

vol.119

2023年3月号

公益財団法人国際障害者年記念 ナイスハート基金

〒105-0011 東京都港区芝公園 2-4-1 芝パークビル B 館 4 階

電話：03-3434-2170 FAX：03-5401-0681

URL: <https://www.niceheart.or.jp>



な い す は あ と



2022年度ふれあいのスポーツ広場 風船シュートの様子

表紙／写真	2022年度ふれあいのスポーツ広場 風船シュートの様子	1
報告／	2022年度ユニバーサルスポーツの普及に関する調査研究	2
	2023年度事業計画	4
お知らせ／	ふれあいのスポーツ広場上半期の開催日程・寄付金御礼	6



2022年度ユニバーサルスポーツの普及に関する調査研究

今年度の調査研究は、有識者の方々がコロナ禍において全国各地で取り組まれている内容をさらに深掘りし、レポートにまとめて頂きました。その中で、感染対策を踏まえた競技内容にモデルチェンジした、ふれあいのスポーツ広場の競技の特性についてのレポートを抜粋させていただきます。

【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
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
- ・佐藤 一樹さん 仙台ユニバーサルスポーツ研究会 代表

ウィズコロナにおける知的発達障害児・者のためのレクリエーション (運動会競技)

藤田 紀昭

日本福祉大学スポーツ科学部長・教授

(公財)国際障害者年記念ナイスハート基金が実施しているふれあいのスポーツ広場は障害のある人たちと実行委員(競技運営、補助者)が各種レクリエーションを通じてふれあい、互いの理解を深め、共生社会の実現に寄与することを目的としている。コロナ禍の前は、競技会場によって150人程度から700人程度の障害のある選手と、数十人から150人程度の実行委員が一堂に会してレクリエーションプログラムを楽しんでいた。

実施競技としては、ラジオ体操、20m程度のロープを並んだ人たちが順繰りに隣の人に送っていく「ロープ送り」、パラシュート(パラバルーン)を使った簡単なダンスの後にパラシュートの真ん中に空いた穴にボールを入れる「ホールインワン」、直径70～80センチ程度の大きな風船100個余りを相手のコートにできるだけたくさん入れる風船バレー、キンボールをネットに乗せて、リレーで運ぶ「キンボールリレー」、裏表2色に分けられたディスクをひっくり返し、自分のチームの色をたくさん上に向けてその数を競う「巨大オセロ」ゲーム、音楽に合わせてダンスをし、曲の間奏時にじゃんけんをして楽しむ「じゃんけんダンス」、や「フライングディスク」、「エアロビックダンス」などを実施していた。いずれも大人数の会場でも安全に効率よく実施でき、障害のある人と実行委員が文字通りふれあい、お互いに楽しめるよう工夫された競技もあった。

しかしながら、大人数で密になり、互いにふれあいながら楽しむこれらの競技はコロナウィルス感染拡大の環境下では極めて危険な競技であった。そこで、コロナ禍の状況でも、障害のある人とならない人がお互いに知りあい、同じ仲間として楽しみ共生社会に向けて歩みを進められる競技を考えなくてはならなかった。「ふれあいのスポーツ広場」の理念を止めないためにも、2020年の秋口から関係者が協議し、コロナ禍で可能なレクリエーション種目を検討した。

種目づくりにおける大きな課題は二つ、「密にならない」ことと「物理的にふれ合わないこと」であった。様々な角度から検討の結果、人数を大幅に制限し、選手(障害のある人)には間隔をあけて置いた椅子に座ってもらい、その場所をできるだけ動かず実施できる競技にするという方針が決まった。

以前のふれあいのスポーツ広場で行われていた「移動玉入れ」(かごを背負った人が5mほど間隔をあけた列の間を移動し、かごの中に玉を入れるというもの)の際、選手がかごを追いかけて密集になるということがあった。このときは、実行委員が選手の前に座り、選手が前に入るのを防ぎつつ、入らなかつ

た玉を拾い、選手のもとに戻すことで競技がうまく成立した。今回も何もない状態では選手が移動してしまうことが予想されたため、椅子を置き、その場所を拠点に準備運動や競技をしたり、タレントさんのパフォーマンスを見てもらったりすることにした。今回はこのような形でコロナ禍でも実施できた競技を3つ紹介する。なお、感染を予防するため以前のように昼食とり、お昼を挟んで競技を実施することはせず、午前中で終了するようにしているため、競技の実質的な時間は1時間弱である。

