですけども、ろうあ者の方とか、視力障害者の方は彼らのマラソンにかける言うんか、あの熱意は非常に大きなものがあつたような気がする。私も離れた時期もあるんですけども、大体26回までは来ています。思うのは参加人数、出場者人数が減ってきてるし、実際にマラソンを行う人手も実行委員会の人数も減ってきた。また来年の2020年の5月の31日(日)に開くんですけども、やっぱり実際的に動いてくれる人間がね、協賛金とか後援会とか、いろんなボランティアの人とかを含んで減

少、それをまた今後、27回大会でどのようにやっていくのか、具体的にそういう実行委員会の人の力をどう高めていくのか。課題が大きいと思いますね。

——なるほど。実行委員さんは、この事業所の利用者さんとか、あと他にもおられるんですか。

山地さん：実行委員は今おっしゃったように、大交ライフサポート、大交労組さんとか自治労さんとか日放労関西支部さんとか。みんなで協力し合って非常に助かっていました。今は当マツサクぐる〜ぷの障害者だけ事務局はしんどいですね。資金の面でも後援会をつくるにしても、障害者だけで動くのは非常にしんどいですね。ものすごい力が欲しいんだけど、やっぱりもう少しうまい方法でもっと実行委員会をね、強くしないといけないんじゃないかと思うけども、なかなか思うようにいきませんね、やっぱり。現在の状況としましては大会当日まで私たちの背中、肩に荷物が乗っかっています。

松場さん：実行委員会は日放労関西支部さん、PA、ステージテントほとんど業者さん、僕とこは4台ほど持ち込んで立てる。あと、ほとんどボランティアさんのお助いで会場設営しています。昔はボランティアさんもたくさんいて、先ほど申し上げました自治労さんと大交さんがかんでいたときは、10年、15年ぐらいかな、学校から何10張りの大テントを借用し、持ち込んで夜遅くまで設営し、イベントやっていた時代。今は業者さんがほとんどですね。ボランティアさんで賄っていますね。それと会場費が高いね。会場設営代（テント・ステージ代）は約70万程度です。

——しかし、面白いですね。スポーツのいいところもあるし、運動論としてちゃんとしてるところもあるし。

松場さん：ずっと広がってはいないんだけど、沖縄からの参加者の方もおられたな、障害者でね。高知からもおられましたな。車イスの方と高知県の市民マラソンに車イスでも参加出来る様に署名を集めていました。後々参加出来るようになった連絡があった。今年の大会、埼玉「虹の会」の方が来ていたんですよ。彼らもね、そういうエネルギーを持ったグループだね。おもしろいグループやわ。

——参加者の方は、下は小学生からですね。上はもうもちろん70、80才の方まで。

松場さん：そうですね。走られないから車いす。視覚障害者の人は伴走者と一緒にね。どうしてかわからないけれど増えた、伴走というゼッケンの人がね。台風の強風の大会の時に参加して来れた人に声を掛けたら「こんなマラソンやから」と言ってくれて、感激を覚えることがあった。

——練習するのと違って大会ですから。

山地さん：そうですね。

松場さん：楽しんでやってる。

——大学にボランティア呼び掛けたら、ふえないですか。

松場さん：それはやりましたけどね、関心ないね。あきらめたのか近年声かけしなくなっているのか。余裕がないのか、何と言っても人手不足です。

——今後は

松場さん：職員が不足しています。共生のおもしろいのある人、ハンディのある人と、一緒に活動、仕事してみたい人、来てほしいです。マラソンのスポンサー協力してくれるような団体とかも？

(6) (特非) 越前市障がいスポーツクラブ

(福井県越前市)

回答者 クラブマネージャー 入井 忠男さん

調査日 2019年9月6日

越前町の北側、福井との境界当たりにある、瓜生水と緑公園。広々とした公園にある体育館が、越前市障がいスポーツクラブの活動場所の一つ。まったく段差のない、バリアフリーの設計の体育館でクラブマネージャーの入井 忠男さんにお話を伺った。

——まず初めに、設立なんですけど。NPO 法人の法人設立はいつごろですか。

入井さん：法人の設立は29年の4月です。その前に総合型スポーツクラブとして立ち上げてます、28年に立ち上げてます。準備は26年から準備、いわゆるスポーツ教室はもう26年から始めてます。当初は6種目やったんですけどね。

——6種目ですか。

入井さん：6種目。同じような種目も含めて15教室やっているような状況ですね。

——最初の団体さんの立ち上げですが、どういった経緯で、どういうかたちで始められ増したか。

入井さん：25年までは私はもう一つ総合型スポーツクラブを立ち上げていまして。王子保すこやかスポーツクラブっていうんですけど、そこに、ダウン症の子とか知的障害の人とかが来るんですね。来て、みんななじまんような雰囲気やってるんです。



——そういう方々が一緒に、あるなし関わらずっていう。

入井さん：そうです。だから、そういう人たちばかり集めてそういう場を作ったほうがいいんじゃないかというようなことは頭にあったもので。クラブマネージャーといっても、25年になって私が病気でその機会に譲って、医者から何をやってもいいよって言われたときに、ダウン症の子やらそういう人たちの入れるクラブを新たにしよう。王子保地区でなく、越前市全体でそういうクラブをつくろうということで。

——周りの支援の方はおられましたか。

入井さん：市議員2人と、行政の人を巻き込んだですね。全国の総合型スポーツクラブの人たちにも声をかけたりとかですね。



第2節 地域の中で共生社会を目指すことを目的とした取組

——いろいろな支援の方々、行政は、例えば費用面の支援はありましたか。

入井さん：市の助成金、少ないですけど、市とか県からいただきましたね。totoは今年からいただきました。サッカースポーツ振興くじですね。全国的なやつですね。

——これは、最初参加される方々っていうのはどうやって集められたんですか。

入井さん：だから私、行脚ですよ。一人一人喫茶店で会って話してOK了解いただいて。こういう人たちが26年の3月13日に集まったんです、それが第1回会合で。私一人一人とじゃ面談やりましたけど、会って説得していたんですけど、一堂に会したのは26年の3月が初めての第1回顔合わせ会ですね。それから発足会というのをやって準備にかかったと。

——総合型スポーツクラブは会員さんが必要ですね。最初の段階での会員さんの集め方はいかがですか。

入井さん：やっぱりチラシとか。それから各施設いわゆる障害者施設に。土日を中心に各施設を回ったんですね。参加を呼びかけていったと。行政の広報誌も利用しますが。うち独自のチラシを作って。一軒一軒回って募集して歩いて、今160名ぐらい、会費を納めてる人数が160名。



——正会員なんですかね。

入井さん：正会員というよりは、NPO法人の定款上、10名以上なので、正会員は10名で、いわゆる理事も兼ねてるんですね。で、利用者会員は、全部で合計で160名ぐらい。

——最初の段階は何名ぐらい？

入井さん：最初は50～60人から70、80ですね。

——じゃ、もう3倍ぐらいになっている？

入井さん：はい。

——これは今年一気に上がったとかですか。年々徐々に？

入井さん：徐々にですね。もう立ち上げたときぐらいからそのぐらい行ったんですね。立ち上げる準備段階でもう50～60人のクラブにしてみましたから。理事もなんも含めて50～60人になってましたけどね。

——今、フライングディスクやっておられますね。参加者は大体毎回何人ぐらい集まってるんですか。

入井さん：平均したら10人ぐらいですね。バレーなんかは多いとき20名近く来ますけどね、ソフトバレー。試合前になるとね、今度の日曜日は試合なんですよ。先週はだから、20名近く来たですね。

——そのボランティアさんっていうのはどういう方々が集まって？

入井さん：ボランティアは説得してもらった人た



ちの仲間の方たちもいますし。新聞とかチラシとかを見て募集してるっていうことを聞いて参加してきた人たちもいます。毎日曜日来てくれる人も何人かいます。

——この参加者、先ほど10名っていうのは結構何回もリピーターで同じ方が？それとも結構半分ぐらいは。

入井さん：半分以上はリピーター。毎週やってますから、毎週日曜日とか種目によって違いますけど、リピーターも多いし。体験させてくれことで見学に来る人もいますし。見学に来て実際にはスポーツしてもらおうんですけど。見学って言いながら。

——指導者っていうのは、理事の方見ると指導員資格お持ちですね。

入井さん：職業柄ね、障害者スポーツ指導員持ってる。20名ぐらいいるんですよ。ここに入らない人も、資格持ってる人いますけどね。

——そういう方々が会員さんの中にいたりとか。

入井さん：そうですね。いわゆる自分たちで経済的に自立したいんですよね。その辺のところは難しく。壁にあたっている感じですね。例えば、われわれの送迎事業とか車が手当ができれば送迎事業もやって、別会費としていただきますけ

れども。そういうものが送迎事業もやりたいし。それから、正直言って拠点が無いっていうか。ここを中心にやってますけど拠点としてはなっていないんですね。要するにここに事務所があるわけでもないし。いろんな条件があってそれにまだ合致してないというようなことなんで、他のデイサービスとかそういうのもやりたいんですけど、本拠地がないというところから、そういうことも言えると思うんです。そういうこともやって経済的に自立したいと思うんですけど。正直言うと補助金とかそれが頼りでやってますから。そういうところですね、今、悩みはね。

——いろいろな競技をおやりになっていますが、競技をやろうってチョイスしたのは、入井さんですか。

入井さん：それはみんなの要望を聞きながら。アンテナ張っているとやってくる人いるんですよ。そういう一つ一つニーズを求めてやっています。最初からあるのはフライングディスク。イベントも年に2回やるんですが、大体フライングディスクが中心ですね。あとイベントは今度11月10日にありますけど、その内容も、フライングディスク大会午前中やって、それから、いろいろ玉入れ競争とか、風せんバレーとか、パン食い競争とか、それから皆でダンスやるとか、その辺の企画をしているんですけど。

大きい体育館が、県営の丹南公園総合体育館っていうのがあって。大きい球場があってそこがメインの体育館が一つあります。そこでやるようにしてるんです。AW-I体育館は満員なんです。

——人気があるんですね。

入井さん：行事が土日となるとね。市が運営しているということでもう一つの丹南総合公園体育館を使うことにしてるんですけど、そこで毎年やってるんです。

第2節 地域の中で共生社会を目指すことを目的とした取組

——特に参加者で制限は設けてない？

入井さん：特に制限は設けていません。ただ、送り迎えしてないから、自分で運転できる人とか家族の都合がよくて家族の理解があって送り迎えしてくれる人とか、自分で来られる人が多いです。もう少し重度の人にまで来ていただくというようなことを考えると、送迎事業までやっていかんと。みんなちょっと重症な人も家にこもりがちなんです。なかなか外へ出られないという。で、本人に聞くと出たいんですね。希望はあるんですね。だからそういう意味で送迎というのを早くやりたい、自動車の資金を補助金で出すところもあるし、自動車そのものを募集してるところもあるし。そういうところに申し込みしてるんですけどなかなか当たらないという。

——参加者は障害種別にどういう方が多いですか。

入井さん：最近多いのは、若い人で精神障害の人が多くですね。そういう人たちの、大学時代で発症したとか、それまで何ともなかった人が、入院してあと帰ってきて、ここへ入ってくる人とか。あとは車いすの人もいますし、それから、視覚障害者の方もいます。これでいくと、これなんかそうですね、STT、サウンドテーブルって、音を頼りに卓球をやってるんですね。そういうのを月に2回やっております。

——あそこにフライングディスクの用具がありますけども。あれはクラブの持ち物ですか。

入井さん：そうです。クラブの持ち物。器具はいただいていますから、いろんな用具も買いますが、ほとんどここに置いたりというような状況ですね。

——ここでやってる流れとしては、毎週12時半から6時半まで四つ、入れ替わりでおやりになる

訳ですか。

入井さん：そうですね。その間に卓球バレーをやる場合もある。四つですね。土曜、日曜日はこれにかかりっきりです。土曜日もここに載ってないんですけど、ボッチャとか、それからウォーキングサッカーとか。サッカーはこれからですけど、やろうとしてます。ウォーキングサッカーは何回かやってます。

——ウォーキングサッカーはやりたいっていう声があがったんですか。

入井さん：声があがったというか。市がそれを押してるというか。

——越前市がですか、ウォーキングサッカーをですか。

入井さん：それを受けてクラブつくろうかという話。で、今度の身障連の「ニュースポーツの集い」があるんですね。それでもウォーキングサッカーを取り入れようとしてるものですから。ちょうどそれに合わせて、やりたいという人を募って、チラシを配ってやりたい人を募ってクラブをつくらうと思ってるんですけど。もうボッチャはあれなんです、既にやってるんですよ。今立のほうでもこれは毎週やってますし、ここでもボッチャのクラブを作ってやってるんです。



——全国大会出たりするんですか。

入井さん：しますよ。出るし、全部じゃないんですけど、出る人もいます。今度の茨城大会も出ますし、この福井の全国障害者スポーツ大会のときには何人か、全部で何人だろう。5、6人出たのかな。それから今度は卓球でも出ますしね。茨城の全国障害者スポーツ大会に。

——私どもの大会に見ていただいたり、去年は参加いただきましたが、競技はいかがでしたか。

入井さん：そうですね。大きいシートに真ん中へ穴開けてそこへやったり、あれも面白いと思うし。勉強になったのはロープ送りですね。ロープ送りをずっと並んでふたチームで競争したり。われわれはどっちかという個人競技のほうが多いから、フライングディスク大会にしても。知的な人になってくるとなかなかルールそのものを理解してもらえないんですね。だからそういうこともあって、いろんな障害の人を一堂に会してやろうと思うと、知的にも配慮して、身体にも配慮して、精神にも配慮して、というようなところから、いつもみんなやっているフライングディスク大会にしようかという。他の種目も例えば玉入れ競争とか。風船バレーとかっていうのもちょっとやり方を変えてやってるんですけど。それとかパン食い競争とか。そういうのは単純ですから。ルールの説明も要らんようなかたちですから。

——そうすると独自のルールもあるんですね。

入井さん：今年ちょっと変えようと思うけど、去年は風せんバレーなんかやったら、間にネットがあると危ないってということでネットを取って、それで人も立たないと。距離だけ測って、この間でこう、やりとりするんです。真ん中に引いてありますけど。ここからこっちへ来たら数だけ数えてね。残ったのが多いほうが負け、というよう

なかたちで取っています。

——クラブとして大会に出るみたいなことはありますか。

入井さん：あります。県の大会っていうのもありますから。フライングディスクも、卓球バレーも、一斉にやるんですね。そういうのもあるし、個々に協会がやるのもあるしで、いずれも出ますけど、フライングディスクはフライングディスク大会っていうのもあります。2月にあるのかな、で、6月に県の大会という。

——役所は、補助金ですか、助成金ですか。

入井さん：委託料ですね。何カ月から何カ月までと。今月は4月から7月までというかたちで、初め話し合いして。そうやって委託料ももらいますけど。大きいのは年度内の使用料ですね。委託されると使用料が無料になるんですよ。7月までは無料。8月以降は80パーセントっていわれる。

——国体があって参加者が増えたとか、寄付があったとか、ありますか、国体の前後で。

入井さん：それはありますね。増えました、やってね。

楽しもう！
元気にスポーツを

みんな仲間だ！



NPO法人
越前市障がいスポーツクラブ



会員募集中！

スポーツクラブ  BIG
スポーツ振興くじ助成事業

(7) 春江町総合型地域スポーツクラブ UNITIVE291 (福井県坂井市)

回答者 クラブマネージャー 小林 靖幸さん
調査日 2019年9月6日

坂井市で活動をしている、春江町総合型地域スポーツクラブ UNITIVE291 のクラブマネージャー、小林 靖幸さんのお勤め先である障がい福祉サービス事業所を訪問し、お話を伺った。

——きっかけ、生い立ちからこういった形でこの活動を始められたか、ちょっと詳しくお聞かせいただければありがたいです。

小林さん：総合型としては2017年ですね。もともと総合型ではなく任意団体として活動を以前からしていました。10年以上にはなると思います。もともとは、手動の車いすサッカーのチームとして、UNITIVE 291を立ち上げて活動していました。手動車いすサッカーから、いろいろ出会いがあり、競技数を増やすということになり、ユニバーサルスポーツクラブ UNITIVE 291というふうに名前を変えて、競技数を増やして活動をしましょうということになって、今の総合型の母体となる団体として立ち上げました。

——小林さん自身も、車いすサッカーされていたんですね。

小林さん：もともと手動車いすサッカーって沖縄しかやってないんです。たまたま障害者スポーツ指導員の中級資格の講習を、福井で実施したときに、たまたま自分が福井県と、北信越ブロックの会長だった時に、北信越の他県のどこも手を挙げていただけなかったので、幹事県だった福井県がやるということになり、中級資格の研修をしたときに、沖縄のほうからいらっちゃって



いた受講者の中に手動車いすサッカーをやっていた方がいらっしやいまして。教えていただいて、これ面白いと思ってやり始めたっていうのが、もともときっかけですね。それまでもバドミントンやバスケットかを個人的にはずっとやってました。手動車いすサッカーはまだ全然マイナーで沖縄でしか、今、大会がなくって。一応、今、福井でも、僕らが大会を年1ぐらいのペースでやろうっていう話で、2回はやったんですが。。僕は、この競技がやりたいし、もっと広めたいっていう思いが一番強いんですけども。実質 UNITIVE 291としては、今は卓球バレーが一番盛んで。卓球バレーも、2018年の福井国体でオープン競技に決まりまして、県の協会が立ち上がったのと同時に急激に広まって。視覚障害者のチームとか、いろいろなチームが来ています。

——このクラブは、法人格とかはなくて、任意団体なってるんですか。

小林さん：法人格は取ってないです。総合型クラブ設立のときにそういう話もしてたんですが、結局そのときは見送りになって。そのまま今は取る予定もまだないです。

——補助金とか助成金とか取るのに、面倒じゃないですか、任意団体だと。

第2節 地域の中で共生社会を目指すことを目的とした取組



小林さん：面倒です。会費と、あと県内の20万、30万ぐらいの助成金、事業単位のものも申請していますが。

——事業助成で、この大会をやるから、こういうふうな助成。

小林さん：車いすサッカーの大会をするというので助成を受けて運営しています。クラブの活動自体は、会費がメインですね。

——今、会員さん、何名ぐらいですかね。大人、子ども、それぞれ分かりますかね。

小林さん：団体さんが結構いるので、70名ぐらいにはなるとは思います。

——役員は何人ぐらいいらっしゃるんですか。

小林さん：今年ちょっと体制を変えたので、6名ぐらいですね。

——この、UNITIVEっていう名前、ユニバーサル、プラス、アクティブの造語ですよ。名付け親はどなたが。

小林さん：僕が。障害者スポーツからユニバーサルスポーツに移行するときに、ユニバーサルで積極的に活動をしようっていう、意味というか思いもちょっと込めて。なんかアクティブっていうのを付けたいなって思って、いろいろ考えて

いて最終的にUNITIVEになりました。ユニティのブもVではなくて、VE。291は福井です。今は卓球バレーがメインで、卓球バレーにかかる時間が多いです。

うちは、特別支援学校の子どもさんが、数名いらっちゃって。もちろん特別支援学校でも、卓球バレーのチームはあったりするんですけど。学校のチームが出来る前に、うちに来ちゃって。特別支援学校にいるのに、うちのクラブとして大会に出て、特別支援学校のチームと戦うっていうこともあったりします。なんで、お互いがお互いにライバル視してるようなところもあります。僕らも本当に優勝経験あったりするチームだったので、特別支援学校のチームが、生徒いるので、お互いに絶対負けん！て気持ちでやっています。去年、福井県で国体・全スポ大会があったんで、福井もいろんなチームが出て。その前の年に全国障害者スポーツ大会で卓球バレーなかったんですけど、全国大会が京都であったんですよ。それに、UNITIVE出て。今年は、茨城は福井特別支援学校のチームが出ることになったんです。僕らも声掛かったんですけど、家族で構成するチームなのでスケジュール的にか身体的に厳しくて、なかなかみんなと一緒に行動するのも難しいよねっていう話になって、今年は断念したんです。それで、福井特別支援学校のチームが行くことになりました。

