東京都障害者スポーツ指導員協議会　http://www.tcsid.jp/

〒162-0823東京都新宿区神楽河岸1-1セントラルプラザ12階東京都障害者スポーツ協会気付

協議会たより

第133号　発行平成27年9月5日



**指導員協議会会長になって**

**～皆さんの声を!!　　　植田敏郎**

皆様におかれましては、日々、本協議会の活動をはじめ、障害者スポーツの振興にお力添えを頂き、深く感謝申し上げます。

　さて、今年度、最初の理事会におきまして、私が会長の任に就くこととなりました。今までの課題を整理し、少しでも指導者の活動を支えられるように、理事一同の力を結集して頑張ってまいりますので、何卒、よろしくお願い申し上げます。

　先ずは、理事会で表明させて頂いた、以下の課題に取り組み、会員に信頼される協議会を築いて参ります。

**１．東京都及び東京都障害者スポーツ協会との連携と相互理解を進めるための積極的な取り組みを進め**

**2020年東京オリ・パラへの指導員の参画並びに、2020年開催後のレガシーを意識づける。**

**２．区市町村（目標は中学校学区域）単位で障害者スポーツ振興を実現する仕組みを、都スポーツ協会と**

**の連携で実現する。**

**３．指導員協議会ホームページのリニューアル及びＳＮＳによる迅速な情報提供の検討。**

**４．理事会の活性化による、理事間の相互理解及び各部の事業の明確化と推進体制の確立。**

**５．会員に対する十分な説明責任を果たせる透明性の高い組織運営を図る。**

以上、５項目の取組を毎年度、見直し、修正を行い、戦略的に進めます。ぜひ、会員の皆様方のご意見をメールやＦＡＸで事務局へお送りください。よろしくお願い申し上げます。

**柚木秀彦**

**新理事の紹介(地域担当)**

今年度新理事をさせていただくことになりました柚木秀彦と申します。

都内、特別支援学校で教師として勤務しています。障害者スポーツ等に関わらせていただき11年になります。全国障害者スポーツ大会、学校での経験等を生かして、力になれればと思います。

どうぞよろしくお願いいたします。

**活　動　報　告**

**陸上競技～スラローム審判員として～**

6月に行われた第 16 回東京都障害者スポーツ大会で、「スラローム審判員」を務めました。

「スラローム」という車いす競技を初めて見た時、感動したのを覚えています。旗門と呼ばれる高さ 40 ㎝の円柱と円柱の間を車いすで前後に進み、コースの中央 2 本の旗門を八の字を描くようにくるりと回る。２ ｍの旗門のタイムを競う見事な車いす捌きが、まるでダンスを見ているようでした。

大会当日に驚いたのは、選手の“数”と“熱”。約 100 人の選手が 45 秒程に全力です。真剣に向き合う姿に、「集中して間違えのないように真摯に審判をしなければ選手に失礼だ！」という責任感が一層高まりました。私だけではなく、審判員チーム全体がその思いでまとまっていたように思います。

大会後、青々とした葉が生い茂る向暑の季節で暑さに疲れを感じているかと思えば、選手のエネルギーを肌いっぱいに感じ、むしろ活力を蓄えさせてもらっていました。大会に携われて心嬉しい気持ちです。(百瀬)

**第１６回東京都障害者スポーツ大会卓球競技のおてつだい**

平成２７年５月３０日（土）会場　　駒沢オリンピツク公園総合運動場　体育館

主催　　東京都/公益社団法人東京都障害者スポーツ協会

運営　　第１６回東京都障害者スポーツ大会実行委員会

参加者　　身体部門　　１３８名　　知的部門　７８名

会場は大変な熱氣溢れる雰囲で各選手好試合の連続でした。

年々大会の成果が出てたと思います。選手の皆様は大会を楽しみに日々練習をしている姿を見る事が出来ました。

今後も指導員協議会もサポートして大会のお手伝いをしましょう。(佐野守)

**都大会≪水泳競技≫　～ボランティア役員として参加して～**

本校高校生がボランティア役員として参加して８年目になります。私自身６年目となりました。毎年参加させて頂く中で、様々な角度から考えることの多い活動となっております。

この活動を通して子供たちの口から「感謝」という言葉が聞こえるようになりました。一生懸命に泳ぎ、キラキラと目を輝かせている選手たちの様子から、水泳の原点が見えてきます。また、それを支援し応援するご家族や指導者の方々の姿を見ていると、五体満足に生まれ、自分の選択によって色々なことに挑戦できる環境や、そしてそこには多くの方々の理解や協力があってこそスタート台に立つことができるという感謝の気持ちが芽生え、心が洗われるような感覚を抱きます。ついつい日常において不平不満をもらすこともありますが、そんな自分を振り返ると恥ずかしい気持ちにすらなってしまいます。

子供たちの選手を補助する様子も、教えたわけでもなく、自然と手を差し伸べる場面を見ると、とても温かい気持ちになります。私自身、出発合図の係をお手伝いさせて頂いておりますが、聴覚障害の方へのスタートには自分の動作に特に気を遣うことなど、勉強させて頂きました。ほんの些細な動作でも、「思いやり」一つで大きく変わってくることを学びました。

