

# 特定非営利活動法人楽しいスポーツを支援する会

## アクアムーブメントボールの進展を目指して！

水中運動の効果について、社会的にも充分認識されています。水に入るのが嫌いという方でも、お医者さんに勧められたから、友達に誘われたから、「プールに入ってみたら、気持ちがよかった！」という方が大勢いると思います。どんな切っ掛けにせよ、まずは運動をしてみることが大切なことだと思います。障害を持った方々でも水に入り水中運動の楽しさを味わっていただければ、それだけで、このアクアムーブメントボールの大きな成果となります。“水の中で身体を動かす”そのことが楽しく、気持ちが良い、ただそれだけで十分です。

会場やテレビで競技スポーツを見ていると、勇気をもたえ、感動し、その感動を分かち合え、大きく人の心を動かします。でも、その内側では、ドーピング問題があり、金銭問題があり、様々な人間問題の縮図みたいなのところでもあります。“楽しいスポーツを支援する会”という名称は、競技スポーツを含め、すべてのスポーツについて、どんな形であれスポーツが本来持っている明るく、フェアで、楽しい部分を応援していきたいという意味です。今回執筆していただいた鈴木秀雄先生は、私たちが応援したいスポーツのあり方について、ずっと以前から考えてこられた先生です。“あっ！そう

ですよ！”って、思わず手をたたきたくなることから、本当に感心させられることまで書いていただきました。

また、前号でも執筆していただいている辻山タカ子先生にも、今回は「発育・発達と親の関係」のテーマで書いていただきました。辻山タカ子先生は社団法人日本スイミング



クラブ協会のベビースイミング講習会でも、発育・発達について、特に親

子の関係についていつも講義しています。子どもたちによい環境で育ってもらえるように常に考えている先生は、社会の問題から親子の関係まで、私たちが子どもを育てることについての役割を明確に表しています。荒井正人先生がいつも言っている「ページを飛ばさない」水泳指導の考えに、改めて柱を添えていただけたように思います。前回の第2号では、平成18年6月27日に静岡県営富士水泳場にて行われたアクアムーブメントボールにおいて、実際に先生にプールサイドに来ていただき、参加者の状況を観察していただき、アドバイスをいただきながら行ったイベントの感想を書いていただきました。最後に書かれていた、お母さんから掛けられた言葉は、先生がおっしゃるとおり水中介助者の喜びと使命を感じさせるものでした。

お忙しいお二人の先生に執筆をしていただき、関係者一同感謝しております。

独立行政法人福祉医療機構の助成事業としては、後わずかな期間となりましたが、アクアムーブメントボール事業の定着と発展のために今後も力を尽くしていきます。皆様ご協力をお願いいたします。

特定非営利活動法人

楽しいスポーツを支援する会

理事長 白井正視

著書：いちばんやさしい水泳レッスン

大泉書店



## 「今こそ求められている、“スポーツに対する新しいイメージの獲得”」

関東学院大学人間環境学部人間発達学科教授

余暇教育学・体育学博士 鈴木 秀 雄 Ph.D.

日本レジャー・レクリエーション学会（JSLRS）会長

### ◆「スポーツ」の理解の前に、先ず「運動」の理解を！

スポーツは、本質的には「本来の仕事から心や体を他に委ねる身体運動と運動競技」であり、仕事とは別の領域に存在します。また本来「自身の余暇（レジャー）のなかで享受されるもの」であって、仕事との対比でもないのです。私的な欲求（personal wants）として、自身がスポーツをしようと思わなければ、決して生活のなかに自然発生的には生まれてきません。逆に、運動はスポーツとは少し異なり、「運動」そのものは日常の生活機能のなかであれ、仕事としての社会機能のなかであれ、またレジャー・レクリエーションの活動のなかでも、意図的にも自然発生的にも現れてきます。スポーツは、運動（physical exercise）が組織化され、高度化された形態で生まれるのです。人はスポーツ不足とは言わず、運動不足とよく言葉にしますが、その運動不足の解消は、工夫により肌身に近い、生活のなか、仕事のなか、活動のなかなど、あらゆる状況下で創造できるのです。

スポーツに対して、きつい、苦しい、ケガをする、大変だ、などと消極的なイメージを持たず、また仰々しく考えず、スポーツとは、何時でも、何処でも、気軽に、「体を動かす基本としての運動」であるというイメージに変容



し、運動に対する考え方を意味あるものとして積極的に捉え、日々の生活のなかでどのように体を動かす機会があるかを再点検し、体を動かす機会を積極的に見つけ出したり、作り出したりして、日常生活化・運動習慣化していく努力と工夫が必要なのです。