——あれは、強い、弱いっていうのは、チームにありますか。

小林：戦略ですかね。でも正直、うちも戦略考えていても、そのとおりいかないんですよ、試合の展開もすごい早いので、ここをねらって打つっていうのもなかなかできなくて。流れのまんまコースを狙うとかっていうのとかしかできないっていうのが正直なところかな。相手の弱点を見つけてここが穴やっというところを見つけて、狙う。そんな感じでしています。

——チームの中では、障害の種別も多様ですか。

小林さん：今は、身体が多いですね。スポーツチャンバラもやってるんですけど、スポーツチャンバラに発達障害の子どもさんも若干いらっしゃいます。

——スポーツチャンバラ、面白いですもんね。

小林さん：僕もやったことあるんですけど、車いす操作しながら剣を振るって難しい。指導者が、発達障害のお子さんのお母さんなので、障害に対する理解があるのでいいですね。

——なるほど。それは気合入りますね。

小林さん：もともと、お子さんにさせるためにやり始めたみたいなんですけど、お母さんが指導者の資格まで取っちゃったみたいです。

——そしたら、小学生から高齢者まで幅広く。

小林さん：そうですね。健常の子供さんもスポチャンとか、車いすサッカーも一緒にやってるんですけど。彼は2018年の福井国体のスポチャンの交流大会に出ました。UNITIVE 291として初めて、スポチャンの大会に出場したんです。今は、三つの競技がメインになってます。

——卓球バレーとスポーツチャンバラと車いすサッカー。



小林さん：いや、車いすサッカーはやっていませんが、ポッチャを今はやっております。数年後には車いすサッカーも復活させたいです。

ポッチャも北信越の大会に、うちに所属してる福井特別支援学校の生徒が出ます。特別支援学校として出るようになってはいますが。いろんな競技に取り組んでくれるといいなと思っています。

——卓球バレーは、今週土曜日ってことですよね。

小林さん：第1土曜日は卓球バレーだけしかやってないんです今年度は。あと、第3土曜日に1時間程度やってます。

——何名さまぐらい、参加されてます。

小林さん：第1土曜日は、高齢者チームさんとかも来てくれるので、30～40名はいると思います。

——多いですね。

小林さん：卓球台、3台は必ず出ていて。1台12人なので、36なので。それが、3台目が足りないときもあったりするので、多分30前後ぐらいは最低でもいるかなと。

——じゃあ順番待ちですね。

小林さん：でも順番にというか、一個一個ずれたりとかして、いろんなチームで対戦してみたいな感じでやってますね。

——そのチームメンバー、固定化されてるんですか、大体。

小林さん：ほぼ固定していますが、UNITIVE 291は、大会に出ようと思うと、学校行事とか

体調を崩すとかってなるので、誰かが変わるっていうことがあります。なので、こういうメンバーで出るよって言って練習してたのに、当日1人欠けるとかもあったりもします。

——場所、中学校ですか。

小林さん：活動場所は、今、コミュニティーセンターです。地域の公民館を借りています。

——結構、バリアフリーですか。

小林さん：今、二つコミセン、借りているんですが、両方とも、ここ2、3年で改修が入ったので、両方とも一応バリアフリーで、障害者用のトイレとかもあります。使い勝手はまあいいです。改修入る前だったら厳しい部分もあったと思うんですけど、たまたま坂井市がここ数年かけてコミセンをほぼ全部、順次改修とかしてるみたいで。自分たちのエリアのところは、2、3年前ぐらいに改修が入ってたので。

——情報保障はいかがですか。

小林さん：情報保障は、現在は聴覚とかもいらっしやらないので、ほぼ何もないのはないんですけど。1人、卓球バレーの指導者の方になるんですけど、通訳できる方がいらっしやるので。もし来られても、その方がいらっしやれば、手話通訳は可能です。あとは今のところ、本当に身体がメインなので、特別これが設置されているとかっていうのはないです。イベントをするときとかだけ、気を付けるようにはしています。手話通訳は無理でも、ボードなり、メモ用紙なり、必ず用意しとくっていうのはしています。

——スポーツ競技の用具っていうのは、クラブで提供されているんですか。



小林さん：用具は、今のところ、スポチャンに関しては、指導者の方が別で健常者のチームを指導しているので、その指導者の使っている道具を貸していただいてって感じですね。卓球バレーとかポッチャとかは、しあわせ福井スポーツ協会っていうのがありますが、その事業で、教室開いたうえで、道具買っていいという事業なので。それで買い足しています。

——置き場は、どこに置いてるんですか。

小林さん：置き場は、活動場所のコミセンの一角、物置みたいなのところがあって、そこに一応ほぼ置かしてもらっているのと、一部は僕の車の後ろに乗せています。

——全国障害者スポーツ大会の前後で会員さんって、増えたりとかありますか。

小林さん：でも、劇的ではないですけど、まあ増えてはいるかなとは思いますがね。

——逆にもともと、じゃあ今70名ぐらいの会員さん、最初っから、立ち上げ当初から。そういうわけではなかったのですか。

小林さん：最初は半分ぐらいです。20～30名ぐらいでした。卓球バレーチームとして高齢者チームさんが増えたりしてくれたので。そこまで一応数字はあるんですけど、ほぼ団体なので。収益的には正直厳しいですね。うち、団体会員っていうのがあるので。

——1つの団体でこの金額で、みんな入ってっ
ちやうってことですよ。

小林さん：一つの団体、20名ないぐらいです。
今そのあたりも見直しをしようかなと思っていま
す。比較的安いとは言われているんですけど。

——そうですね。保険はそれぞれに掛けるに
任せてるんですか。

小林さん：去年はスポーツ安全保険に入ってくだ
さいねって案内にとどめたんですけど、なか
かなか入ってくれなかったの。今年はクラブと
して、総合型向けの保険っていうのがあったの
でそれに入りました。

——団保ですよ、団体保険。

小林さん：団体傷害みたいなやつに、取りあえ
ず入りました。今年度に関しては、この会費の中
から充てましたね。スポーツ安全保険に、入っ
てと言っても、なかなか入ってくれないですよ。
難しいなと思って。車いすサッカーの大会とかも
開いたりすると、やっぱり、けがするリスクある
じゃないですか。転倒したりとか、手挟んだりと
かというのがあるので、やっぱり保険掛けなけれ
ばいけないと。

——あと、関係のある団体としては、特別支援
学校さんと、社会福祉協議会ですか。坂井市の
社協さんですか。あとは坂井市さんになるんでき
かね。

小林さん：坂井市さんは、年1回のイベントをす
るときの事業費を少しもらえるようになりました。
イベントを年1回、ユニバーサルスポーツ交流会っ
ていう形でやってます。あとは、関係する団体
としては、さっきの高齢者のチームですね。

——会員募集の広報はいかがですか。

小林さん：クラブの会員は、今まだ新しいのはで
きてないんですけど、一応パンフレットのなもの
を作って、会場のコミセンとか社協さん市役所と
かには置かせてもらっていたり。あとは、学校
なりには郵送するところはしています。

——ボランティアは募集されていますか。

小林さん：基本してないです。社協さんにボラン
ティア募集の話がきたりすると紹介してくださる
ときもあります。参加したいっていう人もいらっ
しゃるし、裏方として関わりたい、本当にボラン
ティアとしてやりたいっていう方もいらっしゃっ
たりはします。今、うちのサブマネージャーをやっ
ている人は、もともと社協さんにボランティアを
探していますって声があって、社協さんから、こ
んな方がいますがと、紹介されて。ボランティ
アっていうよりも一緒に参加するような感じにな
るよ、みたいな話をして、まあそれでもいいよっ
ていうことだったので来て、そのままずっと。選
手でも出るし、裏方もするし、みたいな感じになっ
たので、資格取ったらって話しになり、アシスタ
ントマネージャー取って。クラブマネージャーや
ればという話しもしてたんですが、いやいやとい
う感じだったので、今はまだサブマネージャーと
いう立場で関わっている状態です。

僕としては、車いすサッカーをもう一回復活させ
たい。たまにやってはいるんですが、個人的な
活動になっていて、なかなか広まらないので。。

——車いすサッカーは、日常的に車いすの使用
者でなければならないのですか。

小林さん：全然。ユニバーサルでいけます。健
常者の人でも、車いすに乗ってもらって、やっ
てもらう感じで。やはり電動車いすサッカーの知名
度が抜けているので、車いすサッカーっていうと、



電動車いすサッカーって言われてしまうんですよ。なんで、うちは手動ですっていうことで。あえて、名前もチェアスポーツ・チェアサッカーっていうふうに。UNITIVE の中で車いすサッカーをやっているときも、チェアスポーツ部っていう形にして。その中で、車いすサッカーとか車いすテニスとか。手動車いすサッカーっていうのも難しいので、チェアサッカーにしました。一時期、福井県チェアサッカー協会っていうのも立ち上げて、電動車いすのチームと合同で練習していたときもあります。1年ほどでしたけど、なかなか広まらなくて難しいなど。

もともと障害者スポーツからユニバーサルスポーツに取り組み出したのも、指導者協議会で体験教室をやったときに、子どもさんとか来るじゃないですか。その時、親御さんが、送ってきてまた、迎えに来るとか、見ているという状況を見て、親も一緒に参加すればいいのになあっていうのを思って。じゃあこれは、もうこっちでいこうと思って、ユニバーサルに方向転換しました。

——あんまり分けないほうがいいような気がしますけどね。

小林さん：分ける必要があるのかなと。今のUNITIVE を作る時に、そこが根底にあります。逆の発想ではないですけど、車いすに乗れば目線同じで一緒にスポーツできるやんっていうのがあって、これでいこうって。これのほうが絶対面白いわって思って、僕はもうユニバーサルでいこうと思って。障害者スポーツっていうものを別に、切ったわけでもなんでもありませんけど。

第3節 既存のスポーツをユニバーサル化した取組

(8) (一社) 日本ウォーキングサッカー協会

(東京都台東区)

回答者 理事 統括執行役員 佐藤 光則さん

調査日 2019年10月2日

——この活動を始めたきっかけは。

佐藤さん：日本サッカー協会さんとかお付き合いがある中で、グラスルーツ事業部という、草の根のサッカーを広げましょうという活動の中、同じサッカーの仲間の先輩から、こんな面白いサッカーあるよ、ということで教えていただいて。それがウォーキングサッカーなんです。

ウォーキングサッカーというのは非常にユニバーサル性があってこういうものは日本でも広がればいいんじゃないかっていうことでご紹介を頂いて、それを実際やってみて共感をしまして。その方と一緒にそういう活動をやる中で、これはもう間違いなく、サッカーの文化、スポーツの文化も変えられるし、もしかしたら社会性があるんじゃないかなと思ひまして、一念発起ではないんですけども、こういう協会を民間で立ち上げて、一般社団法人として2年前に立ち上げさせていただいたという。

ウォーキングサッカーの発祥地は、サッカーの発祥地でもあるイングランドです。イングランド各地域のアマチュアサッカークラブで盛んに活動されています。

——イギリスだと、ウォーキングフットボールになるんですか。

佐藤さん：そうですね。ウォーキングフットボールになります。最初私も聞いたときはウォーキングフットボールって聞いたんです。ウォーキングサッカーっていうふうに言いだしたのは私です。



私は社名を考へてるときに、誰にどのように普及を、こういう楽しいスポーツがあつて、こういうものを運動のきっかけとして、週1回、2回、毎週やつて、サッカーとかスポーツの楽しさをもう1回味わいませんかっていうことを知らせるにはどうしようっていったときに、フットボールだと、分かんない方がたくさんいる。そしたらやっぱり日本人になじみが多いサッカーのほうが・・・分かんない人はほぼいないと思うので。

——日本独自のルールっていうのはあるんですか。

佐藤さん：はい。スライディング禁止とかは世界の公式ルールにあるんですけど、ただ接触禁止といつても、サッカーなのでどうしてもボールを取り合うということで、どうしても接触というのは避けられないんです。私どもは、繰り返し体験会とかやった中で、これを減らしていく方法はなんだろうかっていうことを考えましたら、これはもう、ボールを取りにいかない。相手がプレーをしているときに、無理に相手の持つてるボールを引っ掛けて、ボールを取りにいかない。そ



第3節 既存のスポーツをユニバーサル化した取組

ういう形で、ディフェンスの仕方を、相手と接触しないような方向性で話しまして、そういうルールをこちらで設けて。

ウォーキングサッカーのルール：JWFA ではイングランド推奨の基本ルールに基づいた規約に準じます。

——日本ではこういうルールと

佐藤さん：はい。日本では。海外ではかなり。

——取りにいてもいいってことですか。

佐藤さん：結構当たったりぶつかったりっていうのは、プレーの中では当たり前にあるんです。どちらかというとしニア層、50代、それから60代が、ほとんど競技としてやってるので。ただ日本では興味持っていただく方が、ほぼサッカーをしていないかたがたです。まるっきりサッカーと関係ないかたがたも多い。

サッカーというとハードルがちょっと高いとか。サッカーには憧れをすごい持っている方がいらっしゃって、歩くんであればできるんじゃないかっていうことで。体験会でも多いときは7割近い方がサッカー未経験者っていうこともたくさんあるんです。

——全国各地でオファーが来て、一緒にボランティアとかで行かれる方とかいらっしゃいます？

佐藤さん：います。同じ協会の中に東京ウォーキングサッカークラブという、いわゆるクラブチームの形で会員の組織を募って実際にやる方もいらっしゃいます。やらなくても、こういうユニバーサルスポーツ、社会貢献できるスポーツを応援しようというかたがたもたくさんいらっしゃって。全国に今数百名いらっしゃって。そのかたがたが、ボランティアでお手伝いに来ていただいたりとか

——会費とか。

佐藤さん：年会費は3000円程度です。

——会員の人たちっていうのは



佐藤さん：小学生から、上は本当に80代ぐらいの方まで

——障害者の方も会員に

佐藤さん：多いです。障害者で、普及リーダーといいまして、これを全国に広めていただきたいということで。普及リーダーの資格ライセンスの養成の講習会もやってるんですけど。そういうところにも障害を持ったかたがたが、指導者として将来はなりたいて方もいらっしゃったり。普及も、私たちは、障害団体とも直接交流をさせていただいてるので、都度、私たちのイベントの中にご招待したり、来ていただいて、啓発の活動を応援をさせていただいたりとかしております。

——種別はどんなかたがたが多いですか。

佐藤さん：聴覚障害、視覚障害、脳性まひ、知的障がい、自閉症、ダウン症もあります。それ以外にも脳卒中をやられて、片まひの残ってる方も、なかなか運動したくてもできない方とかもいらっしゃって。身体負荷も自分のペースでコントロールしながらできるので、体に対しても、心

拍、そういうところに対しても、非常に身体への負担が少ないものだから。

——今は全国組織の下にクラブチームが直付いているようなイメージですか。

佐藤さん：そうですね。一度行ったところ、も



しくは私どもで勉強してライセンスを取った普及リーダーが、全国の地域で。ウォーキングサッカーは、行政でチームをつくったり、地域でチームをつくったり、仲間同士とかいろんなパターンがあるんですけれども。たくさん全国のクラブチームという形が増えて、そこで地域の中でもどんどん発展をして。

町おこしでの皆さんの人のつながりみたいなのがすごく増えたりとか。やり方によっていろんな角度から楽しめるという。私たちも、いろんなSDGsの提供、提案を、いわゆる地域包括ケアみたいな形で。私どもでコンサルティングですとか企画を、提案を出さしていただいて、いろいろ情報を提供させていただいております。

日本ウォーキングサッカー協会監修「ウォーキングサッカー健康プログラム」

JWFAが推進するウォーキングサッカーを通じて世代を超えて誰でもが安心してスポーツを楽しめる環境作りとサッカー文化の向上、サッカーを心から楽しむ発信をしながら、多くの方に興味を持てるような出会いと運動プログラムを継続し続けられるコミュニティの創出。地域の身体運動の促進や活性を推進していく体験会です。

——こういった体験会とか含めて、行政からと

か、費用面とかで、補助とかは

佐藤さん：お願いはしてるんですけど全くないです。イベントのオファーが来たときの予算ですとかそういうのは、各自治体にきちんと予算を付けていただいて。

——じゃあ企業さんとかもまだ

佐藤さん：いくつかご協賛の協力の話をしていただいています。

先日でも地域に根付いて皆さんと一緒に会社を運営されてる会社さまが、ウォーキングサッカーに理解をいただいて、スポーツドリンクとか牛乳のようなドリンクを提供していただいたり、あと、そこで骨密度の測定を。そういう機械を開発したりもしているので、そういうものをイベント会場でもやってもらったりですとか。今後は一緒に共同して、いろんな形で地域の発展を、このユニバーサルスポーツで広げていきたい

——参加者は各地元で集めてもらう。

佐藤さん：それもありますし、私どももSNSだったりホームページでやってるんですけども、アクセスは1日数万アクセスあるので、全国、世界からアクセスがあつて。どものサイトなりSNSで、例えば長野でやります、広島でやりますっていうのを打ち出すと、その周辺の地域。

ウォーキングサッカーのもたらす健康効果！社会的課題の解決へ

5000歩以上を歩き、更にサッカープレーの身体的刺激の運動効果が血流改善、脳に十分な血液が流れ「認知症予防」にも期待がされ骨粗鬆症、高血圧症、糖尿病予防、うつ病、引きこもりという精神的な医療効果も。楽しく継続出来る運動を日常生活に取り入れて効果的な歩くことを日々習慣付けることにより予防出来る病気がどんどん増えていきます。二時間あまりの、この

コミュニケーションプログラムを毎週定期的に継続が、運動生理学・理学療法・脳科学・精神心理学と健康とポジティブな社会的絆を統合出来ます。

——国際大会に出る場合は、別立てで、Jリーグみたいなものをつくらないと駄目ですね

佐藤さん：そうですね。国際大会に出る場合は、基本海外は、かなり競技的な形で進んでるので。ただ、同時にエンジョイ的なものも少しずつ。日本の影響があるみたいなんですけど。あと、オーストラリアとシンガポールも非常に今進んでまして。中東のカタール・ケープタウン
シンガポールは、日本の私たちと同じに、これは健康（ヘルスケア）だと、『Walking Football 4Health』という名称をつくって、大学のドクターがそのチームのまとめ役といますか。いかにこれが歩くことと、運動というか、それから精神的なものとかが、中高年から高齢者にかけて、どういう影響があるかっていうのをきちんと解説をして、様々な運動啓発をサッカーにつなげていったりして、僕らと同じような形を。

——話ちょっと変わりますが、サッカー会場は、会場はバリアフリーって今、完備されてますか。トイレだったりとか。

佐藤さん：かなり、東京よりも地方のほうが、そういう意味では設備が進んでいる地域もあります。地元の方とか、その企業の方が協力してすごい施設を造ったりですとか。地域にもよるんですけど。私たちウォーキングサッカーは場所は選ばないです。大きなグラウンドでなくても大丈夫。公園でも、駅前広場でも、例えば公民館の少し広めのリクレーションルームなども可能

——室内でも

佐藤さん：ちょっと天井高くてしっかり床があれば、室内でも全然できますし。はだしでもボー

ルを代えてやったりとか、いろんなことができるので。

——ボールは普通のサッカーのボールなんですか。

佐藤さん：これはサッカーのボールじゃなくて、フットサルのボールを使用しています。サッカーのボールでも全然できるんですけども、サッカーのボールというのは反発力が高いんです。ある程度狭いコート、その中でフットサルというと大体5人なんですけども、大体下手すると倍ぐらい、1チームで6人から8人。単純にというと一つのコートの中に15人とかいっぱいいるので。ローバウンドの弾まないボールというのが理想的で、これが安全面に対しても、ローバウンドなのでボールが跳ねていかない。