この活動に参加し始めて以来、日常生活の中でも少し目線を変えたり、視野を広げてみることで、世界が違ってくるのだと知りました。

今後もこの活動に参加させて頂きたいと考えております。(日本大学第二高等学校教諭　中山貴子）

**フォローアップ講習会「プールでの支援を学ぼう」に参加して　　受講者 橋口恵美**

　今回「重度障がい者の水泳活動の支援」に的を絞った講義と実技に参加させていただき.　私自身、腰部脊柱管狭窄症で下肢機能障害があり、多摩障害者スポーツセンターを利用させて頂いていますが、この７月に障がい者スポーツ指導員初級を取得した未熟な新参者です。日頃一緒に施設を利用している同士（同志）の皆さんがリハビリに頑張っている姿、障害があることを感じさせずにスポーツを楽しんでいる姿、また、こんな利用者たちを時には厳しくですが、いつも優しくサポートして下さるスタッフの姿に感化され、何か一緒にスポーツを通して自分も楽しみながら、お手伝いができればと思い、自分で何ができるのかと、いろいろな障がい者スポーツに参加しながら模索をしている最中です。

　そんな中で学んだ、今回の「プールでの支援」は、今まで接する機会がほとんどなかった重度障害児者のことを考えるきっかけになったと思います。講義の中で“教育の原点は重度障害者にあり”とお話しされたことが印象深いです。

　実技では、浮力によって下肢への負担がない、常に緊張しやすい全身が和らぐなどの水泳活動の利点を活かした水泳療法（ハロウィック水泳療法）は、ヘルパーも負担が少なくサポートできるのが勉強になりました。スイマーの腕や身体を掴むのではなく、手を添えるだけのサポート感覚は、まだまだぎこちないですが…。

　水泳療法で重度障害児者が水中で自主的に浮くことができるようになったり、前後左右に動くことができるようになったり、更に泳ぐことができるようになったら、これもスポーツがもたらす楽しさ、ストレス解消、自身へとつながって、性格も顔つきも明るく変化していくことでしょう。素敵なことです。

**関節障害者のトレーニングセミナーに参加して**　　　　　　平野英夫

関節障害者のトレーニングセミナーが７月２０日（月）に東京都障害者総合スポーツセンターと東京都障害者スポーツ指導員協議会との共催で王子ＳＣの体育館で開催されました。指導員の参加は男性2名、女性11名でセミナーに協力戴いた障害者は女性13名でした。基調講座は東京都健康長寿医療センター研究所高齢者健康増進支援室の江尻愛美さんで高齢者が要介護状態に陥ることなく健康で生き生きとした生活が出来るように支援し、すでに要介護状態であっても重度化を防ぐ事が支援室の任務とのこと

65歳以上の要介護の原因のうち関節疾患は11％ですが、運動療法をしていない場合は転倒の発生率が男性で28％、女性が33％で転倒による骨折の発生率は約10％と言われています。「転倒・骨折」は、要介護状態になる原因を増やす一因になっています。

そこで運動を続けるためには次のことが大切です。

①セルフモニタリング…自分自身の行動や感情を記録する

②目標設定…具体的で達成可能な目標を立てる

③刺激統制…運動を実施しようという刺激を増やす

④オペラント強化…運動した後に良い結果が得られるようにする

⑤逆戻り予防…運動を止めてしまいそうな機会を予測して対策を立てる

⑥ソーシャルサポート…運動する事を理解してくれる人を探す　との事

講座の後ＳＣのスタッフによるマットを使っての運動、柔らかなゴムクッションとゴムの幅広の紐を使った実技指導が真剣でなごやかに行われました。御協力戴いた障害者の皆様、指導戴いたスタッフの皆様、セミナーに参加戴いた指導員皆様有難う御座いました。セミナーの最後に受講した指導員の座談会で「関節障害というテーマは、指導員（自分自身）にとっても身近に感じられるようで熱心に聴いている方が多かった。日常的に関節障害者の方と関っているという方は少なかったが実技の内容は様々な障害のある方に活かせるということがあったと。」司会を担当して戴いた柳橋さんのコメントでした。

**2015ジャパンパラリンピック～ゴールボール大会～役員として協力**　　　　　三好瑞穂

ロシア・トルコ・韓国女子チームを迎え、7月31日～8月2日の3日間に渡り足立区総合スポーツセンターに於いて2015ジャパラゴールボール大会が2回総当たり制の熱い戦いが開催された。

美女軍団の呼び声高きロシアが予選では危なげなく1抜け、トルコは選手6人中レギュラーと15歳のユース選手が半々と言う構成ながら2抜けした。日本はベテランの浦田・安達選手を怪我等で欠き、若手中心で戦いをいどみ3位決定戦へ駒を進めた。韓国チームは大ベテランのchu選手のパワーには脱帽、又、日本語を一緒懸命覚えようとする姿は周囲に好感を与えていた。