スポーツを「きついものである」、  
「あまり重要でない」とイメージ化

すれば、忙しさのなかで「実行しよう」という姿勢は決して生まれてきません。スポーツを緩やかに捉え、そして価値あるものとしてスポーツをイメージ化すれば体を積極的に動かそうとする意識が「自然と生まれてくる」ことになるのです。スポーツは運動競技だなどと決めつけず、スポーツの原点は、①体を動かすこと、②意味ある「体の動かし」であること、③楽しく体を動かすこと、と理解すべきです。人との競争を常に意識するものでもありませんし、自身が楽しいと感じることが第一歩で、その楽しいと感じる行為が健康を維持増進させてくれる内容であれば申し分ない活動といえるのです。組織化され高度化されたスポーツ活動をイメージすれば、そのなかで健康の維持増進も図ろうとするねらいは果たされません。特に、健康づくりを実践するには、「スポーツ」である前に「運動」の必要性を認識することなのです。



#### ◆ スポーツに対する新たな認識とイメージの変容

スポーツと体育の同一視化の混同も起こっています。本来、スポーツは自主的に、自身のレベルで「好きなものを楽しく行なう」ことが原点であり、体育は「教育の目的を達成するための手段」として身体的な側面が強く関わる活動が取り上げられます。

スポーツに対する積極的なイメージへの変容、即ち、スポーツを一方では、その人にとって楽しみとなる身体活動として考えることであり、他方、スポーツはその個人が抱える課題を身体的な活動を介して改善していくものであると考えることも重要です。前者の楽しみとなる身体活動は、スポーツそのものを「することが目的」であり、後者の活動は、抱える課題などを身体的な活動により改善していくことで、スポーツを「手段として活用」しているのです。

現代社会において“スポーツをする価値”は、前述の目的的事であることと手段的事であることの二面性を有しています。人との競争ではなく、自身の楽しみや、自身の健康に関する問題解決を図る身近な活動として取り入れる工夫と努力、また、その仕掛けが必要です。

スポーツの実践に対し消極的な認識を持っているとすれば、先ずそのことを改めない限り、好ましい具体的で積極的な行為は現れてきません。「生活の豊かさ」と、「健康の維持増進に不可欠な運動」とを満たしてくれる二面的意義を持つスポーツとして、生活のなかに取り入れるには、今こそスポー

ツに対する新たな認識とそのイメージの変容をすすめ、より身近な活動として日常生活化していかなければならないのです。

医療の世界では、状況の認識（＝観察）をすることが**診察**であり、判断は**診断**です。そして具体的行為が**治療行為**となるのです。正しく**認識**（診察）しなければ、**判断**（診断）結果として正しい具体的（治療）**行為**には至りません。スポーツに対する消極的な認識を持っているとすれば、先ずそのことを改めない限り、好ましい具体的行為は現実的に現れないのです。

アメリカの著名な映画監督であるスティーブン・スピルバーグは、「大人だって自分のなかの子どもの部分を失ったらつまらない」と言っているように、大人だって自分のなかの子ども性

**(childness)**や**遊び性(あそびせい= playness)**を失ってしまったら本当につまらないし不幸です。運動やスポーツは、子ども性や遊び性を大人にも十分によみがえらせてくれる機会を提供してくれるのです。体を使って遊び戯れることこそ心理的にも情緒的にも、また身体的にも有意義であり、ストレス社会を明るく生きぬく一つの方法でもあります。ましてや運動の摂取は自身の私的な心理的欲求(psychological wants)に委ねられるのですから、動かないで済ませられる生活形態の中では、運動の機会を喪失したり、その必要性すら実感できないまま生活してしまったりすることもやむを得ないことなのかもしれません。

もう一度、自身の健康の維持管理に対し、あるべき生活形態は何かを個々人が真剣に考え、生活習慣を改善していかなければならない自己責任の意味合いが強い時代になっています。まさに運動の習慣化も含め、生活習慣の改善により、多くの病気や生活習慣病とい

われる疾病を回避していかなければならない時代なのです。そのためにも、今こそ「スポーツに対する新しいイメージの獲得」が求められているのです。



#### プロフィール

鈴木秀雄（関東学院大学人間環境学部教授、



## 余暇教育学・体育学博士、Ph.D.)

1945年10月神奈川県生

- ◎ アメリカフロリダ州立大学大学院、修士課程及び博士課程(余暇教育学、体育学)修了。帰国後、関東学院大学経済学部、法学部教授を経て現在(人間環境学部教授)に至る。
- ◎ 関東学院大学陸上部の監督経験もあり、陸上部が箱根駅伝に出場する礎を作った。
- ◎ 現在、(財)日本スポーツクラブ協会(JSCA)の全国セミナーの総合司会を務め、国のスポーツ振興基本計画の柱でもある、総合型地域スポーツクラブの育成に関わると共に、介護保険の見直し年(2005年)に先駆け、JSCA 要介護予防運動指導者認定委員会委員長・同講習ジェネラルディレクターとして、要介護予防運動指導者養成の資格講習会を全国展開している。また、日本赤十字社の各講習の指導員資格を有しセーフティープログラムの指導に40年余の長きにわたり携わっている。