——ボール1個と広場だけあれば。

佐藤さん：そうです。費用かければ、それはいくらだってできると思います。でもそうすると、お金とかプロモーションとかで心がなくなってしまつて。お金をかけなくても集まる人たちの思いとか、これを普及していこうっていう思いでつながってるところもあるので。そういう意味では私たち協会が、運営やサポートを頑張っていかなければいけないなど。歩くサッカーを学ぶ推進は、経済的価値と社会的価値を両立する、スポーツの概念を超え、地域活性や企業、次世代産業等のステークホルダーの持続可能な成長に繋がる。スポーツの価値が地域に効果的に活用されることにより、持続可能な社会の実現を発信する。

(9) 日本パラアーティスティックスイミング協会 (京都府京都市)

回答者 事務局 中田 千穂さん
調査日 2019年12月11日

京都市北部の高野川沿いにある、京都市障害者スポーツセンターは、長い歴史と存在感のある障害者スポーツセンターとして知られている。ここを会場にパラアーティスティックスイミングフェスティバルが毎年開催されている。

スポーツセンターの職員で、日本パラアーティスティックスイミング協会の事務局を担当されている中田 千穂さんにお話を伺った。

——中田さんは事務局でどういうお立場になれるんですか。肩書は。

中田さん：肩書というより、職場の中で私が担当者になっています。職員（京都市障害者スポーツセンター）が事務局をしています。私はパラアーティスティックスイミングフェスティバル（旧：障害者シンクロナイズドスイミングフェスティバル）に、大学生のときからボランティアですっと来ていました。その後、ここ（京都市障害者スポーツセンター）に勤めだしたときから、事務局を担当しています。

2019年5月12日（日）

京都市障害者スポーツセンターのプールで『第28回パラアーティスティックスイミングフェスティバル』を開催します！

——この協会自体はいつからなんですか。大会見るともう28回ですもんね。

中田さん：もともと、自身がシンクロナイズドスイミングをされていた経験がある森田会長が、障害がある人たちの希望に合わせて、シンクロの動きを取り入れながら、水の中で体を動かす



ことに取り組まれていて、1983年に「全京都障害者水泳競技会」の開催に合わせて、ここでシンクロを発表したことがきっかけのひとつのようです。

それから、今は「全国障害者スポーツ大会」という障害者の国体があるのですが、1991年に石川県で「全国身体障害者スポーツ大会」が開催されたときに、オープニングで石川県の障害者シンクロチームが発表をされたということもあったようで、そこで京都で一緒にやらないかという話になったみたいですね。

——91年ですね。

中田さん：そうです。水泳競技のオープニングセレモニーのときに、障害者のシンクロを披露されました。翌年（1992年）に京都で障害者シンクロの発表会をすることが決まっていたので、ここで声をかけ、そこから、もう少し全国のいろんなチームを集めて発表会という形をしようという話になって、全国の人たちとのつながりでやり始めたというのがきっかけらしいです。

その後、「全国障害者シンクロナイズドスイミング連絡会」というものを1996年に発足したという流れがあり、現在の「日本パラアーティスティックスイミング協会」につながってきています。今、会長は森田会長で、副会長は長野のチーム

第3節 既存のスポーツをユニバーサル化した取組

と、名古屋のチームの方の2人をおいています。シンクロをやっていた方だけではないのですが、障害のある人と一緒に水中運動ができるということで立ち上げ当初から熱心に活動されていますね。

——最初から今のルールですか。

中田さん：いいえ違いますね。「ルール」と表現が合っているのかは難しいですね。健常者のシンクロは採点するんですけども、「パラアーティスティックスイミングフェスティバル」では採点をしていません。ただ、すべての演技に対して、国際審判の資格を持っている方や、オリンピックなど、第一線で活躍されている方にお越しいただき、講評をしていただいています。また、特に印象に残る演技に対して「ナイスパフォーマンス賞」を贈るということにしています。というのも、体の状態が違い過ぎて、一つの基準をつくって採点するというのは非常に難しい。採点するという事は、指先まできれいにそろっていれば芸術点とか出るじゃないですか。指先までがきれいに伸びているかっていうところは、手がなければ評価がしにくい。ただやはり、せっかくなので競技志向の人たちも何か成果が得られるようにということで、ソロの部だけは競技ルールを作っています。

当センターで行っている「パラアーティスティックスイミングフェスティバル」の中では、2018年に、「ソロ競技会」を開催しました。なぜソロだと競技会ができるかという、ソロの場合は、



その人自身の演技や技術を評価することができません。デュエットとかトリオとか、人数が増えてくると、構成されている人の障害がばらばらで、障害によってできることが違うので、それを統一するなどの条件がそろえにくい。だから今は、ソロだけは競技会をしてモチベーションにつなげようという動きをやろうとしてるところですね。とはいえ、長野では毎年ソロの競技会をやってきているんです。

——長野の大会はまた名称が違うんですか。

中田さん：違います。長野では、「NAGANO パラアーティスティックスイミングソロ競技会」として行っています。主催は「日本パラアーティスティックスイミング協会」で、協会の競技委員会と長野の副会長のリードで大会運営をされているので、事務局とは言いつつ私は情報集約をしているだけで、運営はすべて長野パラアーティスティックスイミング発表会実行委員会にお任せという状態になっています。

——この実行委員会は運営どなたが。

中田さん：小林副会長がリードしています。今は出場者が少なくなってきてはいるんですけど、ソロの競技会としてはこの長野の方が長く開催してきています。ソロに関しては、競技規則や採点基準を設けて、採点し、順位をつけています。一方、フェスティバルの規則では、演技を構成する人数の半数以上、例えば3人だったら2人以上が障害のある人で構成されるということと、演技時間などが決められています。

——それはここ(京都市障害者スポーツセンターで開かれるフェスティバル)と一緒にですかね。

中田さん：同じです。もともと重度の身体障害のある人もできるということで始まっているので、「誰かと一緒に」というのが基本にあります。



なので、1人では浮き身の姿勢とかは取れても、例えば音楽に合わせて動いたり、手を上げたり足を上げたりっていうことが難しい人も、誰かと一緒に水に入り、その人と一緒に手を上げるとかいう動作をすることで、一緒にシンクロを楽しめますよね。なので、チームなどのように、人数が増えていったとしても、半分以上は障害のある人、つまり半分は障害のない人も入るっていう仕組みになっています。障害のある人とない人という1対1の関係で、その組が5組いれば「10人」という計算になるんですけど、そういうチーム構成でも演技を作ることができるというルールになっています。

——そこはやっぱ介助者なんですかね。

中田さん：説明の都合上、「介助者」と言いましたが、障害のある人と同様に「演技者」になります。

——演技者なんですよ。全員障害がある人でも構わないんですか。

中田さん：もちろんです。

——それは問題ないんですね。

中田さん：そういうチームもあります。知的障害の男性ばかりのチームとかもありますし、股関節とかの置換手術されてる女性ばかりのチームとか。股関節の手術をすると立ち泳ぎが難し

たり、足を上げる角度が人によってまちまちだったりするのですべてをまったく同じように演技をそろえるということは難しいんですけど、他の表現をうまく使いながら演技されます。立ち泳ぎができなくても、泳いだり、浮けなくても、歩いたり、立って演技してもOKです。だから、浅いプールで足をついてる状態でも演技できます。フェスティバルを開催している京都市障害者スポーツセンターのプールは、1.15～1.2mしか深さがありません。足をプールの底につくことは、競技のアーティスティックスイミングなら減点対象になりますよね。パラアーティスティックスイミングフェスティバルでは採点もしないので減点もないし、足をついてはいけないというルールもない。「障害のある人とない人が一緒に楽しみましょう」から始まっているので。でも、もちろん立ち泳ぎのテクニックを持っている人もたくさんいるので、浅いプールでもそういう股関節とかに特に問題がない人は立ち泳ぎですずっとやることはできます。浮き身が取れれば浮き身でとか、ずっと背浮きの状態とか。それぞれができることを活かして演技されています。

——今回の調査の眼目がユニバーサル、障害があるなしにかかわらずということに重きがあるものですから、もうちょっと深く聞いちゃいますけど。そうするとどう考えればいいんですかね。全く演技をしない演技者として加わってる健常者、障害のない人って結構います？

中田さん：基本的には障害のある人もない人も水の中では平等に演技者として扱われているのですが、「まったく演技をしない人」となれば、「それ以外の場面で関わっている人」ということになります。つまり、コーチとか、チームのサポートメンバーとか。はじめは保護者や家族がサポートすることが多いのですが、本人さんが慣れてくると家族以外の人をサポートを利用するようになっていきます。

——例えば教室をやっていて、障害があるご本人がみえたりしますよね。そういうところで、そのボランティアとして関わるみたいな事柄っていうのもあるんですか。

中田さん：ありますね。うちのセンターの教室の場合は、障害のない人も申し込めるんですけど。

——教室にやりたいって来られて、他の障害がある方とマッチングが成立するなんてこともあり得るわけですか。

中田さん：うちの教室の場合はチームの演技を作っているのでも、1対1の関係はあまり生まれません。でも、障害のない人も、「障害者のアーティスティックスイミング教室」ということで申し込んでおられるので、まず1歩目が「障害のある人と一緒に参加する教室」というラインは分かっています。

どうやって採点基準を作るか今本当に考えあぐねています。やっとソロが固まり始めているので。それも全国のチームのコーチとかを集めて研修したりとかはするんですけど、どうしても評価の部分、例えば、障害特性を理解したうえで評価するのか、単純に障害特性を考えずに演技そのものを評価するのか、そこでジャッジのぐらつきが出てくるので、難しさはあります。

やるなら突き詰めたい人もいて当然ですよ。でも、競技志向は本当にまちまちだと思います。水に入って一緒に音楽に合わせて体を動かしてだけで十分って思える人もいれば、やるならちゃんと点数付けてほしいって人もいます。点数付けてほしい人の部分のニーズに応えるようにしてきたのがソロ競技会なので、そういうところを増やしていくともう少し競技人口が増えるのかなと。そういうふうな広がりがあるならチャレンジしたいって思える方も入ってもらえるのかなっていうふうには思っています。

障害区分はあるんだけど、ソロで競技会をする場合には区分ごとでわけて競いますが、ソ

ロ以外の場合は、ちゃんと区分に当てはまる人が出ているかどうかの確認のために使用しています。

——加点があるとかって種類の話じゃないですもんね。

中田さん：そうです。海外のチームも去年のソロの競技会には出てたんですけど。今、アメリカ、台湾、イタリア、カナダ、スペインブラジルなどから参加してくれるのですが、軽度の障害のある人がほとんどです。あとはダウン症の人とか、視覚障害とか。全盲の方が3人と健常者の子どもが3人とでチームを組んで出られたことがあっ



たんですけど、その時は視覚障害のある人はプールサイドをずっとつかんだまま手だけで演技していて、あとは泳げる障害のない3人が泳ぐだけだったので、ちょっと演技としては物足りない印象でした。だから、ここまで重度の障害のある人とか多様な障害のある人がプール全体をしっかり使って演技を構成してるっていうのは日本だけなんですよ。

——参加者を集める告知はどのようにされているんですか。

中田さん：協会登録をチームにしてもらっているので、登録チームには必ず要項を送ると、あとは全国の障害者スポーツセンターにチラシとかを送っていますね。

——参加費はあるんですか。

中田さん：参加費はあります。1演技1人当たり1,000円で、2演技までエントリーできます。

——費用的には先ほど参加費と、あとは。

中田さん：主催者の分担金。協賛金とか、助成金をいただいたり広告費なんかで賄っています。

——あちこちに普及に行くとかは？

中田さん：してますね。講習会や体験会をしたり。海外も行ったりすることもあります。海外で出会った人たちから広まって、今ではいろんな国の人たちが来てくれるという状況につながっています。

——全国障害者スポーツ大会のオープンでもいいですけど、競技種目になろうとか、パラリンピックの種目になろうとかっていうふうな方向性ってあるんですか。

中田さん：方向性といいますか、なりたい気持ちはある。ただ、置き去りにはしたくない。重度の障害の、そういう「競技」というものに乗れない人から始まっているので、その人たちを置き去りにすることはしたくないという考えです。



第28回 パラアーティスティック スイミング フェスティバル

旧 障害者シンクロナイズドスイミングフェスティバル

日時 **2019年 5月12日(日)** **観覧無料**
午前10時～

会場 **京都市障害者スポーツセンター**
京都市左京区高野玉岡町5番地 TEL 075-702-3370 FAX 075-702-3372

主催/日本パラアーティスティックスイミング協会・公益財団法人京都市障害者スポーツ協会・
一般社団法人京都障害者スポーツ振興会・公益財団法人京都新聞社会福祉事業団
後援/公益財団法人日本障がい者スポーツ協会・一般社団法人日本身体障がい者水泳連盟・
一般社団法人日本知的障害者水泳連盟・京都市・京都市・京都府教育委員会・
京都市教育委員会・公益財団法人京都府体育協会・公益財団法人京都市体育協会・
KBS京都・京都水泳協会・近畿水泳連盟アーティスティックスイミング委員会
協賛/大塚製薬株式会社・株式会社カスタネット
助成/公益財団法人京都オムロン地域協力基金
協力/京都障害者スポーツ指導者協議会・同志社大学学生支援センター障がい学生支援室・
立命館大学産業社会学部



交通：京都バス「高野玉岡町」下車

※お問い合わせは京都市障害者スポーツセンターへ
TEL 075-702-3370 FAX 075-702-3372
(手紙通訳をご利用になりたい場合は、4月24日迄にお知らせください)

第4節 ユニバーサルスポーツ競技を創造した取組

(10) 日本ふうせんバレーボール協会（福岡県北九州市）

回答者 事務局長 有延 忠剛さん
調査日 2019年10月30日

北九州市障害者スポーツセンター「アレアス」は、メディアドーム、市民球場、小倉競輪場などスポーツ施設が集中しているエリアにある。

日本ふうせんバレーボール協会はここに事務局がおかれている。

スポーツセンターの所長であり、協会の事務局長である、有延 忠剛さんにお話しを伺った。

——競技はどのようにして生まれたんですかね。

有延さん：1990年に、福岡県で開催された国体、その国体の後に行なわれる障害者の国体、今でいう、全国障害者スポーツ大会がきっかけです。北九州市も、車いすバスケットの会場になったりしましたが、その障害者スポーツ大会の種目の中に、「最重度の方のスポーツってないよね」ってということで、荒川孝一さんっていう方が中心になって、自分たちの手で重度障害者も参加できるスポーツを作ろうということになりました。その時に、荒川さんは、「障害のある人だけのスポーツにしない」、「障害のある人もない人も一緒に、かつ対等な立場で参加できる」という思いの中で作られました。

全国障害者スポーツ大会は、1965年から身体障がいのある人々を対象に行われてきた「全国身体障害者スポーツ大会」と、1992年から知的障がいのある人々を対象に行われてきた「全国知的障害者スポーツ大会」を統合した大会として、2001年から国民体育大会終了後に、同じ開催地で行われている。大会の目的は、パラリンピックなどの競技スポーツとは異なり、障がいのある人々の社会参加の推進や、国民の障がいのある



人々に対する理解を深めることにある。

有延さん：荒川さんは、学校でも生活の場でも、障がいのある人が何でもかんでも分け隔てられる社会ではなくて、地域の中で、重い障害のある人もない人もともに生きていく、あるいは障害のある人を包み込み、育てていく社会の必要性を感じていて、その考えがスポーツとして形作られたのが、ふうせんバレーボールです。

プレーにおいても、一般のバレーボールは、3回以内に相手コートに返しますが、障がいのある人とない人がコートの中に入って試合を行なおうとすると、勝とうとする意識が生まれ、障害のある人、あるいは障害の重い人にボールが回らないっていう事態にどうしてもなりがち。それじゃいけないっていうので、必ず全員が一度はボールに触れてから、相手コートに返すっていうこと



第4節 ユニバーサルスポーツ競技を創造した取組

をルール化してしまおうということで、誰もが参加できる、その場にいるだけじゃなくて、プレーにおいても全員が確実に参加できる形を作ったというのが、このふうせんバレーの一番重要なポイントです。

——日本ふうせんバレーボール協会。今、役員さんって、どれぐらいいらっしゃるんですか。

有延さん：理事で、8支部の20人弱ぐらいですかね。全国的に広がっているんですけども、競技的に取り組んでいるところが全国的にはまだまだというところですね。レクリエーションとかリハビリとかでは、国内だけではなく海外にも広がってるんですけど。

第30回全国ふうせんバレーボール大会

障害の有無、種類、程度に関わらず、誰もが対等に参加でき、一緒に楽しめるスポーツが『ふうせんバレーボール』です。

ふうせんバレーボールの普及を通して、誰もが対等な対場で参加することの意義や共感の輪を広め、障害のある人の社会参加を促進することを目的として、全国ふうせんバレーボール大会が開催されます。

開催場所 北九州市立総合体育館

——大体これは（全国ふうせんバレーボール大会）、ボランティアはどれくらいですか

有延さん：今回は300人の予定です。

——ボランティアって、どういう方々が集まられるんですか。

有延さん：地元の学生さんとか、大学生、高校生、あとボランティア団体、いろんな方々に協力いただく予定です。

ボランティア以外でも、とにかく今回は、一般の方にも、たくさん来ていただきたいと思ってい



ます。後援依頼も含め、様々な団体を巻き込む予定で、スポーツ関係機関や障害者団体、私が普段、関係している、ありとあらゆるところに声を掛けたいと思います。

さらに行政に対しても、ふうせんバレーで町づくりしませんかというふうな形で、自治会に案内させてもらったりとかですね。あと、市民センターの年間のレク行事に、ふうせんバレーを取り上げていただくようお願いしたり。そうすることで例えば、孤独死の問題とか、そういったことが地域で起きないようにとかですね。

「ふうせんバレーボールを通して、まちづくりを！」というキャッチフレーズでご提案させていただいています。

——参加者として、大体、何人ぐらい

有延さん：48チームで、大体500人。上は80代の方も。

今回は第30回の記念の大会ということで、普段であれば、いつも練習している選手たちが集まって、大会を開くっているイメージなんですけ



れども、この30年を節目として、もっといろいろな方に知っていただいて、さらに広げようと。北九州市内では、全国大会の他に、「小学生大会」とか、「高齢者中心の大会」とか、あと、「特別支援学級の大会」とか、多少ルールをアレンジして、様々な大会が開かれています。それぞれに取り組んでいる選手の方々に集まってもらって、デモンストレーションとしてゲームを見せていただく予定です。こういうふうにあレンジして、こんな楽しみ方もできるんですよというのもご覧いただいて。一般の方が体験できるコートも作ります。

あと、食べ物のコーナーも充実させたり、福祉車両を展示したりとかですね。そういった形で、一つのスポーツ大会ですけど、記念イベント的な



性格の催しに、今回はするように予定しております。

- 北九州市内での定期大会 一部抜粋
- 10月 特別支援学級スポーツ大会
- 11月 全国ふうせんバレーボール
- 1月 北九州市長杯小学生ふうせんバレーボール大会

有延さん：北九州だけでこれだけの大会が。高齢者が中心になってる大会は、高齢者向けにルールをアレンジしたりとかですね。小学生大会では、チームの中に障害児が1人入る形でチームを組んでくださいということですが。なかなか、それも難しく、いるチームもあれば、いないチームもある。障がいのある選手がいないチー

