



障害があっても楽しくチャレンジ!!



尼崎市立身体障害者福祉センター スポーツ教室

尼崎市の障害福祉の中核施設である「尼崎市立身体障害者福祉センター（以下センター）」は、障害のある方に向けてさまざまな取り組みを行っています。その一つが「スポーツ事業」で、14種類ものスポーツ教室を開催し、障害のある方の健康づくり、また仲間づくりに努めています。



1カ月でのべ500人が利用

センターのスポーツ教室は昭和60年からアーチェリー、バドミントンの2種目から始まりました。当初は主に先天性障害の方が利用されていましたが、ここ10年ぐらいいは中途障害の方が8割を占めています。

現在は14種目にまで増え、「競技スポーツ」「レクリエーションスポーツ」「体操（ストレッチ）」の3つに分類されます。

① 競技スポーツ

県大会など大会出場を目指すクラスです（卓球A/B、フライングディスク、サウンドテーパーテニスなど）。

② レクリエーションスポーツ

まず楽しむことを目的としたクラスです。（スポレクA/Bなど）。

③ 「体操（ストレッチ）」

体操やストレッチで、身体を動かすクラスです。（SW（ストレッチ&ウォーキング）、スポビリ（スポーツリハビリ）など）



スポーツリハビリ

ほかにも不定期に体験教室があり、チェアピクス（イスに座って行うエアロビクス）、バドミントン、フラダンス、太極拳などを行っています。

種目によって、1カ月に1回開講の種目と2回開講の種目があり、1種目に15〜20人の方が参加、のべ利用者は1カ月480人〜500人に上ります。

人気のフラダンスは、時には定員を上

回ることがありますが、希望者にはできるだけ来ていただけるよう対応しています。

競技スポーツは「競技」として楽しむ

センターの主任・体育指導員である桐村裕一さんは、「基本的にはどんな障害のある方でも受け入れています。どうやったらできるかを考えるのがスタッフの仕事であり、障害者スポーツ指導員の醍醐味でもあります」とおっしゃっています。いかに楽しんでもらえるか、3人の体育指導員で試行錯誤を繰り返しているそうです。

「耳が聞こえなくても不安なく泳げますし、たとえば、フライングディスクでは、目が不自由な方には音を鳴らして標的を伝えるようにします。それぞれのスポーツにそれに合った補助器具もありますので、障害の程度で参加者を限定するのではなく、競技の中で工夫をしています」。



初心者の方にもやさしく指導します。