レフリーはイタリア・イギリス・ドイツ・スロバキア、そして日本とそのほとんどがレベル3のパラで笛を吹ける資格を持つそうそうたるメンバーが来日。

決勝戦のロシア・トルコ戦はトルコの若い力が爆発し、予選で連敗したロシアに快勝した。3位決定戦は守り主体の同じタイプの日本対韓国戦、1点をおう攻防戦となったが、残念ながら日本チームは惜敗した。

かなり早い時期から足立区の担当者の方達の力の入れ方は大変なもので、時には地方での合宿先にも…そのご尽力には感謝にたえません。

又JPCの皆々様には準備から現場での作業に携わって頂いた方々、お忙しい中連日応援席から声援を送って下さった方々と本当に沢山の方々のお力添えにより成功利に終る事が出来ました。

結果を残せず申し訳ありませんでしたが、参加された全ての国にメダルと言うお土産をお持ち帰り頂けたと解釈する事とし、日本チームは男女共に11月のアジアパシフィック選手権でリオパラの出場切符を手にすべく、既に最終調整に入っております。こちらの方もどうぞ大きな声援とお力添えを是非共宜しくお願い申上げます。

有難うございました。

![C:\Users\nancy\AppData\Local\Microsoft\Windows\Temporary Internet Files\Content.IE5\HUWL6O5G\MC900228541[1].wmf]()障害者スポーツに関するお勧めの書籍　　　松浦孝明

「**発達障害の運動療法」　ASD・ADHD・LDの障害構造とアプローチ**

**著者　新田　收　三輪書店　4200円**

発達障害を持つ子どもの指導は難しいということばをよく耳にする。その理由として行動上の特徴、特にコミュニケーションの難しさが要因として挙げられる。そのため、どんな接し方や配慮が必要であるかをまとめた書物は多く見られるが、なぜ発達障害のある子ども達が運動の難しさを抱えているか、何のために運動を行う必要があるかはあまり問題とされていない。

著者は、巻頭で「ヒトは発達段階の初期において，身体運動と認知機能、コミュニケーション機能を分けて考えることはできない」と記しており、発達障害を持つ子どもの心身の発達における身体運動の重要性を指摘している。本書は前半部で発達障害について概説し、後半部では運動療法の組み立て方について記されている。医学（理学療法）の専門書としてまとめられているため一見難しいと感じるが、発達障害に関する基本的な内容や日常的に行うことができる簡単な運動が紹介されているため専門家以外でもわかりやすい内容となっている。また、指導方法については何を目的としてその運動を行うかが明記され、運動の目的が明確に示されている。本書は、運動を通して子ども達の発達を援助する立場にある我々にとって有用な書籍である。若い指導員にはぜひ読んでほしいお勧めの一冊である。

* **![C:\Users\nancy\AppData\Local\Microsoft\Windows\Temporary Internet Files\Content.IE5\MT57S5X8\lgi01a201312150900[1].jpg]()*第１１回障がい者スポーツ指導者全国研修会のお知らせ***
* 日程：平成２７年１１月21日（土）、22日（日）
* 会場：首都大学東京　荒川キャンパス（予定）

第１回全国研修会以来、関東ブロックで開催される２回目の全国研修会です。

東京都障害者スポーツ指導員の皆様の参加をお待ちしています。

* ***広報担当から***

今回から東京都、東京都障害者スポーツ協会と一緒にたよりを送ることになりました。そこで会員の方

から活動報告の原稿をいただいた方にお礼としてボールペンを差し上げることにしました。

是非皆さんの活躍を知っていただくために活動報告・感想等なんでも構いません。お寄せください!!

* ***ユニフォームの販売について***

何回もご案内しておりますが、今回も新たにユニフォームの購入のご案内を同封いたしました。

ご希望の方は書面に従ってご購入ください。

* ***活動協力について***

競技団体から講習会の案内、ボランティア募集等の案内が届いています。

ホームページ（http://www.tcsid.jp/）を確認してぜひご参加・ご協力お願いいたします。

***編集後記***

![C:\Users\nancy\AppData\Local\Microsoft\Windows\Temporary Internet Files\Content.IE5\TSIQHQCN\lgi01a201406251200[1].jpg]()

今年は記録的猛暑の続く夏でした！ようやく涼しさを感じる日々が戻ってきましたね。しかし台風というお土産付きで西日本は被害も多く出ているようで心が痛みます。

ついこの前、2020年五輪。パラリンピックが東京に決まり大いに喜んでいたのに今度はその競技会場ができるかどうかで国を挙げて大騒ぎをしています。ホントに苛立たしいですね。

肝心の選手に対してはどんな育成、要請が進んでいるのでしょうかまったく見えませんね。主役は選手なのに…選手が練習できる環境や遠征費等不十分の中これで強くなれとは不満だらけです。こんなことを踏まえてパラリンピックのために準備に入っている会員の方も多いと思います。自分から積極的に何をしたいかを決めてアプローチしてください。

大空にはためく日の丸、君が代が見たいですね。