ムは、6人のうち1人が、椅子に座ってプレーするっていうルールにしています。

——なるほど

有延さん：小学生大会では障害のある人、ない人ではなくて、上級生、下級生が、一緒にプレーをする。上級生からしてみれば、なかなか下級生が、おぼつかないプレーをする。しかし、そこをうまくカバーするとかそういったことで、いろんな違いがある中で、しっかりみんなと協力してプレーして、ふうせんをつないで戦う、プレーするっていう。そういうことを、教育的、人間形成的な効果を理解し、期待していただきながら取り組んでいます。

——助成金は、北九州市さんとかが主ですか。

有延さん：はい、大会は北九州市から助成を受けています。実質は、障害者スポーツ協会というところが窓口になっています。日本ふうせんバレーボール協会の運営費については、主に企業、団体のご協賛やご寄付、あるいは個人や団体の賛助金が主な収入源となります。

ふうせんバレーボールはバトンミントンコートを使用し、ネットで打ち分けられたコートにそれぞれ1チームずつ6人ずつ入り、ネット越しに両チームがボール（ふうせん）を打合せスポーツです。一番の特徴は、障がいのある人と障がいのない人とはチームを組み、チーム全員がボールに触れ、10回以内で相手コートにボールを返すことことです。

——公認のルールは、基本的に協会さんが、改定する場合には、協会さんで決めるっていう格好ですよ。

有延さん：そうですね。年に1回、理事会をやってまして主にはそこで決まります。あとは、九州

中心にふうせんバレーボールの大会やっていますので、そのときに審判や関係者が集まって、ルール等についても協議しています。

——他の競技でもあるのかもしれませんが、他の競技と際立って違うのは、障害がない人も必ず入らなきゃいけないって、障害がある人も必ず関わらなければいけないというのがルール化されているところですかね。

有延さん：そうですね。公式のルールはその通りです。ただ、目的や対象者に合わせて、ルールを一部アレンジして行なう大会もあります。この間も、市内の自治会長さん等が集まる会議で、「(ふうせんバレーボールに取り組むのに) 障害のある人が入らないといけないんだけど、なかなか障害のある人が周りにいないんですよ。」という話があったんですが、「そうじゃないです。もちろん障害のある方が、周りにいれば、いるに越したことはないんですけども、いなくても、みんなで集まって、楽しくやっていただければいいんです。」っていうことでは、お話をさせていただいたんですけど。



韓国で開催したふうせんバレーボール講習会

実際に北九州市内で行なわれている大会の中には、「小学生ふうせんバレーボール大会」というのがあって、障害児がほとんどいない中で行われています。ただし、「上学年の児童が半分、低学年の児童が半分でメンバー構成して、その中に障害児が最低一人いることが望ましい。もしもいなければ選手の一人がいすに座ってプレーす

る」というルールに設定しています。

——何とか、対等じゃないですけど、対等にして対戦をしている

有延さん：それも、絶対そうしなくちゃいけないっていうことではなくてですね。主催する、企画される中で、いろいろ工夫されれば、それでいいのかなど。最低限大事にさせていただきたいのは、全員が触るっていうことですね。

——車いすバスケットでいう、ポイントみたいなものは、ないんですね、障害の重さで。

有延さん：一応ございます。ざっくり言いますと、重度の障害の方が1点、中度の障害の方が2点、軽度の方が3点。障害ない人が4点。6人が、18点以内という。

——総ポイント数があって、その中どう使おうと、チームの自由

有延さん：ええ。ただ、公式の大会では、1点が、なるべく入るようになって。重度、最重度の方が入るように。例えば全員中度の方が6人、3、3、3、3、3、3で、それでも18点にはなるんですけど・・・。

——レギュレーションではないけど、マナーですね。

有延さん：はい。

——あと、指導者とかは、資格制度ってあるんですか。審判とか指導者

有延さん：そうですね、審判が。

——1人1人、触ったとか。審判、大変そうですね

有延さん：6人、誰が触ってないのかとかですね。誰が何回、1人が2回までしか触れないので、それから10回以内での返球。正直、時々間違えることはあります。

ボール

バレーボール用に作られた大きめのよくはずむ風船です。

ピンク色が基本

結び口にテープを貼る

※鈴を2個入れる。

——2回は触っていいけど、3回は触っていけないとか、誰が考えたんだろう。自然にそう落ち込んだんですかね。(?)

有延さん：その当時の関係者で、いろいろ進めながら。

他にも、鈴が2個っていうのも、最初はなかったみたいで。全国大会に初めて視覚障害者の方が参加した時に、音がしなかったからプレーしづらかったことから鈴を入れるようになったとかですね。

今でもそうなんですけど、ルールについては、もちろん一応、今のルールはありますけど、それで完璧かっていうと、そうでもないかもしれない。

何を大事にするのか。いろんなところで取り組まれるときに、もう本当、工夫ですね。

取り組みやすい形にしていれば。

それから、よく誤解されるのが、「日本ふうせんバレーボール協会は、あくまで競技的なスポーツとして普及を図っている。」と言われてしまうんです。

それはどうしても、全国大会を開いてますので。年々、競技レベルっていうのは上がってっちゃうんですね、大会やると。

そうすると、最初はふうせんバレーも、もうほんとにアタックとかそういうのも、強いアタックとか

なくて、本当になんかみんな触って返すのが必死みたいな、そういう中でやってたのが、だんだん皆さん上手になっていって、アタックとかレシーブとか研究されていって、どうしたら勝てるのか。競技スポーツ、あるいは、要は、試合



をやると、継続的にやると、勝つぞってということに対する、それは人間の当然の心理があるので。

——当然ですよ。

有延さん：その中で、だんだん、もうほんとにすごいハードなアタックとか、サーブとかもすごい。特に若い人がプレーすると、この風船が、これぐらいの風船が、目にも止まらぬスピードで飛んでくるわけですね。痛くはないんですけど、恐怖心感じるぐらい。

でも、決してそれはふうせんバレーの全てではないんです。全国大会を見ると確かに、そういうふうに映る部分はあるんですけども……。私が個人的に考えているのは、スポーツっていうのは手段であって、このふうせんバレーも、あくまで手段であって、このスポーツを通して、いろんな違いのある人たちが、障害のある人が、ない人が、一緒に同じ競技をして、いろんな価値を見だしてですね。私の中では極端に言うところ世界平和なんです。私たちが広めたいのは、ふうせんバレーボールというスポーツもそうなんですけど、本当はスポーツの、その先にあるものなんです。

全国そして世界へ! 北九州発のユニバーサルスポーツ!!



第30回記念

全国ふうせん バレーボール大会

30th Anniversary All Japan Fusen Volleyball Tournament

令和元年 **12.1(日)** 午前9時開会式
※デモ・体験コーナーは10時スタート

入場無料
体験も無料!
なるべく上靴を
ご準備ください。

ピザ、ハンバーガー、
たこ焼き販売

会場 **北九州市立総合体育館**

北九州市八幡東区八王寺町4番1号

福祉車両
展示コーナー

参加チーム:48チーム **海外チームも参加予定です!**

作業所等
販売コーナー

ふうせんバレーボール
マスコットキャラクター
「フーボーくん」



お問い合わせ 日本ふうせんバレーボール協会事務局 〒802-0061 北九州市小倉北区三郎丸3-4-1 北九州市障害者スポーツセンター「アレアス」内
TEL:080-4310-4511 FAX:093-383-7854 E-mail:nihonfv@outlook.jp

ZENRIN

あいおいニッセイ同和損保
MS&AD INSURANCE GROUP

YASKAWA
安川電機

人も地球も健康に
Yakult

FCO-OP

(11) 日本卓球バレー連盟 (京都府京都市)

回答者 副会長 堀川 裕二さん
 調査日 2019年10月31日



日本卓球バレー連盟の活動を支えている堀川裕二さんは、障害者スポーツの日本におけるパイオニアとして有名な、社会福祉法人太陽の家の職員として、障害者スポーツの様々な競技、大会に携わってこられた。

今回は太陽の家をお借りしてお話を伺った。

——発祥の地は

堀川さん：大阪ですね。発祥の地っていうか、もともとは大阪の、僕が聞いているのは大阪府立刀根山支援学校（現校名）で始まったっていうことで。それが近畿地方の筋ジストロフィー児の学校のスポーツ大会のときに取り入れられた。交流会だったんですね。それに取り入れたっていうことで、そこに行ってた鳴滝養護学校っていう京都の学校の先生たちが持って帰ってきて、ルールを検討したり、用具を開発したりということで、今の形にほぼなってきたという形。それが1974年ぐらいなので。

——その当時から障害がないといわれる人も一緒に参加をするというスタイルだったんですか

堀川さん：いや、基本的には筋ジストロフィー児なので、重度障害者じゃないですか。補助っていう形で先生とかが入ってたんじゃないかなというのは大体、分かるんですけど。

——国内だと、県レベルの協会があるのはどれぐらいになりますか。

堀川さん：今、21です。日本連盟に加盟が19で、今年できて来年加盟という形を取っているのが岡山と新潟で。何とか24をまず目指して、過半数ですね。

多分、こういうスポーツってどっかで分岐点があると思うんです。わざわざ、なんで忙しいのに卓球バレーやるの？から、なんで卓球バレーやらないの？っていう、どっかに分岐点があると思うんです。一つの目安が過半数かなと思ってはいるんですけどね。

——堀川さんご自身は卓球バレーとのお付き合いっていうのは、もう長いですよな。

堀川さん：私は太陽の家に入って、2年してから京都に太陽の家ができて、それで行きまして。3年目の1988年に京都で、第24回の全国身体障害者スポーツ大会がありまして。

その大会っていうのは、結局、国体としての2巡目国体なんですよ、戦後始まったのが。最初は京都だけじゃなくて関西でやってるんですけど、その大会が2巡目になると、そこから、よく競技力の高い選手はあんまり来ないだとか、いろんな問題点があるじゃないですか、あと、マンネリ化っていうのがありますね。一巡するってことはみんな飽きてきているし、それまでの最初の狙いっていうのは、戦後のそういう時期をスポーツで盛り上げていこう、スポーツで。あとは施設ですよな。国体のときに施設を造って、そ

第4節 ユニバーサルスポーツ競技を創造した取組

れらを活用されてというのがあったと思うんですけど、やはりマンネリ化ってということで、デモンストレーション競技とか。その当時公開競技として行ったのが、車いす駅伝と、卓球バレーなんです。



——両方（車いす駅伝と卓球バレー）とも京都ならではのイメージですかね。

堀川さん：京都と大分の密接な関係ですね。卓球バレーはというと、ここは身体障害者スポーツ大会故の理由があるんですね。要するに知的障害、精神障害の人たちは出る種目がないわけですよね。彼らにも楽しんでもらいたいということで打ち出したのが、一つは、実はマスゲームなんです。ふれあい演技っていう初めて障害者が参加するマスゲームをやったのが京都なんですね。それと、もう一つがこの卓球バレーで、卓球バレーに京都府下の人たちがいっぱい参加するということ。

もう一つは、そういうみんなが出るためにやるので、特に卓球バレーをこの機会に一気にみんなに知ってもらおうというスタンスは弱かったですよ。要は京都府下のいろんな障害者の人に出てもらおうというほうが強かったので、あまりそこで浸透するということがなかったんですね。

京都太陽の家で1人、鳴滝養護学校の出身の人がいて、その人が卓球バレーやりたいって言って、じゃあ1チームつくろうぜということでチームをつくって、彼のためにみんなを集めて、チー

ムつくって出たのが、太陽の家と卓球バレーの直接の始まりになる。

実は、私はさっきのマスゲームの担当でした。ただ、そのときのふれあい演技の部長が片山先生っていう初代の卓球バレー連盟の会長で、私が副部長をやって、片山先生との出会いにもなってる。

身体障害者スポーツ大会が終わって、2年ぐらいして、卓球バレーも、一応、用具とかは一回、京都にいるときにもう送って、こんなあるからやってみたら？と。それで、集めて行ったんですね。練習して。1年目はぼこぼこにやられて、2年目はそこそこですよ。3年目に行ったときに、ふっと気付いたんです。卓球バレーって、これはみんなができるスポーツだし、別に京都まで来なくても周りで広めたほうがいいんじゃないかというふうに思ったんですよね。そのときは、私が大分県の障害者スポーツ指導者協議会の会長になった頃で。もう一つは、太陽の家には、むぎの会っていう自治会組織があってその会長にもその後なって。その両方をうまく使いながら県内とか、九州各地、山口ぐらいまで広めていったってというのが次の時期なんですね。

——しかし今、20幾つ

堀川さん：だから、あのときから倍ぐらいになってるんですね。それまでは九州と山口と、あと、あったのは最初スタートのとき、京都と和歌山と徳島ぐらいかな。で、大分大会でやろうということで。大分大会のお昼休みに、日本連盟を立ち上げることになって、京都の人たちも呼んでたので、和歌山もチームで来てましたし、九州、山口の人で一応、立ち上げた。

——2008年、11年前

堀川さん：そう。2008年10月12日、日本連盟の発足という形になりますね。翌年の2月に、また九州ブロックのスポーツ指導員の研修会の

ときに、京都からまた講師を呼んで、そこで理事会を開いて、初めてそこでブロック制を引きました。

今でもそうなんですけど、卓球バレーは中、西、東という三つのブロックですね。これはちょうど国体の順番のブロックと一緒になんですけど、中ブロックが近畿と中部で一番古い所ですね。その次が西ブロックで、九州と中四国。最後が東ブロックで、これは発足当時にはまだできてなかったんです。地区的には関東、東北・北海道ということで、その3ブロック制を引いている。

私としては少なく分けることによって大きなくくりになる。それで、それぞれを独立させたら、ある程度、日本の県じゃなくてアメリカの州みたいな、ちょっと力を持ったものとしてやっていきたいなと。というのは、参加する人が障害の重い人が多いので、車で勝手に行けないわけだから、もう少しエリアを縮めて、そこに一つの固まりをつくっていかうということで。現在もそうなんですけど、日本連盟の会長は1人、副会長はブロック長さんという形を取っています。

——これが、例えばこの3ブロック制なんですけど、それぞれのブロック大会も当然あるわけですよ。

堀川さん：そうです。もともと西ブロックは日本連盟ができる前からあったんですよ。九州、山口まで固まって。西ブロック公認の審判員制度までできてたんですね。その後日本連盟の審判員制度ができて、日本連盟が、3級、2級、1級で出したんですけど、実は2級のところでブロック公認審判がそこに相乗りした形で、それまで2級持ってた人は全員そっちに移しましょうという形。

—— 一体化されたわけですね

堀川さん：ええ。元の大分県ですね。ここから波及していったのが、佐賀とかそういう九州、

山口の各県もこういうの（指導者認定証）を持っているんですね。

なぜこういう県単位で出しているのかというと、僕は、県は県の帰属性とか、その独自性を出すことによって、それぞれが個々の力を付ける。ブロックはブロックの、個々の力を付ける。その集まりという形にしないと。

—— 予算的には全国の予算があって、ブロックの予算があって、県の予算があるっていう考え方でいいんですかね

堀川さん：結局、県に下りていく予算っていうのは、指導者とか3級審判員っていうことだと。それは自由に使ってくださいよ、各県で自由に使っていていいですよ。ブロックには、2級審判員以上から入ってくるんです。プラスで1級とか、審査員の人からは県、ブロック、日本連盟の全部に入っていきますね。それと、各県が日本連盟に年間加盟費を出すんですね。そのうちの半分が、ブロックに返っていきます。そういうので賄っているっていうのがありますね。

卓球バレーは、障害の重い人も軽い人も、視覚・聴覚・肢体・知的の障害のある人も、障害のない人も、また年齢を問わず誰でも簡単に参加することができる競技です。

堀川さん：平均35歳の車いすバスケの選手と、平均年齢70歳の選手たちが決勝で互角の試合をやっているっていう。これこそが、卓球バレーの魅力なんだろうなと思うんですね。

●ルール

- ・1セット15点先取の3セットマッチ(2セット先取)
- ・1チーム6名ずつ。計12名が台を囲み、車いすの人は車いす、歩ける人は椅子に座って競技。
- ・木製のラケット(縦横30cm以下)で、卓球台から57mm上げたネットの下を、中に金属の玉が入ったボールを転がして打ち合う

第4節 ユニバーサルスポーツ競技を創造した取組

・ ネットの横の2人がブロッカー、残りの4人がサーバー。

・ 3打以内で相手コートに打ち返す

堀川さん：大会ルールってあるべきで、卓球バレーのルールブックには、どこにも障害者、健常者って書いてないんですよ。大会ルールとして健常者が2名とか1名とかいうのを取り入れているだけであって、基本的には入っていません。

——では大会ごとにバランスが変わろうと、種別がどうなろうと、それはそれなわけですね。

堀川さん：うん。ただ、例えばブロックの単位とか全国大会ってというのは、ほぼ大体、これでいこうっていうのはまとまってきた。組織がありますから、それに沿って大体、同じパターンをつくっている。その代わり、独自性も出せない。・・・クラスがありますよね。

——障害クラスですね。

堀川さん：障害っていうか、障害のクラス分けじゃなくて、強い、弱いクラスがありますね。

ターニングポイントとなった2011年

まずは、東日本大震災です。福島県から「避難所でもできるスポーツを」と白羽の矢が立ちました。人との人とのつながりが切れてしまったことで、閉鎖的になり、運動不足の人が増えたということもあり、その流れで、岩手県や宮城県にも訪れるようになりました。

堀川さん：「避難所でもできると思うから、卓球バレーの用具、何とかかならんかな」って言われて。それで10セット。福島に5セットと、仙台市に5セット。両方に送ったんです。そしたらすごい喜んでくれたんですけど、それから半年ぐらいて、ちゃんとルールとかもうちょっと習ったほう

が面白いんだろうなということで、それで行くことになって。2011年の12月に、初めて。

全国障害者スポーツ大会は、3日間の会期で開催され、全国から都道府県・指定都市選手団約5,500人（選手約3,500人＋役員約2,000人）が参加し、個人競技6競技、団体競技7競技



の13競技及びオープン競技が実施される国内最大の障害者スポーツの祭典です。

なぜオープン競技なのか？

この理由は「障がいの程度、年齢性別に関わらず多くの方々に卓球バレー（スポーツ）を楽しんでもらいたいから」。これには、大きく2つあります。1つは、全国障害者スポーツ大会の正式種目はどちらかという重度及び高齢障がい者が取組みづらい種目です。卓球バレーは、障がい程度や種別、年齢や性別の影響が極めて少なく、誰にでも取組みやすい種目であること。2つ目は、卓球バレーは団体種目となりますので、正式競技では地区予選会で優勝した6チームと開催県の7チームしか出場できません。よって、参加枠などを運営側で自由に決めることができるオープン競技で実施する方が、より多くの方々の参加の可能性が広がります。そして、卓球バレーをきっかけにいろいろなスポーツを楽しんでいただきたいと考えます。

2016年10月23日。希望郷いわて大会では全国から40チームが集い、総勢700名以上が参加。



リオオリンピック・ジャパンハウスでのデモンストレーション

堀川さん：正式競技で13競技やっても、障害の軽い人とか若い人が中心であって、障害が重い人とか高齢の障害者、特に高齢の障害の方が多くはないですか、岩手なんかでは。なんか出るものないよなあっていうことで悩んでたんですよ。それで、これだと思ってくれて。これをオープン競技でやると、みんな出れるんだよっていう話をしたら、やろうって言って。県の人たちも、ぜひこれをやろうとって、みんな推してくれて、1年後には正式に決まったんですね。

これでやった岩手大会ですけど、初物尽くしなんですね。まず一つは、東日本で初めてなんですよ。この大会が行われたのは。それから、全くゼロからの出発でやれたんです。このことが、後の福井や茨城に元気を与え、勇気を与えたんじゃないかなという。