【じゃんけんダンス】

コロナ禍前にも実施していた種目である。当時は実施種目の最後に選手と実行委員が二人一組で向き合って手と手を合わせるなどしてダンスをし、間奏時にじゃんけんをし、負けた人が勝った人に洗濯ばさみをわたし、握手の後にお互いに移動し、新しいパートナーと同じことを繰り返すものだった。

今回は選手数名から25名程度、施設ごとに座っている前に指導者あるいは実行委員が立ち、一人の指導者や実行委員と各施設の選手が向かい合って立ち、ダンスやじゃんけんをして楽しむ形にした。実際に手を合わせることはなくし、洗濯ばさみのやり取りもなし、移動もなしという形で実施した。選手と参加しているすべての実行委員が実際にふれあい、笑顔を交わしながらダンスを楽しむ形からは大きく変わった。

そのため、選手と実行委員が触れ合うことはほとんどなくなってしまった。そこで、ふれあうのは難しくても関わり合うことはできると考え、修正した。改善した後は実行委員と選手が二人組を作り、向かい合って以前のようにダンスをする。しかし、選手とは互いに両手を前に伸ばして触れ合わない程度の距離を保ち、手を合わせることはしない。じゃんけんの後の握手はなくし、実行委員のみ移動して相手を変えることとした。以前ほどではないもののお互いにかかわる場面をつくることができた。

課題は実行委員にスムーズに密を作らないよう移動してもらうことである。

【風船シュート】

座っている選手に風船やスティックバルーンをわたす。実行委員6名が6m×6m程度の大きさのネットを広げるようにして持ち、選手の頭の上をネットが通り過ぎていくようにゆっくりと移動する。選手は座ったまま、風船やスティックバルーンをネットの上に投げて、のせる。チームの風船やスティックバルーンすべてを早く載せたチームが勝ちとなる。選手は自分の頭の上にはネットがあるときは載せることができないので、ネットが頭の上に来る寸前あるいは、通り過ぎた直後を狙って風船を投げることになる。ここでもネットを追いかけることがないよう、選手には椅子に座ったままで参加してもらう。

課題は風船をネットの上に載せること自体あまり難しいことではなく、面白みに欠けることである。最初は棒を使ってもう少し高い位置でネットを移動させようとしたが、ネットや棒がたわむなどしてうまくいかなかった。そのため直接ネットを持って移動することになった。

【風船パス】

この種目は3つの競技の最後に実施している種目である。この競技では選手は椅子を離れ（スペースが狭い場合は椅子を片付ける）、10人前後で一つの円を作って内側を向いて座る。円の中央と円の外側に実行委員を配置する。大きい風船（直径80cm前後）を使い、選手は風船をできるだけ落とさないように、チームの中でパスをしあう。大きく外に出るような場合や円の中に落ちそうな場合は実行委員が手伝ってパスをする。決められた時間内でできるだけ多くパスをしたチームが勝ちとなる。ただし、風船を床に落としてもパスの回数はリセットせず、落とす時の数から続けてカウントする。

課題は円を作るときに時間がかかってしまうことと、実行委員がパスの数を数え忘れることである。円の中央に立つ人をあらかじめ決めておき、立つ位置を示しておくこと、チームにかかわっている実行委員全員で数を数えることで改善できる。

2023 年度事業計画

1. ふれあいの広場事業

(1) ふれあいのスポーツ広場の実施

障害の有無に関わらず、軽スポーツを通じ、共に楽しみ、交流することを目的とし、当基金設立時より実施している事業です。1992 年度以降は「全日本自動車産業労働組合総連合会（自動車総連）」より物心両面にわたるご支援をいただきながら、開催しています。

2022 年度は、新型コロナウイルス感染拡大の影響により、開催の延期、中止となった会場もありましたが、全国 33 会場で開催することができました。

2023 年度は、ふれあいのスポーツ広場の意義・目的を踏まえつつ、感染予防対策を徹底しながら全都道府県での開催を目指します。

競技内容については、日本福祉大学の藤田紀昭教授を中心に、非接触で人との距離を保ちながら実施できるプログラムの開発を進めており、加えて密を防ぎ、換気や消毒を徹底するなど、スポーツ団体が規定するガイドラインに沿った運営に努めます。