3年あれば、同時並行で、普及をやりながらできますよっていう。そうすると、県内の人たちがいっぱい出れるんですよ。

だから、オープン競技の魅力ですよ。これを正式競技にしたら、卓球バレーの良さっていうのが半減しちゃうんです。全国から7チームしか来ないトーナメントをやってもしょうがない。卓球バレーの良さが全然、出てこないんです。

県内のチームはそんなにお金かからないから、来れるじゃないですか。みんながそうやって集まって。だから、本当に岩手は大きかったですね。オープン競技でやってこそ、卓球バレーはすごい地元の人たちがみんな盛りがれるんです。終わってから、どんどんまだ盛り上がってる。普通の競技は、終わったら2、3年でチームつぶ

れるってよくある話なんですけど、それからどんどん今も盛り上がって、岩手なんか今はもうすごいですよ。

逆に言うと、震災がなかったら絶対こうはなっていないだろうと。最近、よく地方でいろんな活動をしている人がいるじゃないですか。震災は残念なことだけど、今こんな活動、何ていうか、垣根を越えた活動とか、いろんなのって、震災がなかったらこんなことしてないですよと、みんな同じこと言ってるんだよね。そこでまとまったり、ちょっと垣根を越えたり、異文化とか異業種がつながったりというのが増えている。

世界に広がれ！卓球バレー！

日本発の誰でもできるユニバーサルスポーツ・卓球バレー

堀川さん：ドイツの障害者スポーツ指導者ってすごい進んでるので、いろんな障害別にもうちゃんと分かれてやって。日本みたいに、全部の障害を、全競技をやれなんてことは言わないんですよ。でも、ドイツの博士が何に感動してたかって、なんでこんなに障害も違う、年齢も違う人が、一緒にごちゃごちゃでやってうまくできるのかって、それで感動したって。

今までの障害者スポーツ、特に団体競技っていうのは、障害別っていうのが基本じゃないですか。それが障害を混ぜていってことになる、さっき言ったチーム数もどんどん増えるっていうことになってるわけであって。

障害を越えるっていうこと、それから地域の広がりって反比例しているんです。だから、全国大会は障害に特化した形でやらないと数がパンクしちゃうんだけど、それが田舎に行けば行くだけ人がいないから、高齢者が出る。究極は、何々家対何々家の対決でいいわけじゃないですか。ただしルールは1つだけ。取りあえず3世代入れてくださいというようなことができるのが卓球バレーだと思うんです。そういう広がり方を考えている。

第4節 ユニバーサルスポーツ競技を創造した取組

ユニバーサルスポーツとしての普及

2011年に50年ぶりに改められたスポーツ基本



法によって障害者スポーツを取り巻く状況は大きく変わってきています。今まで障害者に関わることがなかった多くのスポーツ関係者の「子どもから高齢者まで、障害のあるなしにかかわらず楽しめるユニバーサルスポーツ」への関心が高まっており、市町村のスポーツ推進委員や、総合型地域スポーツクラブの方々等からの用具購入や、指導者養成等の問い合わせが多くなっています。

さらにその動きは海外にも広がり、ここ数年、南米のブラジル、パラグアイ、アルゼンチンやラオスにおいても卓球バレー指導者が誕生し、その普及が急速に進みつつあります。

堀川さん：何か資格と違って大きいじゃないですか。県に登録したりしたら登録料払うけど、これは一生ものだよって。なぜかっていうと、今やってることって、バレーや、バスケットや、サッカーや、子どものときからマスコミとか学校で習って知ってるわけじゃないですか。そのレベルのことを今やってるわけで。

卓球バレーは何ぞやっていう、テレビで見分けるぐらいのことを今やってるわけなんです。だから、これは本当に入り口でいいよと。これを（指導者認定証）首からぶら下げてくれるだけでいいんだよ。これは何？って言われたら、実は卓

球バレーって面白いんだよって、それでいいじゃんっていう。そういう人を、まず増やしていかなければ。だから、審判員って言いたくないんです。指導者っていう名前にしている。

海外は、こういう指導者証という、これはラオス（指導者認定証）。読めないですけどね。

これは（指導者認定証）ブラジル。これは（指導者認定証）アルゼンチンですね。各国の国旗のイメージで色を変えて、ひもの色も違うんですよ。2色で大体、国のイメージを出している。こういう何かがあると、違うんですよ。何ていうんですか、認定証と違ってこんなのもらっても、しまっちゃうじゃないですか。これを（指導者認定証）首から掛けられることがいいですよ。

——南米の方って、卓球は認知度高いんですか。

堀川さん：卓球は、日系人が多いとやってますね。だから、卓球台は結構おいてありますよ。ラケットも結構あります。たまにないときも、卓球台なくてもどこでもやってるんですけどね。一番ひどかったのは、テーブルが椅子とセットになっている。これどうしようかなって。隅のほうにあれがあったんですよ。ホワイトボードが置いてあったんです。

——固定しちゃって

堀川さん：固定して、ちょっと狭いんですけど、4対4なんですけど。卓球バレーのラケットって斜めになって、くさび形じゃないですか。これを打ち込んで。だって4枚余ってるわけだから、それを打ち込んで水平を保とうとしたんです。結構、面白かったですよ。

第3章 事例調査の考察

第3章

事例調査の考察

第1節 要点の整理

表3 事例紹介団体のユニバーサルスポーツに関わる要点

団体名	取組の経緯	競技性	競技規則	主な資金源
めぐろスローエアロビックサークル	競技団体による普及活動の講座	無し	無し	会費、行政からの助成金
(NPO) スポネット弘前	母体である総合型地域スポーツクラブの取組の一環	クラブの日常活動で無し。大会への出場選手は有り	各競技大会規則に準拠	会費、行政からの助成金
(NPO) ジャパンユニバーサルスポーツ・ネットワーク	差別のない社会づくりを目指すことを目的として	競争ではなく主催者側で設定した走破時間でのラッキータイム賞を設定	有り	行政からの負担金、参加費、寄附金
(NPO) クラブしっきーズ	日本レクリエーション協会のモデル事業	無し。志木市事インディアカ大会の出場は有り	各競技大会規則に準拠。参加者によって規則、用具などを適合させている	会費、介護保険収入、助成金、寄附金
共生・共走マラソン実行委員会	障害福祉サービス事業所の周年記念行事	無し。自己申告によるぴったり賞を設定	無し。スケートボード等の禁止規定は有り	参加費、寄附金
(NPO) 越前市障がいスポーツクラブ	所属していた総合型地域スポーツクラブへの障害のある方の参加	フライングディスク、ソフトバレー、卓球は県、全国大会へ参加	各競技大会規則に準拠。参加者によって規則、用具などを適合させている	会費、行政からの委託金
春江町総合型地域スポーツクラブ UNITIVE291	障害者スポーツの競技団体をユニバーサルスポーツに力を入れる形で改変	卓球バレー、スポーツチャンバラは県、全国大会へ参加	各競技大会規則に準拠。参加者によって規則、用具などを適合させている	会費、助成金
(一社) 日本ウォーキングサッカー協会	日本サッカー協会グラスルーツ事業部の活動を紹介されて	有り。現在は体験会の実施のみ	有り。国際規則を变形させている	会費、寄附金
日本パラアーティスティックスイミング協会	特別支援学校での水中運動の取組を契機として	有り	有り。規則は大会によって異なる	参加費、行政等からの負担金
日本ふうせんバレーボール協会	重度の障害のある方が参加できる競技を求めて競技開発	有り。全国大会、障害者スポーツ大会のオープン競技参加地域有り	有り	参加費、行政からの負担金、寄附金
日本卓球バレー連盟	身体障害者スポーツ大会等への知的、精神障害のある方の参加を契機に	有り。全国大会、障害者スポーツ大会のオープン競技参加地域有り	有り	参加費、行政からの負担金

各団体のお話を伺う中で、ユニバーサルスポーツに関わる団体の要点について、整理をしたいと思います。それぞれの団体が、取組を始めるきっかけについて、その後の競技の内容、取り巻く支援者など多岐にわたる事柄が関連していると考えられる。ここでは、要点を整理し抽出を試みたい。

(1) 取組のきっかけから生まれる3つの類型

今回の聞き取り調査の結果、取組を始めたきっかけから生まれる3つの類型があると考えられる。以下のその類型を提示する。

①障害程度の重い方にもできるスポーツを～全国規模の競技団体での取組

全国規模の競技団体である、ふうせんバレー、卓球バレー、パラアーティスティックスイミングのそれぞれの協会について、いずれもその当時あったスポーツ競技では参加することが難しく、特別支援学校等の中で、模索される中で生まれてきた競技であるという共通点がある。長い歴史の中で、各地域の実施団体が競技規則を磨きながら、全体の規則に反映させてきたと考えられ、多くの障害のある方が参加でき、フェアに競争できる条件を整えてこられたものと考えられる。

障害者スポーツのルーツはリハビリテーションであることは良く知られている。障害のある方のスポーツをしたいという思いを受け止めながら、発展してきた一つの形であるといえる。

②障害の有無に関わらず共に参画することを重視した取組

一方で、障害の有無に関わらず共に取組ことを重視した、ユニバーサル駅伝、しっキーず、共生・共走マラソンの取組では、競技性よりも共に参画することに重きがおかれている。グループの作り方、表彰の仕方、競技ルール等に工夫がある。共生社会の道筋として、誰もが参加しやすいスポーツを題材に組み立てられ、団体の運営の手法や競技内容が整えられてきたと考えられる。

ユニバーサルという言葉の第一義である、「共通」ということを良く体現している取組であるといえる。

③参加しやすさを求められる総合型地域スポーツクラブでの取組

総合型地域スポーツクラブである、スポネット弘前、越前市障がいスポーツクラブ、春江町総合型地域スポーツクラブ UNITIVE291 は、地域で暮らす一員として、障害のある方の求めに応じた取組であると考えられる。競技種別、会場等は比較的なじみやすく参加しやすいものが選定され、競技規則についても参加者に一部を適合させる取組が見られる。

ひとりひとりの思いを拾いながら、取組ことのできる地域での取組は、障害のある方にとって取り組みやすい形のスタイルと言えよう。

(2) 競技性～勝敗の有無

勝敗の有無について、スポーツの大切な要素の一つでありえると同時に、障害の有無に関わらず同時に参加をする、ユニバーサルスポーツにおける重要な要素である。

勝敗のある場合、障害のないといわれる人々への規則における対応は、その競技や競技団体の基本的な考え方が表されると考えられる。

今回の事例の中での障害に起因すると考えられる勝敗を減らすための取組を例示する。

①障害が起因する不利益を減らす工夫

接触禁止。体験会を繰り返した中で、接触を減らしていく方法として（ウォーキングサッカー）

障害の程度によって点数化し、チームの合計点数を定め、その範囲内でチーム編成をする（風船バレー）

競技者は、車いすまたは椅子に座って競技しなければならない（卓球バレー）

②勝敗がない場合の動機付けのための工夫

同時に、勝敗をなくした場合には、参加における動機付けのため、工夫をしている取組を例示する。

「パラアーティスティックスイミングフェスティバル」では採点をせず、特に印象に残る演技に対して「ナイスパフォーマンス賞」を贈る（パラアーティスティックスイミング）

主催者が設定してラッキータイム賞の時間を設定し、一番近いチームがラッキータイム賞として表彰（おおたユニバーサル駅伝）

(3) 競技規則の明文化

新たな競技を創造するとき、はじめは少人数で身近にある用具を使い楽しみながらはじめた競技が、参加する人が増えていくにつれ、ルールができ、他のグループの人たちに共有され、更新されていくことは想像にたやすい。競技規則の明文化は、勝敗の基準になることは当たり前のことで、勝敗を明確にする競技では当然必要である。

また、取組のきっかけとなった、競技開発の経緯や、団体の規模、団体の性格などに密接な関係があると考えられる。

①競技規則の準用と適合

総合型地域スポーツクラブである、総合型地域スポーツクラブである、スポネット弘前、越前市障がいスポーツクラブ、春江町総合型地域スポーツクラブ UNITIVE291 では、様々な競技を行っているプログラムの中で、参加をしている障害のある方が興味を示した競技を行いながら、それぞれの障害特性に適合させたルールを自らつくり行っている例が見られる。ウォーキングサッカーについても、国際的な規則に独自の視点で手が加えられており、それぞれの団体が参加される障害のある方がより取組やすい工夫がされている。

②全国規模の競技団体の規則づくり

全国障害者スポーツ大会のオープン競技としても参加実績がある、日本卓球バレー協会、日本ふうせんバレー協会では、競技規則が公開され、公開性、透明性が高められている。また、規則の改正についても、役員会などでの議論の後に改正されるなど、より広い意見を集約することに重きを置いている。

また、参加者の障害種別に配慮して、大会ごとに競技規則を設定している場合や、県単位によって競技規則を設定し、参加をされている方に配慮をしているケースが見られる。

③ルールがない、もしくは少ない団体

地域で活動する総合型地域スポーツクラブや、障害の有無に関わらずチームを編成して参加する形の駅伝を行っている、ジャパンユニバーサルスポーツ・ネットワーク、共生・共走マラソン実行委員会については、なるべく簡素な規則を心がけていると感じられる。

間口を大きなものとして、多くの参加を得る中で共生する場づくりをしていこうという試みを、体験してもらいたいという団体側の意志が感じられる。

(4) 支援・協働・資金

団体の運営、競技大会を考えると、その支援の枠組み、協働の体制は大きな意味が考えられる。資金、ボランティアなどの人的な支援、広報など全ての点において、規模と比例する形で多くの支援体制が求められるだろう。

誰かの思いが形となり団体となったときには、賛同者の会費でまかなわれていた経費が、多くの人が参加していく中で多様化していることは容易に想像できる。ヒアリングの中で、関連する事柄と支援の枠組みについて要点を探りたい。

①資金面は会員・参加者による会費・参加費が主流

総合型地域スポーツクラブは会員の組織であると言え、基本的な運営費は会費によってまかなわれている。また、大会運営や大会参加では参加費を得るとことも同時に行われている。

②行政からの支援

特に大会運営費においては、行政が委託、助成などのかたちで、運営費の資金支援が行われている。全国障害者スポーツ大会などの全国大会などへは選手の派遣という形で支援が行われている。

また会場費の減免や使用の便宜供与など資金ではない支援も広く行われている。

この他、スポーツ振興くじ助成事業や福祉医療機構による助成事業などの助成団体による助成事業に応募している団体も多数ある。

③寄附金・企業などからの支援

寄附金については、大会運営への協賛という形での寄付受け入れが多数である。障害のある方に関する活動を行っている団体で、他の活動分野における寄附金の重要度とは違い、少ないように思える。

また、企業等からの支援についても多くはない印象を持った。パラリンピック競技では、企業による支援が大幅に増えており、今後考察が必要とされる事柄である。

④他の公的団体・NPO等との協働

全国規模の競技団体では、日本障害者スポーツ協会や競技団体との協働は一般的な形として見られる。また、地域の障害者スポーツ協会などとの交流も活発である。日本ふうせんバレー協会や日本パラアーティスティックスイミング協会は、事務局を担う担当職員を派遣するなど、緊密な支援の形もある。

地域の中で活動する団体においても、社会福祉協議会、特別支援学校、他のNPOなどとの協働は数多く見られ、広報活動を中心に緊密な関係を築いている。

第2節 要点の比較と考察

前節で事例調査の中から、ユニバーサルスポーツに関わる団体の主要な要点について、抽出を行った。これらの要点について、比較しながらユニバーサルスポーツについての考察を深めていきたい。

(1) 共通する考え方～適合性

ほとんどの団体が、実際に参加をされている方に対し、競技規則がありながらも柔軟に対応し、競技参加を促していることが特筆される。全国規模の競技団体についても、それぞれの競技規則とは別に、個別の大会における競技規則やローカルルールが存在している。同時に障害の有無に関わらず共に取組ことを重視していると考えられる、駅伝競技を中心とした取組についても同様で、なるべく間口を広げ多くの方に参加をしていただくという姿勢は共通している。

また、総合型地域スポーツクラブでの取組でも、競技規則を変形し、実際に参加をしている方ができる形に適合している。

この点については、団体の発足時に掲げられたそれぞれの理念に共通する、誰もが楽しめるスポーツを、という願いを体現しているものだと考えられる。

(2) 発足のきっかけ～スポーツに参加したいという願いの実現

あるひとりの障害のある方や、その支援者の願いから発足している団体の場合、当時存在した障害者スポーツでは参加することが難しかったため、競技を創造することから活動がスタートし、競技規則も決定過程も含めて重要視されていると考えられる。ひとりの願いを形にするとき、合意形成を大切にしていく結果、競技規則の決定過程や内容の透明性、明文化が深まっていったと考えられる。

当時の障害者スポーツではアプローチしづらかった、介助者と共に参加できる取組として、ユニバーサルスポーツ化が進んだ例といえる。

(3) 地域の中で共に暮らしたい～共生社会の理念の実現

総合型地域スポーツクラブで挙げた3つの団体は、それぞれ元の活動は違う団体の活動としてあり、活動の中で、障害の有無に関わらない社会づくりに向けた活動のため、新たにユニバーサルスポーツを通じて地域づくりへと団体を起こした共通点がある。障害のある子どもがスポーツクラブに参加しづらかった例や、モデル事業から始まった取組をユニバーサルスポーツを媒体として再構築した例が挙げられる。この点はスローエアロビックも同様で、従来のエアロビックでは参加しづらいと見られていた高齢者層に対するアプローチとして、スローエアロビックをプログラム化し、結果として障害のある方も参加しやすいものとなった例もある。

障害に関わる反差別の取組から、社会に訴求するための素材として、駅伝を取り組んだ例では、誰もがなるべく制約のない形で、一緒に取り組むことができるものとして、プログラム化されている。

(4) 支援体制～行政・障害者スポーツセンター等の役割

それぞれの団体が活動をする上で、行政、障害者スポーツセンター、あるいはその他の公的機関の支援が重要なものとなっている。

定例の活動場所の提供、大会運営に関わる資金、人的、会場、広報等の広範な支援が行われている。全国規模の競技団体においては、それぞれの競技種目の全国大会や全国障害者スポーツ大会への

参加支援など、団体の大小に関わらず多岐にわたる支援がされている。

また、各地の障害者スポーツセンターにおいては、団体の事務局を担っているケースが多く見られる。これらの支援体制について、下表で整理をした。

表 4 事例団体への支援

団体名	行政	障害者 スポーツセンター	学校	その他
めぐろスローエアロビックサークル	定例会場の提供 助成金	無し	無し	助成金
スポネット弘前	助成金 広報	地域内にスポー ツセンターなし		
ジャパンユニバーサルスポーツ・ネットワーク	大会共催、広報、 助成金、会場提 供	地域内にスポー ツセンターなし	実行委員会参画 ボランティア派 遣、参加者広報	情報保証支援
クラブしっきーず	助成金、事業委 託	地域内にスポー ツセンターなし	定例会場の提供 参加者募集	助成金
共生・共走マラソン実行委員会	事業後援	無し	無し	実行委員会参画
越前市障がいスポーツクラブ	定例会場提供 事業委託	地域内にスポー ツセンターなし	参加者募集	
春江町総合型地域スポーツクラブ UNITIVE291	定例会場提供 事業委託	用具借用 助成金	参加者募集	助成金
日本ウォーキングサッカー協会	事業委託	無し		
日本パラアーティスティックスイミング協会	事業後援	事務局担当者派 遣、大会共催		助成金
日本ふうせんバレーボール協会	大会会場提供、 参加者募集、大 会后援	事務局担当者派 遣、大会共催	参加者募集、地 域大会主催	助成金
日本卓球バレー連盟	全国障害者ス ポーツ大会への 参加者派遣			

(4) 取組を後押しする出来事

取組を始めたきっかけの中で、障害のある方がスポーツを取り組みたいという願いがあり、小さな集まりの中で繰り返しながら、競技が洗練され、取組の和が広がっていくことを聞き取りの中で実感することができた。あるひとりの願いから、周りの人に広がり、広く社会の中で共有されるためには、多くの時間が必要だろう。競技規則が整備されている団体の多くは長い歴史を持ち、試行錯誤を繰り返しながら、現在の形があるといえる。

同時に、全国障害者スポーツ大会等の大規模な事業や、取組を後押しする法制度の充実、取り組む拠点としての障害者スポーツセンターの設置など、取組を後押しする事柄があることも理解することができた。

小学校を拠点としたモデル事業→NPO法制定→総合型地域スポーツクラブ提唱(クラブしっきーず)、
全国身体障害者スポーツ大会開催→障害者スポーツセンター設置→パラアーティスティックスイミングフェスティバル開催(日本パラアーティスティックスイミング協会)、

以上のように例示することかできる。サークルレベルの取組が大きく発展をする契機として、社会的なきっかけづくりは大きな支援になると考えられる。

表5 障害者スポーツの主な出来事と事例紹介団体のトピック

年代	政策・制度の動向	障害者スポーツのトピック	事例紹介団体のトピック
1964		東京パラリンピック競技大会開催	
1965		日本身体障害者スポーツ協会設立 第1回全国身体障害者スポーツ大会開催。 2001年全国障害者スポーツ大会に統合。	
1970	障害者基本法制定。共生社会を目指す。	第1回日本車椅子バスケットボール選手権大会開催。以降毎年開催。	
1974	国連障害者生活環境専門家会議バリアフリーデザイン提唱	大阪市長居障がい者スポーツセンター設置。移行各地で障がい者スポーツ設置が進み現在25カ所。	
1975		極東・南太平洋障害者スポーツ連盟(FESPIC)設立。第1回フェスピック競技大会開催。2006年まで開催。	
1981	国際障害者年	第1回大分国際車いすマラソン大会開催。以降、毎年開催。	ナイスハート・ふれあいのスポーツ広場開催
1983			全京都身体障害者総合スポーツ大会水泳大会に水泳教室終了者によるシンクロナイズドスイミングチームが演技発表
1985	ロナルド・メイス「ユニバーサルデザイン」提唱		
1988		京都市障害者スポーツセンター開設 第24回全国身体障害者スポーツ大会(京都)	公開競技として卓球バレーを実施
1990			ふうせんバレーボール振興会設立
1991		ジャパンパラ夏季競技大会開催。以降、毎年開催。	
1992		第1回全国知的障害者スポーツ大会開催	第1回全国障害者シンクロナイズドスイミングフェスティバル開催
1993			第1回共生共走りレーマラソン開催
1995	文部科学省スポーツ振興基本計画において総合型地域スポーツクラブを推進		
1998	特定非営利活動促進法制定	第7回長野パラリンピック冬季競技大会開催	
1999	ヒューマンセントラルデザイン国際基準機構規格化	日本身体障害者スポーツ協会、日本障害者スポーツ協会に名称変更	卓球バレー全国発表会
2001		第1回全国障害者スポーツ大会(宮城県)	
2002			クラブしっキーず設立
2004	障害者基本法改正。差別禁止の明文化		
2006	国連障害者権利条約採択 障害の医学モデルから社会モデルへ		
2008		第8回全国障害者スポーツ大会(大分)	日本卓球バレー連盟設立 オープン競技として卓球バレー、ふうせんバレー実施
2010		第1回アジアパラリンピック競技大会(大分)	ジャパンユニバーサルスポーツ・ネットワーク設立
2011	障害者基本法改正 障害者権利条約批准に向けた障害者の定義の拡大と、合理的配慮概念の導入 スポーツ基本法制定		
2013	障害者権利条約批准を国会承認		
2015	スポーツ庁設置		めぐろスローエアロビックサークル設立
2017			越前市障がい者スポーツクラブ設立 春江町総合型地域スポーツクラブ UNITIVE291 設立 日本ウォーキングサッカー協会設立
2018		第18回全国障害者スポーツ大会(福井)	スポネット弘前ユニバーサルスポーツクラブ設立

※参考資料 日本障害者スポーツ協会発行「障害者スポーツの歴史と現状」
京都障害者スポーツ振興会ホームページ

【写真】「ふうせんバレーボール」というふたつの競技
上は、日本ふうせんバレーボール協会が行っている競技。
下は、当基金「ふれあいのスポーツ広場」で行われているふうせんバレー。



第4章 まとめと提言

第1節 ユニバーサルスポーツの特性と魅力

ここまで、ユニバーサルスポーツに取り組んでいる団体の方のお話を伺いながら、その特性や共通点を探ってきた。どの団体の取組も魅力的な取組で、従来のスポーツの枠組みを超える多様な取組をご理解いただけたと思う。

最終章として、ユニバーサルスポーツの共通する魅力を考え、今後の各団体の取組をより広げ、また新たな取組が始まることを期待として、まとめとしたい。

(1) 適合性～ひとりひとりに合わせるための規則づくり

昭和の半ばから、障害のある方が参加できるスポーツづくりが始まり、リハビリテーションとしてとらえ、とりわけ身体に障害のある方を対象としたスポーツ競技が行われるようになった。

その一方で、障害種別の特性上、参加し得ない方も数多くおられた。特別支援学校などでのその個人ができる形のスポーツづくりが始まった。また、当事者個人やその支援者が同じように自分自身ができるスポーツ、あるいは目の前の方ができるスポーツづくりの取組もあった。

スポーツ競技ができるきっかけとしてのこれらのできごとが、団体における重要な哲学になっていると考えられる。すなわち、ひとりひとりに合わせていく、できない人をなるべく少なくという競技規則である。

競技規則を持たない団体においては、障害の有無に関わらず、スポーツを通じて共通の場を作り、お互いが支え合いながら取組ことを大切なこととし、ほとんど規制のない形で競技を行っている。あるいは、既成のスポーツ競技を行いながら、できないところを少しずつ変え、参加ができる形にしている。

競技規則を持ち、全国大会を行っている団体において、全国大会などの大きな大会では、協会の定める競技規則を厳守しながらも、地域での大会などにおいては、ローカルルールが設定されている例が多々あった。これは、規則の違いの意味を位置づけ、違いを許容しながら、参加をする方が広がることに寄与していると考えられる。

また、競技規則について、定期的な見直しを組織としてきちんと行っている団体も多くある。新たに参加者が増えたとき、やりづらいこと、できないことの整理を行い、できる形にしながら、その事柄を全国的な競技規則に反映させていることが見られた。まさにできない人がいないことを目指している団体の哲学そのものである。

規則によって固定化されない、柔軟で許容度の大きな団体の哲学は、それぞれの団体の理念を形にしている大きな要点と考えられるだろう。

(2) 多様性～参加者に属性をもとめない団体の姿勢

事例団体の中で共通している事柄の一つが、障害の種別を問わないという点であった。競技規則の中で、参加者の種別において規制されている事柄は、障害のある人と障害のない人が必ず一緒に参加しているという点である。その中で、障害の種別についての位置づけはなかった。

障害種別の特性によってクラス分けされる、障害者の競技スポーツのあり方とは異なり、チーム力や戦略が競技の勝敗を決める例（ふうせんバレーや卓球バレー）や、あえて情報保証せずにグループの中でコミュニケーションを高める手段にしている例（ユニバーサル駅伝やリレーマラソン）など、障害種

別や程度を揃え公平性を高める選択をするのではなく、チーム力を高める手段としていることが共通して見られる。同時に、高齢者に対するアプローチや他のマイノリティへのアプローチも見られる。

障害のある方に特化するだけではなく、地域社会のあり方そのものとも言え、ユニバーサルスポーツの特性の一つと考えられるだろう。

(3) 経済性～特別な用具、場所を要しない競技づくり

各団体に共通に言えることとして、特別な用具使用が少ないことが挙げられる。元々身近にあった競技用具や場所から、当事者やその支援者が創造していくための元となった用具が現在でも使用されている例が多くある。

卓球台とサウンドテーブルテニスで使用される音の鳴るピンポン球（卓球バレー）、バトミントンのコートとネット（ふうせんバレー）、フットサル用のボール（ウォーキングサッカー）など基本的な用具は既成の競技で使用されているものである。これはふたつの点で取り組みやすさを生む。

一つ目は、実際に身近にある競技用具でできることから生まれる取り組みやすさである。新たな競技用具を必要とした場合、実際に試すことのできる場がないと購入にはつながらないだろう。

二つ目は、経済性である。市販されている用具で、一般的な体育館にある用具の場合は、購入する必要がなく手軽に取り組むことができる。

工業デザインにおけるユニバーサルデザインの大きな利点は、多数生産されることから生まれる経済性である。基本的な用具を個人別にカスタマイズしながら競技ができることは、大きな要素の一つといえるだろう。

以上、3点の共通する事柄の他に、競技性（勝敗）のある競技の特性として、下記の事柄が挙げられる。

(4) 機会均等性～誰もが勝者に

フランスの社会学者、ロジェ・カイヨワの著書「遊びと人間」は、遊びの延長線上にあるスポーツを社会的に整理され名著として知られている。ここで遊びをミミクリ（模擬）、アレア（運・偶然）、アゴン（競争）、インリンクス（眩暈）に分類し、全ての遊び（スポーツ）は分類されていると説かれている。

今回の事例調査団体の中で、勝敗がある場合に障害による不利益が生まれないう、競技規則が工夫されている例がある。

障がいのある人と障がいのない人とがチームを組み、チーム全員がボールに触れ、10回以内で相手コートにボールを返す（ふうせんバレー）。

競技者は、車いすまたは椅子に座って競技しなければならない（卓球バレー）。

障害に配慮しながら競技規則を設定している好例である。勝敗はスポーツにおける重要な要素の一つと考えられ、そこに障害による不利益をなるべく少なくしようという努力の現れであるといえよう。

第2節 今後の方策

この調査研究の最後に、今までの事柄を踏まえて、ユニバーサルスポーツがより多くの地域、多くの方に参加が得られるよう、何点か提言を試みたい。

(1) ユニバーサルスポーツの特性と魅力を生かすために

今まで考察してきたユニバーサルスポーツの特性と魅力を有効に生かしていくために、ボトムアップ型の取組を提言していきたい。

今回の聞き取りの中でも、総合型地域スポーツクラブでの取組があったが、誰もが気軽にひとりひとりに合せたプログラムに参加することができるという、ユニバーサルスポーツの特性は、顔の見える地域の中で最も有効化されるのではないかと考える。

また、対象を細分化する必要がないユニバーサルスポーツの特性は、市町村単位よりも小さな範囲で、一定程度の参加者を得やすいのではないかと考える。

(2) より身近に～地域にある場を拠点とした取組

第2次スポーツ基本計画で提唱されている、障害のある方のスポーツ参加をより広げるための方策として、特別支援学校での障害児スポーツの参加と同時に、学校における障害児のスポーツ環境の充実がある。共生社会実現に向けたインクルーシブな学び場（障害の有無を問わずともに学ぶ）づくりが進められている現状で、障害の有無に関わらず共に参加することができるユニバーサルスポーツは、有意義な教材である。

また、地域住民にとっても、遠方の体育館へいかなければならない制約は大きなものといえる。学校を拠点とした、ユニバーサルスポーツの取組は、もっと多くの地域で取り組まれるべきであろう。事例で紹介した「クラブしっきーず」の取組は、モデルケースとして好例であると考えられる。

同時に、学校に限らず地域にある社会資源の中で、障害福祉サービス事業所に代表される、障害者を対象とした施設や、高齢者対象の施設など、福祉分野の社会資源においても、施設の社会化が重要度を増す中で有効な取組と考えられるのではないかと考える。

(3) よりユニバーサルに～社会資源の共有化

兵庫県では、平成30年に「ユニバーサル社会づくりの推進に関する条例」を、理念法ながら分野を分け隔てない、「支え合う文化」を継承し、ユニバーサル社会を実現するためという理念のもと、条例化した。その第1条を長文ながら引用する。

（ユニバーサル社会の実現）

第1条 年齢、性別、障害の有無、言語、文化等の違いに関わりなく、全ての人が地域社会の一員として尊重され、互いに支え合い、一人ひとりが持てる力を発揮して活動することができるユニバーサル社会は、次に掲げる社会の実現を図るための取組（以下「ユニバーサル社会づくり」という。）を通じて実現されなければならない。

- (1) 人と人が相互に人格と個性を尊重しつつ、支え合う社会
- (2) 全ての人がその能力を発揮して、多様な社会参加ができる社会
- (3) 生活に必要な情報を円滑に取得し、及び利用する多様な手段が確保され、自らが望む意思疎通の手段を選択することができる社会

- (4) 福祉のまちづくりの推進により、安全で安心な暮らしが確保される社会
 - (5) 全ての人にとって利用しやすく、質の高い製品及びサービスが普及する社会
- (以下略)

従来、全国共通サービスとして語られることの多かった「ユニバーサルサービス」とは違い、個性を尊重し合い、支えあう形として「ユニバーサル社会」と位置付けられている。

様々な課題ごとに取り組む組織、団体は数多い。今後人口減少していく中で、個別課題には専門性を持ちながらも、社会的資源を共有していく必要があると考えられる。スポーツ施設、競技用具、参加者などの移手段など、他分野の団体との共有化によって活動を広げられる可能性があると考えられる。

スポーツ分野についても同様に、専門的な事柄と共有できる事柄を整理し、共有できる事柄には協働で対処する姿勢が求められていくのではないだろうか。

(4) より多くの人に～障害のある方に限らず、より広く参加を得る

ユニバーサルスポーツは、現在障害のある方を対象とした事柄に考えられがちであるが、もっと広く対象者をとらえ、より参加の輪を広げ、他の分野のスポーツ団体との協働の中で、社会資源を共有していく取組の必要性が感じられる。

スローエアロビックの取組では、高齢化社会に対応した取組としてスタートをしたプロジェクトは、結果的に誰もが参加しやすいプログラムとなり、現在、障害福祉サービス事業所でも取り組まれている例がある。誰もが参加しやすいということは、汎用性が高いということであり、多くの属性を問わない参加者が得られやすいことと言える。

また、事例で紹介をしたふたつの駅伝スタイルのグループで行うリレー競争は、障害のある方だけではなく、外国籍の方を視野に入れている点も特記される。

障害のある方を対象とした活動を基盤としながら、より領域をひろげていることが広く認知されやすいのではないだろうか。

(5) この調査研究の終わりに

11 団体の活動の聞き取りを行い、共生社会実現のための方策として、ユニバーサルスポーツについて考えてきた。まだ活動を初めて数年の団体も、長い歴史を持ち全国的な活動の波及している団体も、活動としての理念は共通していることが確認でき、たいへん心強く感じられた。

ひとりのスポーツをしたいという願いを大切にすることの意味は、スポーツに限らず、いわゆる共生社会づくりに必要な事柄であろう。前節で提示した、適合性、多様性、経済性、機会均等性という4つの特性を提示したが、まだ私たちには見えないユニバーサルな特性があるかもしれない。

今後、今ある活動がより進化し、また、新たなスポーツが生まれ、スポーツがしたくてもできない方が一人づつ少なくなっていくことに期待をしたい。

資料 各団体の競技規則

各団体の競技規則の中で、公開されているものを掲載した。競技全体の規則、大会の競技規則など掲載している。ホームページなどでの掲載もあるので、各団体のホームページも合わせてご覧いただきたい。

(1) スローエアロビック

■スローエアロビックの誕生

『スローエアロビック®』はJAFが提唱する健康寿命の延伸を目的とした健康体力づくりのための運動プログラムです。JAFは2006年から静岡県袋井市と『エアロビックの町づくり』をすすめてまいりましたが、『脳フィットネス』を提唱する筑波大学の征矢英昭教授の指導の元に、認知症予防にも効果が期待できる軽運動として再構築を図りました。

現在は高齢社会への貢献活動としてスズキ（株）よりご協賛をいただき、47都道府県エアロビック連盟や関係指導者と連携し、全国への普及に取り組んでいます。

（公益社団法人日本エアロビック連盟 ホームページより）

■スローエアロビックとは？

スローエアロビックは、従来の激しいエアロビックをただ単にゆっくりした、“スローな”エアロビックではなく、スローフードやスローライフのように、質が高くて誰もが楽しみながら続けられる、そういう体操（運動）としてのエアロビックです。

従来の運動プログラムとしてのエアロビックは、音楽のテンポが130~150拍/分程度のアップテンポの音楽に合わせて、上下動をくり返しながらかきながら体を動かし続けるいわゆる「ワークアウト」のイメージを持っている方もいらっしゃるのではないのでしょうか。この根本には、なるべく体に多くの酸素を取り入れること、すなわち、より多くのエネルギーを消費することこそが運動効果を高める上で重要だという考え方がありました。動きも直線的でアーティフィシャル（人工的）なものも多く、普段運動をほとんどしていない人にとっては、なかなかなじみのない動きばかりです。

一方、スローエアロビックでは、シンプルで自然な動きを取り入れながら、カロリー消費ではなく、気分を好転させることを重視しています。音楽に合わせて楽しく体を動かすというエアロビックの本質的な魅力を、低強度領域の運動へと裾野を広げようという考え方に基いています。

今回ご紹介するのは、そんなスローエアロビックの基本として位置づけた3つの動作です。どの動きも音楽に合わせて腰を振り、つい笑顔がこぼれてしまうような動きをくり返します。振りを覚える煩わしさはありません。音楽に合わせて仲間と一緒に楽しく体を動かします。

決して頑張らず、無理をせず、誰もがそれぞれのライフスタイルの中で実践できるように。スローエアロビックにはそんな思いが込められています。

（公益社団法人日本エアロビック連盟 ホームページより）

■シンプル 無理のない自然な動きで

スローエアロビックは、体に無理のない自然な動きを反復して行います。「聞く」「伸ばす」「ひねる」の3つの基本の動きをベースに、見てすぐにまねのできる動きを組み合わせて、連続して動く楽しさを味わえるようなプログラムを工夫しましょう。

指導の際には、参加者が自分自身の姿勢や呼吸に意識を向けることができ、余裕を持って動けるような内容にすることが大切です。

参加者が振り付けを覚えることや、まねることが精いっぱいになってしまうような、複雑なものにならないようにしましょう。

■スマイル 仲間とのつながりを感じながら

スローエアロビックは、一人でも楽しむことができますが、たいていは教室やサークルに参加して行うことが多いので指導者は、参加者同士が気持ちよく交流できるように「仕掛け」をしましょう。ペアの動きやマッサージ、ゲームの要素を積極的に取込むことで、参加者同士のコミュニケーションが生まれます。

最近の研究では、中高齢者がメンタルヘルスと日常生活を維持するためには、他者と一緒に運動やスポーツを行うことが効果的であることがわかりました。一人できつい運動をするより、スローエアロビックで仲間ができて、その仲間と一緒に長く、楽しむことで、心と身体健康維持が期待できるのです。

■ソフト 運動中も「楽だ」と感じる低強度で

スローエアロビックの運動強度はゆったりとしたウォーキングと同じ低強度です。

低強度の運動は、運動中の心拍数が若い人で90～110拍/分程度、高齢者で80～100拍/分程度となる、息が軽くはすむ程度の軽運動です。自覚的にも楽であると感じる強度なので、運動に抵抗感のある人でも取り組みやすく、比較的継続しやすい運動強度といわれています。

また、最近の研究結果によると、記憶や注意判断力などの認知機能に対する効果は、中強度以上の運動と変わらないことが分かってきました。例えば、低強度の運動をたった10分間行うだけで、前頭葉や海馬と呼ばれる脳の認知機能に重要な部位が活性化し、認知機能が向上することが明らかになっています。