また昨年度の実績と経験に基づき、試行錯誤しながらプログラムの内容を拡充していくための改善を行なって参ります。

引き続き、新型コロナウイルス感染拡大の状

況によっては、開催自体の延期・中止も視野に入れながらの準備作業となりますが、多くの関係者、ボランティアの皆様のご支援をいただきながら、全力で推進してまいります。

実施時期	2023 年 4 月～2024 年 3 月
開催地域	全都道府県を予定
開催数	全国 47 会場（予定）
共催	全日本自動車産業労働組合総連合会
後援	内閣府、スポーツ庁、開催都市、開催都市教育委員会等
協力団体	日本福祉大学 仙台ユニバーサルスポーツ研究会 （公社）日本エアロビック連盟



(2) ノンバーバル・コミュニケーション・ワークショップの実施

障害の有無に関わらずお互いが尊重しあえるように、ノンバーバル（非言語）という方法でコミュニケーションについて学ぶ場づくりをい



たします。

2023年度には、2020年7月の豪雨にて甚大な被害のあった熊本県人吉市内の障害者施設での実施を計画いたします。

実施時期：2023年12月

対象者：障害のある方、教職員、ボランティア等

ファシリテーター：庄崎 隆志氏

(office 風の器主宰・俳優・演出家)

メイミ氏

(漫談家・NPO法人笑顔工房 理事長)



2. 開発、普及及び育成事業

(1) 各事業報告書の発行

障害の有無に関わらず、共に楽しむことのできる手法で、様々な事業展開をしている中で、その考え方や手法を、多くの方に知っていただき、様々な活動の中で取り組んでいただけるよう、下記の報告書を発行致します。

刊行時期：2024年3月

発行部数：当基金ホームページにおいても掲示
無償配布。

発行報告書：ふれあいのスポーツ広場
ノンバーバル・コミュニケーション・
ワークショップ

(2) ニュースレターの発行

当基金が設立以来、事業活動の基礎とし周知に努めている障害の有無に関わらず共に楽しみ、共に取り組みながら相互理解を深めていくための「ふれあいの広場」事業を、その理念や活動内容、プログラムの手法などの情報を中心に掲載した機関誌「ないすはあと」を年4回発行します。

発行月：6月、9月、12月、3月

発行数：当基金ホームページにおいても掲示
無償配布。

内容：ふれあいの広場事業に関わるプログラム内容、手法、実施の状況等

～ふれあいのスポーツ広場上半期の開催日程～

自動車総連の皆様のご支援により全国各地で展開している「2023年ナイスハート・ふれあいのスポーツ広場」は、感染症対策を考慮した運営方法、競技内容、参加者の規模として、4月から開催を予定していますのでよろしくお願いいたします。(3月27日現在15会場を予定)

No.	開催地	日程	会場
1	鹿児島(鹿児島)	4月3日(月)	鹿児島市民体育館
2	富山(富山)	5月13日(土)	富山市八尾スポーツアリーナ
3	岩手(盛岡)	5月15日(月)	盛岡市総合アリーナ
4	徳島(鳴門)	5月17日(水)	鳴門・大塚スポーツパーク・アミノバリューホール
5	長野(東御)	5月20日(土)	東御中央公園第1体育館
6	山口(防府)	5月21日(日)	ソルトアリーナ防府
7	北海道(旭川)	5月22日(月)	道北アークス大雪アリーナ
8	福島(須賀川)	5月27日(土)	須賀川アリーナ
9	岡山(倉敷)	6月3日(土)	水島緑地福田公園体育館
10	京都(京都)	6月4日(日)	京都市障害者スポーツセンター
11	福岡(宗像)	6月13日(火)	宗像ユリックス
12	兵庫(神戸)	6月14日(水)	グリーンアリーナ神戸
13	沖縄(豊見城)	6月23日(金)	豊見城市民体育館
14	福井(越前)	7月1日(土)	丹南総合公園体育館
15	栃木(宇都宮)	7月22日(土)	わかくさアリーナ

※なお、今後の新型コロナウイルス感染症及び参加募集の状況により、開催の変更等があるかもしれませんので予めご了承くださいませ。

ナイスハートなご支援をありがとうございました

2023年1月から2023年3月迄の間に、当基金へ寄付金を頂戴いたしました。新型コロナウイルス感染症の影響により、当基金の活動も大きな影響を受けている中、今後の活動に向かう上で、たいへん励みになります。

いただきました資金は、それぞれの活動のために有効に使わせていただきます。ありがとうございました。

【寄付金】

袴 成光様