(以上、スローエアロビック LETTER201 8. 8vol105 参照)

■表1: 中・低強度運動の目安

運動強度	酸素摂取量	心拍数 (若齢者)	心拍数 (高齢者)	主観的強度 (RPE)
中程度	46 -64%V _O 2max	約 115 -140 拍/分	約 100-200 拍/分	12-13(ややきつい)
低強度	45%V _O 2max 以下	約 90 -115 拍/分	約 80 -100 拍/分	11(楽である) 以下

(2) おおたユニバーサル駅伝大会

さまざまな選手5人のユニバーサルチームを事務局が編成し、そこに中高生3名の伴走サポーターと学生2名のチームリーダーが加わり、10人が協力し合い、ランやウォークでタスキをつなぎます。チーム内は、当日初めて出会った10人がワンチームとなります。

選手として参加できる人は…小学生60・歳以上・視覚障がい者・車いす使用者・フリースタイル（聴覚・知的・精神障がいの方、他どなたでも）

サポーターとして参加する人は・・・研修を1回受けていただきます。

チームリーダー：チームのまとめ役。チームメンバーが安心して楽しく参加できるようサポートします。

1チーム2名。研修を受けた大学生・専門学校生など。

伴走サポーター：選手のサポート役をしながら、一緒にコースをまわります。研修を受けた中高生1チーム3名。

★1区間約1kmのコースを5人の選手がタスキをつなぐリレー競走です。

★チームごとに話し合い、チームの名前、走る順番、総合目標タイムを決めて申告します。

★事務局が設定した2つのタイム（非公開）に最も近いチームにラッキータイム賞が授与されます。

★大会当日選手一人一人に記録証が授与されます。

(3) 共生・共走リレーマラソン

■参加資格

障がい者、健常者、老若男女、赤ちゃんまで誰でも参加できます。

2人以上で、チームを組んでお申し込み下さい。チーム構成人数は2人以上であれば何人でも構いません。（1人での参加の方、チーム人数が不足の方、お気軽に事務局までご相談下さい。）

■マラソンルール

1周約1.2km。スタート後、5時間をタスキをつなぎリレー方式で共走します。各チーム誰か1人がコース上にいなければなりません。走法は車イスで走る人、車イスを押して走る人、杖をついて歩く人、視覚障がい者で伴走者と共に走る人、電動車イスで走る人、パフォーマンスして走る人、もちろん単独で走る人、という様に、走り方は自由です。自転車・ローラースケート・ローラーシューズ・キックボード等は事故防止のために禁止です。

(4) パラアーティスティックスイミングフェスティバル規則

1. 種目

パラアーティスティックスイミングの種目は、ソロ、デュエット、トリオ、チームⅠ、チームⅡ、フリーコンビネーションとする。

2. セッション

2.1 ソロは、障害のある者 1 名で構成する。演技時間は、3 分以内とする。

2.2 デュエットは、障害のある者 1 名以上、2 名で構成する。演技時間は、3 分 30 秒以内とする。

2.3 トリオは、障害のある者 2 名以上、3 名で構成する。演技時間は、3 分 30 秒以内とする。

2.4 チームⅠは、4 名から 8 名で、半数以上を障害のある者で構成する。演技時間は、4 分以内とする。

2.5 チームⅡは、9 名以上で半数以上を障害のある者で構成する。演技時間は、4 分以内とする。

2.6 フリーコンビネーションは、10 名以上（半数以上は障害のある者）の演技者によって行われ、ルーティン（ソロ、デュエット、トリオ、チーム）の組み合わせによって構成される。演技時間は 5 分以内とする。

2.6.1 少なくとも 2 パートは 3 名以下、少なくとも 2 パートは 4 名以上で構成されなければならない。各パートは、その種目の規定に従う。パートの演技順序は自由とする。

2.6.2 最初のパートの開始は陸上でも水中でもよい。それに続くすべてのパートは、水中から開始しなければならない。

2.6.3 新しいパートは、できるかぎりその直前のパートが終了した場所から開始する。

2.6.4 演技をしていない者は、演技の妨げにならない場所で待機する。

2.7 演技

2.7.1 陸上動作は、10 秒以内であること。

2.7.2 プールの底に体の一部をつけてもよい。

3. 水着

3.1 水着は華美にならないこと。

3.2 装飾品、道具は使用してはならない。

3.3 浮き具、補助具は原則として使用してはならない。

4. 伴奏音楽

4.1 CD を使用すること。

4.2 CD には使用する曲のみ録音すること。

付則 1. この規則は、2007 年 11 月 11 日より実施される。

2. この規則は、2012 年 4 月 1 日改定、実施される。

3. この規則は、2018 年 3 月 24 日改定、2019 年 1 月 1 日より実施される。

(5) ふうせんバレーボール ルールと進行

【基本的なルール】

ふうせんバレーボールは、バドミントンコートを使用し、ネットで分けられたコートにそれぞれ1チーム6人ずつ入り、ネット越しに両チームがボール（ふうせん）を打ち合うスポーツです。一番の特徴は、障がいのある人と障がいのない人とがチームを組み、チーム全員がボールに触れ、10回以内で相手コートにボールを返すことです。

【コート・ネット・ボール】

- ① コートは、バドミントンコート（6.1 m×13.4 m）ネットの高さ（1.55 m）を使用し、ネットから2.5 mのラインを引き、サービスライン（アタックライン）とします。
- ② ボールは直径40 cmに膨らませ、ふうせんに鈴2個を入れ、結び口にビニルテープ（巾5 cm×長さ7 cm）を貼ったものを使用します。
- ③ 試合球は、ピンク色を基本とします。



【試合方法】

- ① 試合は1セットマッチで、チェンジコートはしません。
- ② 試合時間は、原則として15分間です。
- ③ 得点はラリーポイント制で、サーブ権の有無に関係なく加算され、15点先取で勝ちとします。ただし、時間との併用ルールですので、試合時間終了時点でも勝敗を決めます。

【チーム】

- ① チーム編成の人数は、大会主催者が決めます。
- ② コート内に入る選手は、
障がいのあるプレーヤー（ハンディプレーヤー=HP）3～4名（HL 1～3）
障がいのないプレーヤー（アドバンテージプレーヤー=AP）2～3名（HL 4）
で構成された6名です。（ハンディレベル=HLについては、後述）
- ③ ハンディレベル（HL）の基本の組み合わせは（1・2・3・4・4・4）ですが、チームの事情によりHLの枠を広げています。（HL 1…重度障がい者）

(1・1・1・4・4・4) (1・1・2・4・4・4) (1・1・3・4・4・4)
(1・2・2・4・4・4) (1・2・3・3・4・4) (1・3・3・3・4・4)
(2・2・2・2・4・4) (2・2・3・3・4・4) (2・2・2・3・4・4)

等、組み合わせの持ち点が18点以内であれば、他にも多数あります。

ただし、HL 1がいない場合はHL 4（AP）は2名とします。（AP 2名は必ず入ります）

（試合中、持ち点が18点以内であれば、HLの低い選手がHLの高い選手に代わることは可）

例1 [1 2 2 4 4 4 → 1 2 3 4 4 4] 例2 [1 1 3 3 4 4 → 1 2 3 4 4 4] 等

(17点 ⇒ 18点) (16点 ⇒ 18点)

【進行】

- ① 試合前、キャプテンは主審にオーダー表を提出します。

- ② 主審の指示により、サービスラインに沿って並びます。
主審に近い方からゼッケン順に整列し、サーブ権を決めたあと挨拶をして試合開始を待ちます。
- ③ 本部から試合開始の指示後、主審の合図（呼笛シグナル）でサーブを行います。
（主審が笛を吹いた時からインプレー）
- ④ ボールが自コートに入ってから競技者6名全員がボールに触れ、規定打数10回以内で相手コートに返します
- ⑤ 規定打数の間に、1人が2回までボールに触れることができます。（連続は不可）
- ⑥ 競技者のポジションは自由とし、メンバーチェンジは何度でも行えますが、再度同選手が交代する場合は、同一選手と交代します
- ⑦ 作戦タイムは、キャプテンの申し出で1回（30秒以内）限りとることができますが、この時は、両チームともメンバーチェンジはできません。
（試合の残り時間が5分以内は原則として、作戦タイム及びメンバーチェンジはできません。）
- ⑧ やむを得ない場合は、試合時間内で1分間のメディカルタイムをとることができます。
- ⑨ 試合終了後は、主審の指示により開始時同様に整列し、両チームのキャプテンが得点及び勝敗を確認したうえで、得点と勝利チームをコールし挨拶をします。
- ⑩ 試合の裁定は、コートの主審がすべての権限を持ちます。

【勝敗】

- ① リーグ戦の順位の決め方
 - (1) 勝ち点の多いチーム（勝…3点、引き分け…1点、負…0点）
 - (2) 得失点差が大きいチーム
 - (3) 総得点の多いチーム
 - (4) 直接対決で勝利したチーム
 以上すべて同点の場合、代表者により抽選またはトスをして順位を決めます。
- ② 試合時間終了時点で同点の場合
 - ・リーグ戦は引き分け
 - ・トーナメント戦は、試合を止めずに1点差がつくまで続けます。
（ただし、制限時間内であれば、両方とも14対14でジュースとなり、2点差がつくまで試合を続けますが、制限時間になれば1点差でも試合終了となります。）
 なお、制限時間になり同点の場合は試合を続けますが、3分間延長しても同点の場合は抽選とします。

決勝戦においては、5分間延長しても同点の場合は、双方とも優勝とします。

- ③ 試合を棄権した場合は、0対15の負けとなります。

【試合の方法（全国大会）】（二部制：2016年から採用）

- ① 午前中は、前年度の成績により、前年度のA・Bクラスを一部、C・Dクラスを二部として、一部・二部のそれぞれのパートに分かれて予選のリーグ戦をします。（各パートは、前年度の各クラスから2チームずつの4チームで構成）初参加のチームは二部とします。
- ② 予選のリーグ戦では、パートごとに1位から4位までを決めて、一部リーグの1・2位はAクラス、3・4位はBクラス、二部リーグの1・2位はCクラス、3・4位はDクラスとして、午後の決勝トーナメントへ進みます。

- ③ 午後は、各クラスの決勝トーナメントを行います。
- ④ 試合時間は15分ですが、各クラスの決勝戦及びCクラスの3位決定戦は20分で行います。
- ⑤ 決勝において、Bクラスの下位3チームとCクラスの上位3チームは、次年度一部と二部を入れ替えます。

【サービス（サーブ）】 [④、⑤、⑥はHP（HL1・2）に対して配慮します]

- ① サーブは1本目を失敗しても、2本目を打つことができますが、いずれもネットに触れて入っても良いです。（サーブのネットイン可・2018年度より）

（1本目失敗後の選手交代は、原則としてできません。）

- ② サーブ権は、得点が入る毎に相手チームへ移動します。（サーブ交互制・2015年より採用）
- ③ サーブはゼッケン順に行い、1番はHPです。（APが2人続けてサーブはできません。）
- ④ サーブは、ボールを手より上にトスアップし行います。
- ⑤ サーブの空振りは1打とします。
- ⑥ サーブは、サーブ体制の後ボールが手から離れたのち中止しても1打とします。
- ⑦ APはサービスラインの後方から、HPは任意の場所から行います。

ただし、HPで打ち込みのできるプレイヤーは、サービスラインの後方からサーブを行います。（車いす使用者は、任意の場所から認めます。）

- ⑧ HP（HL3のスタンディングプレイヤーを除く）は、同チームの選手からトスのアシストとサーブ後に1打のアシストを受けることができますが、ネットに触れた後のアシストはできません。アシスト後のネットインは可です。ボールを投げ入れても構いません。

- ⑨ サービスオーダーミス

（1）サーブの前であれば、正規のサーバーに交代します。

（2）サーブ後であれば、抜かされたサーバーが次にサーブを行います。その次からは、正規のサーブ順

に戻ります。（例 3→4→6・・・3→4→6→5→1→2）

ただし、サービスオーダーミスの反則はとりません。

【反則】

[④、⑤については、HP（HL1・2）のやむを得ないプレーに対し配慮します]

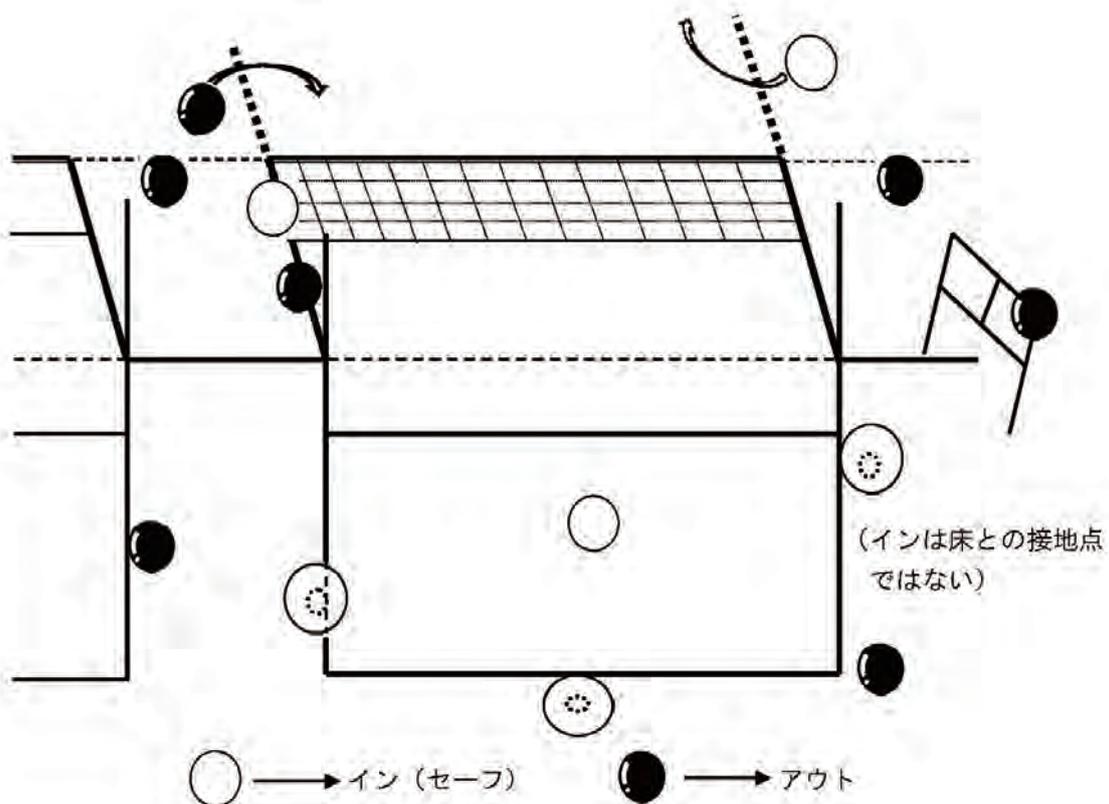
- ① ダブルフォルト サーブを2本とも失敗した場合
- ② ナットオール 全員がボールに触れる前に相手コートに返球した場合
- ③ オーバータイムス (1) 10回以内に相手コートに返球できなかった場合
(2) 同一プレイヤーが3回ボールに触れた場合
- ④ ドリブル 同一プレイヤーが連続2回ボールに触れた場合
ただし、サーブやアタックの第1レシーブの時、一連の動作におけるドリブルはとりません。
- ⑤ ホールディング ボールを持ったり、運ぶようなパスをした場合
- ⑥ ジャンプアタック ジャンプしてサーブやアタックをした場合
- ⑦ オーバーライン アタック（サービス）ラインを踏んだり、越えてアタックやサーブをした場合
上肢に障がいの少ないスタンディングプレイヤーも対象になります。

- ⑧ フットボール APの膝から下にボールが触れた場合
- ⑨ ナットパス HPへ故意に当てるようなパスをした場合、及びサーブのアシストとしてHPの頭上から落とすパスの場合
- ⑩ タッチネット ネット（ネット部分の支柱含む）に身体の一部及び補助具が触れた場合
- ⑪ オーバー・アンダーネット 身体の一部がネットの上方及び下方を越えてボールに触れた場合
- ⑫ ファウルタッチ 補助具で故意にボールに触れた場合
- ⑬ インターフェアアー 相手選手のプレーを妨害又は、威嚇・示威・人身攻撃した場合
(審判に対しての暴言なども含む)
- ⑭ テクニカルファール (1) 主審の許可を受けずに監督やコーチ・交代選手コート内に入った場合
(2) 不当なタイムアウトを要求した場合
(第1と第2サーブの間、2回目のタイムアウトなど)
(3) 明らかに遅延行為と思われる場合

⑬、⑭…… 1回目注意、2回目以降反則

(反則の回数は、チーム全体としてカウントされ、2回目以降は相手に得点が入ります。)

※ 補助具（車いす、杖等）にボールが当たっても1打とはなりません。



【その他】

《アウトオブバウンズ》

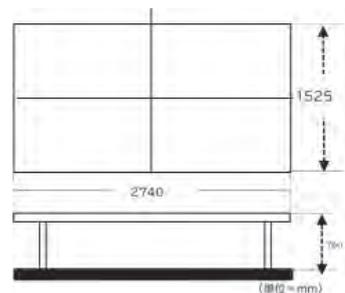
- ① ライン上のボールのイン・アウトの判定は、真上から見て、ボールの一部がラインにかかっていればイン、完全に離れた場合のみアウトとします。
- ② コート外の床、人、物にボールが触れた場合
- ③ 隣接コートやネットの延長線上に、ボール及びプレーヤーが触れた場合
- ④ ネットより下のボールにボールが当たるとアウトになります。ただし、ネットとボールに同時にボールが触れた場合は、アウトとはなりません。
- ⑤ ネット下のボール処理においては、センターラインがないので、手（肘から指先）や足（膝からつま先）が相手コートに入ってもよい。ただし、その際相手チームの選手や車いすに触れた場合や、その部分以外の身体が相手コートに入った場合は、インターフェアの反則となります。

(6) 卓球バレー競技規則

(A) 設備・用具

1. テーブル

テーブルは、長さ 2,740mm、幅 1,525mm の長方形で、床上 760mm の水平面とする。

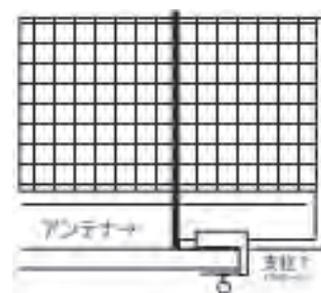


2. ボール

ボールは、直径が 40mm の球体で、その中に金属球 4 個が入り、総重量 3.6 ~ 3.8g とする。

3. ネット

テーブルの中央（エンドラインより 1,370mm）に、エンドラインと平行して、ネット（高さ 152.5mm）の下縁がコート面より 57mm の高さに垂直に張る。



- (1) ネットの下縁に幅 15mm の白布をたるまないように取り付ける。
- (2) ネットの下縁および上縁の各両端は支柱に取り付け、下縁を水平に張るものとする。
- (3) ネットの有効幅（両アンテナ間）は 1,400mm 以上で、網目の大きさが 7.5mm 平方以上 12.5mm 平方以下のものとし、色は暗緑色または青色とする。
- (4) サイドラインから一定距離のネットに、アンテナをたてる。（サポートを支える金具部分の先端より垂直にネットの上縁まで）。

4. 支柱（サポート）

ネットを支える支柱（サポート=金具）をテーブルに取り付ける。

5. ラケット

たて、よことも 300mm 以内の大きさの板（木製）で、かつ平坦で硬くなくてはならない。ラケット保持のための最小限の加工は許される。

6. 車いすまたは椅子

競技者は、車いすまたは椅子に座って競技しなければならない

(B) チーム（競技者）

1. チーム

- (1) 1 チーム 6 ~ 12 名の競技者で編成する。
- (2) 6 名のプレーヤーよりなり、そのうちネット側 2 名をブロッカー、他の 4 名をサーバーとする。

2. 監督、ゲームキャプテン

- (1) チーム登録メンバーの中に必ず監督、6 名のプレーヤーの中にゲームキャプテンを置くものとする。
- (2) 監督は、作戦タイム及び競技者交替を要求できる。
- (3) ゲームキャプテンは競技者の代弁者で、主審に対してジャッジについての説明を求めることができる。

3. 服装

- (1) 統一した色・模様ユニホーム、またはゼッケン（背中）を着用し、チーム名と選手名また

は選手番号を明記したものとする。

- (2) 監督及びゲームキャプテンは、大会規定による所定の位置に、わかるようにマークをつけるものとする。

(C) 勝敗

1 セットは 15 点（先取）、3 セットマッチで、2 セット先取したチームが勝ちとする。

(D) サービス権及びコート権の選択

両チームのゲームキャプテンは試合の開始に先立ち、最初のサーブを選ぶか、レシーブを選ぶか、コートを選ぶかについてトスを行い、勝った者がいずれかを優先的に選ぶことができる。

(E) サービス

1. サーバーの正面のエリア内にボールを静止させ、手を離す。主審の合図の後、速やかに（概ね 5 秒以内）行う。またボールは、ネット（支柱も含む）に触れることなく相手コートに達するものとする。
2. サービスはネットぎわの者（ブロッカー）を除いた残り 4 人（サーバー）で主審側から順番に行う 2 セット目以降のサーブは、前のセットで最初にしなかったチームから行う。
3. 各チーム 1 本ずつ交代で行う。
4. サービスの反則
 - (1) 正規のサービスを行わなかったとき
 - (2) 故意による空振り・フェイントは反則とする。
5. サービス順を間違えた時は、次のように対処して正規の順に戻す。
 - (1) ラリー中に気付いた場合、ラリーが終了した時点で正規の順に戻す。
 - (2) それまでの得点は有効である。
 - (3) サービスが始まってからのアペールは認められない。

(F) 打球

1. ブロッカーはサービスされたボールを 1 打で返球できない。
2. 相手コートへ 3 打以内に返球しなければならない。但し、3 打目のボールがネットに触れた場合は、もう 1 回だけ打つことができる。
3. 有効な打球とは、打球されたボールがネットの下をくぐり、相手コートに達した（触れた）場合をいう。サービス以外はネットに触れても、ネットの下をくぐるボールはすべて有効である。

(G) 得点

得点は全得点法（ラリーポイント制）をとる。

(H) 反則（次の場合、反則として相手側に 1 点を与える）

1. サービスミス
正規のサービスが行えなかったとき。
2. サービスブロック

ブロッカーが、サービスされたボールを直接相手コートに返したとき。

3. ボールアウト

自コートの台から出たときや、ネットの上を越えたとき。

4. ホールディング

ボールを押さえたり押し出したとき。

5. ドリブル

ボールに連続して2回以上触れたとき（但し、ネットに触れたときは、もう1回だけボールに触れることができる）。

6. サポート

打球したボールが支柱やアンテナ、その間のネットに触れたとき。または、支柱とアンテナの間の空間（ネット下）を通過したとき。

7. タッチネット

ラケットや身体が支柱やネットに触れたとき。

8. オーバーネット

ネットを越えて相手コート内にラケットや身体の一部が出たとき。

9. ボディボール

コート上でボールが身体などラケットの範囲以外にあたったとき、又打球したとき。ラケットの範囲とは、ラケット及びラケットを保持する手首まで。

10. ストップボール

自コート内で、ボールが静止したとき。

11. オーバータイムズ

3打以内で返球できなかったとき。

12. スタンディング

競技者が車いすまたは椅子から腰を浮かしたとき。車いすまたは椅子を動かしたとき。

13. インテンションファール

打球後、ラケットをわざと手から離したとき。コート上のボールを故意に吹いたり、あおいだりしたとき。

ラリー中、ラケットを持ち替えたとき。その他、競技者として相応しくないプレーをしたときや、バッドマナーがあったとき。

(1) その他

1. チェンジコートはしない。但し、コートの状態により、審判員の判断で実施することが出来る。

2. ラリー中の空振りとは原則として認めるが、ボールに影響が出たときは、主審の指示に従う。

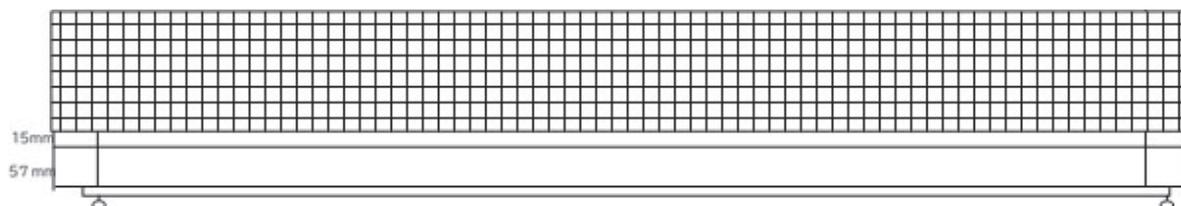
3. 台の継ぎ目でボールが止まる、またはイレギュラーしたときは、主審の判断でノーカウントとすることがある。

《卓球バレー競技規則の解説》

(A) 設備・用具

1. テーブル

- (1) テーブルの脚は、車いすが入りやすい形状のものが望ましい。
- (2) ボールをころがして競技する性質上、コート面は平坦で水平を保ち、継ぎ目がない方が望ましいが、現状ではなるべく継ぎ目で段差が生じないように配慮すること。
- (3) (公財) 日本卓球協会公認のものを使用する。



2. ボール

ボールは金属球の入ったもので、(公財) 日本障がい者スポーツ協会公認のものを使用する。

3. ネット

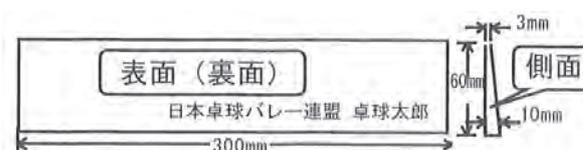
- (1) 一般の卓球用と長さ以外同じ規定のネットを上下逆にし、ネットの下縁に幅 15mm の白布をつけ、水平に弛みのないようにコート面から 57mm の高さと同じ間隔に張る。
- (2) ネット真下をコートの境界線とする。

4. サポート

- (1) テーブルに支柱 (サポート) を取り付けるとき、テーブル上 (サポートを支える金具の部分) に出る部分は、なるべく 少ない方がよい。
- (2) アンテナより外側のネット下にボールが通過しないよう、空間にフェンスを張るなど工夫する。

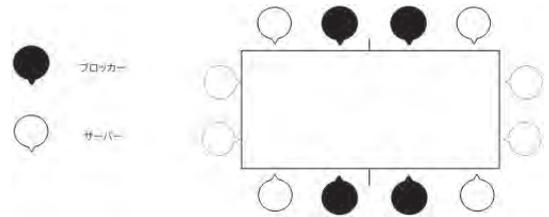
5. ラケット

- (1) 形状、重量は任意であるが、大きさは縦・横とも 300mm 以内の木質で、硬く平坦でなければならない (300mm 以内とは、ラケットを持つ部分も含む)。
- (2) 身体障害によりラケットの保持が困難な場合についてのみ、最小限に保持のための加工は差し支えない。また、単一色の布等で手、足、腕等に取り付けることは許される。
- (3) ラケット面の書き込み (文字・絵・塗り) で、競技に支障が出る、若しくは支障の出る恐れがある場合、主審は点検し、そのラケットの使用を中止できる。シール等の貼り付け等は禁止する。
- (4) 現在、卓球バレー用として、図のようなラケットが普及している。



(B) チーム（競技者）

1. 各チーム 6 名のプレーヤー（ブロッカー 2 名・サーバー 4 名）からなり、下図に位置するものをいう。
2. 主審の判定とルール解釈について抗議することはできない。
3. 作戦タイム、競技者交替はボールデッドになった時点で、監督が主審に申し出る。
4. 監督は作戦タイム（1 セット 1 回、30 秒）及び競技者交替（1 セット 2 回まで）を要求できる。交替競技者の数は 1 回につき 2 名以内とする（選手交替によるポジション交替は認めない）。ただし、競技者が競技を続けることができないと主審が判断した場合は、この限りではない。
5. ポジションの交替は、セットごととする（セット内のポジション交替は認められない）。



(C) 勝敗

1 ゲームは、15 点・3 セットマッチ（デュースなし）を原則とするが、大会規定により変更することができる。

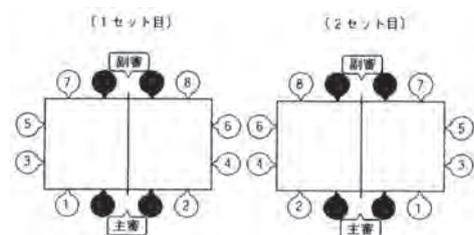
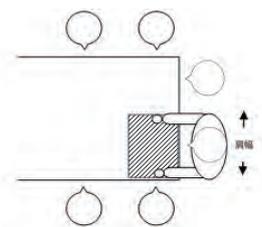
(D) サービス権・コートを選択

トスに勝ったゲームキャプテンは、次のいずれかを優先的に選ぶことができる。トスは、ジャンケン又はコインにより行う。

- ① 最初のサービス（先攻）を選ぶ権利
- ② サブプレシーブ（後攻）を選ぶ権利
- ③ コートを選ぶ権利

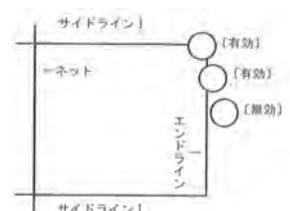
(E) サービス

1. 「サーバーの正面のエリア内」とは、下図の斜線の範囲内で、座位姿勢でボールが置け、ラケットの届く範囲である（障害の程度により、やむを得ない場合は、その限りではない）
2. サービスを打ち出す時のドリブルやホールディングはサービスの反則（サービスミス）となる。
3. サービス順について
 - (1) 1 から順に 8 までいくとまた 1 から始める。
 - (2) 2 セット目のサービスは前のセットで最初にしなかったチームから行う。1 セット目の続きから行うのではなく、1 番から行う。



(F) 打球

1. 有効な打球
 - (1) ボールがネットの下を通過し、コートに達した場合。
 - (2) 空間を含む、サイドライン・エンドライン内のボール（右図）
2. 打球がネットに触れた場合、同じ競技者はもう 1 回だけ打つことができる。



3. 打球の瞬間、故意にラケットを手から離したら反則とする（インテンションファール）。また故意でなくても、手から離れたラケットがネットや支柱に触れたり、相手チームのプレーに不利が生じたりした場合、反則とする。
4. 打球は片手でラケットを持って行うことを原則とするが、障害等の理由により試合前に主審に申告し、認められた場合、ラケットの扱いを次のように認める。
 - (1) 両手で持つ場合、両手首くるぶしの手前までをラケットとする。
 - (2) ラケットを持つ手で、肘を置かないと上肢を支えられない場合、肘までをラケットとする。
 - (3) 手以外の身体でラケットを保持する場合、主審がその状況を判断し、ラケットの範囲を決定する。
5. プレー中のラケットの持ち替えは認められない（インテンションファール）。

(G) 得点

1 セットは 15 点先取した方が勝ち（原則デュースなしとする）、また 3 セットマッチで 2 セット先取した方を勝ちとするが、大会の申し合わせ事項等により変更することができる。

(H) 反則

1. «サービスミス»について

ネットやサポートに触れても「サービスミス」となる。

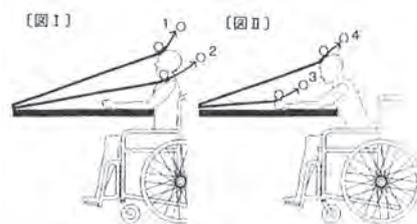
2. «サービスブロック»について

1 打目がネットに当たり、もう一度打って相手コートに入った場合は有効打とする。

3. «ボールアウトについて»

ネットの下をくぐり、相手コートに着地しない（宙に浮いた）ボールについて、次のように判断する。

(1) 図 I - 1・2 は、両方とも選手にボールが触れではいるが、コート外での触球なので、ボールアウトとなる（当てられた側の得点）。



(2) 図 II - 3・4 は、両方ともコート内での触球なので、ボディボールとなる（当てた側の得点）。

※解説（F）打球 1. の（2）及び図を参照のこと。

B チームコートの状況	反則の有無	判定（点イント）
コートに着地	インボール（有効打）	プレー続行
コート内でラケットに当たり、コートに着地	インボール（有効打）	プレー続行
コートに落ちて、ボールアウトになった	ボールアウト	A チーム
コート内でラケットに当たって（ワンタッチ）ボールアウトになった	ボールアウト	A チーム
コート内で体に当たった	ボディボール	A チーム
コート外に出た	ボールアウト	B チーム
コート外で体に当たった	ボールアウト	B チーム
コート外でラケットに当たった	ボールアウト	B チーム

4. «ホールディング»について

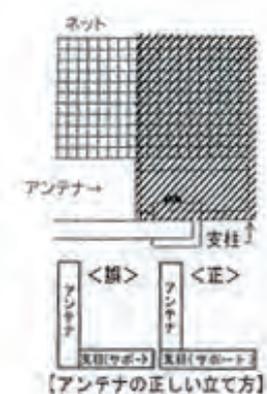
ボールを引きずったり、引き込んで押し出したりしたとき。

5. «ドリブル»について

ボールを弾き返さずにラケット面を転がった場合、2回以上当たったとみなしドリブルとする。

6. «サポート»について

右図の斜線部分全てがサポート部分（支柱及び支柱をとめる金具・卓球台の蝶番・アンテナ・アンテナと支柱の間のネット及び空間）となる。



7. «タッチネット»について

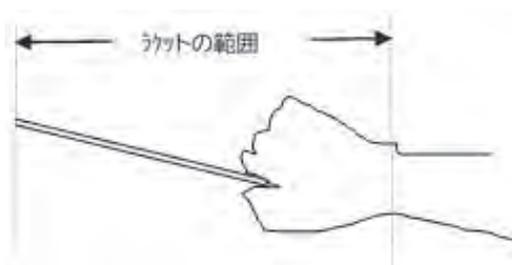
「打球後」「打球前」にかかわらず、プレー中ネットに触れたら反則とする。

8. «オーバーネット»について

「打球後」「打球前」にかかわらず、コート外であっても、ネットの延長線を越えて身体やラケットが出たら反則。ただし、円滑な競技の進行を考慮し、相手チームに著しい不利が認められない場合はプレー続行とする。

9. «ボディボール»について

ラケットの範囲とは、右図のように、ラケットを持った手の手首の突起した骨の手前（骨まで含まない）までが、ラケットの範囲。それ以外の体の部位及び車いす等への触球はボディボールとなる。



10. «ストップボール»について

ボールが完全に静止した状態をいう。同じ場所で回転している状態（自転）は有効球とする。

11. «オーバータイムズ»について

3打目がネットに触れたときは、もう一度（4打目）だけ打つことができる。

12. «スタンディング»について

「打球後」「打球前」にかかわらず、車いすまたは椅子を動かしたり、片方の脚を浮かしたりした時も含む（但し、身体障害等により動いた場合は除く）。

13. «インテンションファール»について

- (1) ラリー中、ラケットを持ち替えたとき。
- (2) ラリー中、両手で打ったとき。
- (3) ラリー中、ラケットをわざと手から離したとき。
- (4) コート上のボールを故意に吹いたり、あおいだりしたとき。
- (5) 競技者として相応しくないプレーや言動などバッドマナーがあったとき。

(1) その他

1. 試合に先立ち、主審は必ず「申し合わせ事項」の確認を行う。この場合、障害の程度等により主審が必要と認めたものに限り、相手チームに知らせる。
2. 審判長は、すべての権限をもつ。また、審判員の最終責任者である。

(7) ウォーキングサッカー基本ルール

- ①ボールに関与する、しない関係なしにプレーヤーは走れない。
(足が地面から離れると反則、常に片足が地面についている状態)(速歩は可)
- ②ボディコンタクト(チャージ)等は禁止
(故意に身体をぶつけると反則)
- ③アウトボールは、キックイン、又はアンダースロー
- ④コートサイズ、ゴールサイズはフットサルコートを基本にします。
- ⑤ 8人制を基本に行いますが、状況に応じて対応します。
- ⑥ 1.8メートル以上の高さに蹴りあげた場合は反則
- ⑦ ペナルティエリア内にはフィールドプレーヤーは原則進入禁止、GKはエリア外に出られない
- ⑧試合時間は7分ハーフ(前後半)
- ⑨試合使用球はローバウンドの4号球(フットサルボール)
それ以外はサッカーやフットサルのルールとほとんど同様です。

研究会メンバープロフィール



藤田 紀昭（ふじたもとあき）

筑波大学大学院修士課程終了
博士（社会福祉学）

現在、日本福祉大学スポーツ科学部教授

スポーツ庁スポーツ審議会スポーツ健康部会委員、（公財）日本障がい者スポーツ協会技術委員会副委員長、（一社）日本ボッチャ協会理事などを務める。著書に『パラリンピックの楽しみ方』『小学館』、『障害者スポーツの環境と可能性』（創文企画）などがある。



金山 千広（かなやま ちひろ）

広島大学大学院総合科学研究科博士課程後期修了 博士（学術）
立命館大学産業社会学部教授

日本障がい者スポーツ指導者協議会研修部員、（公財）兵庫県障害者スポーツ協会理事、スポーツ庁「地域における障害者スポーツ普及促進に関する専門委員」などを務める。

スポーツ経営学の立場から、学校や地域におけるインクルージョンの当事者による評価を検討している。著書『図とイラストで学ぶ新しいスポーツマネジメント』（大修館書店・分担）



林田 はるみ（はやしだ はるみ）

早稲田大学大学院博士課程終了
博士（スポーツ科学）

桐蔭横浜大学スポーツ健康政策学部教授

理学療法士、日本スポーツ協会アスレティックトレーナー、（公社）日本エアロビック連盟普及指導委員会委員長などを務める。

現在は特に酸化ストレスや免疫機能など、女性の健康づくりに関する研究を行なっている。

おわりに

全国津々浦々、ユニバーサルスポーツという言葉を頼りに、いや求めて？行脚した調査の旅をまとめた報告書となりました。

調査は、8月から12月という期間の中で、ユニバーサルスポーツをキーワードに、アットランダムに実施したことで、一つ一つの団体の個性と違いを毎回感じる事ができました。

各団体の方々への設立・経緯・携わり方等をヒアリングしていくうちに、今に至る歴史を垣間見る楽しさと驚きがありました。またそれ以上にインタビューされる方々の設立当初の想い等がじわじわと伝わってきて、その結果当初想定していた30分～1時間を超えてヒアリング調査をさせていただく方々も多々あり、さらに、ヒアリング項目にないヒアリングは、もしかしたら最も熱のこもった対談に発展したような気がします。それぐらいの熱量、意気込みがあってこそ、団体の活動を推進もしくは支えてこられたのではないかと。

地域の特性や時代背景等複雑に絡み合う社会において、数学の計算式に当てはめて正解にたどり着くような活動ではないため、様々なアプローチを模索し、時には後退し、また前進し、そして編み出されたスタイルは、紆余曲折があればあるほど、地に足のついた活動に感じられました。その一端を、そしてそれぞれの強みを橋渡しする報告書になっていれど願っています。

最後に、皆様の取組まれている活動がますます発展されることを願い、この調査に携わって頂いた各団体の皆様とこの調査の実施主体として携わっていた先生方に心から感謝致します。

(公益財団法人国際障害者年記念ナイスハート基金 高倉 和樹)