## 研究活動・社会活動・資格

日本レジャー・レクリエーション学会(JSLRS)会長

アメリカ保健・体育レクリエーション・ダンス学会連合(AAHPERD)終身会員

アメリカレジャー・レクリエーション協会(ALRA)終身会員

全米スポーツ・レクリエーション協会(NASPE)終身会員

日本体育学会会員

(特)日本赤十字社水上安全法指導員

(特)日本赤十字社救急法指導員(AEDを含む)

(特)日本赤十字社幼児安全法指導員

(財)日本自然保護協会(NACS-J)評議員および自然観察指導員

(社)日本キャンプ協会(NCAJ)終身会員およびキャンプディレクター1級

(財)日本レクリエーション協会(NRAJ)評議員および公認講師

国際リハビリテーション(RI)レジャー・レクリエーション・スポーツ常任委員

(財)日本スポーツクラブ協会(JSCA)理事及び要介護予防運動指導者認定委員長

(財)横浜市スポーツ振興事業団評議員及び野外活動指導者養成講座ジェネラルディレクター

小田原市スポーツ振興審議会副会長

スペシャルオリンピックス・神奈川顧問

日本伝講堂館柔道四段、など

## 著書

『セラピューティックレクリエーション』不昧堂、1995年

『レクリエーション指導法 理論と実践』誠信書房、1996年

『キャンプを楽しくゲーム集』第1～3集、共にベースボールマガジン社、

『スポーツ・体育実践考 ～生涯スポーツへの誘い～』石橋印刷刊、2002年

『クラブ活動に役立つスポーツ図鑑』(全5巻) 監修、あかね書房、1997年  
『スポーツ選手のための筋力トレーニング』ソニー企業(共訳) 1980年  
『トレーナーのためのアスレティックトレーニング概論』ソニー企業(共訳) 1986年  
『キャンプ指導のQ&A』創文企画、1986年など

## 発育・発達と親との関係

辻山タカ子

人間は、夫々個性を持っている。異なる個性の人々が集まるからこそ、人々との関わりは面白くもあり、難しくもある。

成長期にある子どもの発育(身体が成熟していく過程)、発達(機能が成熟していく過程)の段階では、更に個性は個人差としてはっきりと現れる。勿論、或る程度の定まった法則はある。発育に関しては、乳児期における身長、体重の増加度は最も大きく、生後1年間に、体重は出生時の約3倍に、身長は出生時の約1.5倍に伸びるが、その後は、年齢が進むに従い増加度は減少する。また、乳児期は脳の発育が目覚しいために頭部が大きく、体型は4頭身である。その後四肢の発育が目立ち、6頭身、7頭身と変化し、重心も下がってくるなど、或る程度の定まりはみられる。しかし、月齢、年齢が同じだからということ、すべての子どもが同じに発育するとはいえず、個人差がみられる。

発達においても同じことがいえる。隣の子が生後9ヶ月で歩くからといって、我が子が同じに歩くとはい限らない。もしかしたら、1年4ヶ月頃に第一歩を踏み出すのかもしれないが、それでも何の心配もない。発育・発達の過程で正常といわれる範囲は巾が広い。この事は、成長を考えてゆくときに重要な



事であり、正常範囲の中であれば順調と考えてよいのである。しかし、発達の面でも、段階を一つ一つ越えて発達するという法則はある。首が坐る→寝返り→腹這って動く→独りで坐る→掴まり立ち→伝い歩き→独り立ち→独り歩きというように、段階を重ねて自立にたどりつく。寝返りのできない子どもに独りで坐ることを求めても無理といえよう。

運動機能の発達にも①頭部から下肢の方に、②中心部から末梢部へ、③粗大運動から微細運動に、④不随意運動から随意運動に変わり、⑤単純運動から協調運動が可能となり、やがて複雑な運動が行えるようになるという流れがある。これらは、脳から脊髄の中を下方に伸びる神経の働き、その神経の途中から枝の様に末梢に向かって伸びる神経の状態で定まってくるものである。

この様な子どもの成長過程を知り、個性、個人差のあることを理解することは、子育てに関わる親(保護者)にとって大切な心構えの一つである。また、子どもは未熟なものであるということも忘れてはならない。その成長にあたっては、常に親の手助けが必要であり、また、子どもも求めている。この認識のもとに、子どもに適切な環境を整えることが親の役目といえよう。

子を育てる環境は夫々異なるが、成熟していない子ども達はいろいろなことに影響を受け易い。子どもに適した身体的、精神的及び社会的に良好な状態をつくり出すことが、健康な子どもを育てるための親、保護者そして社会の人々の役目といえる。

よりよき環境を目指しても、どうしてもとり除くことのできないものもある。国家、社会的な貧困、戦火の続く社会、遺伝の問題、先天的な疾患や障害を持つ子供たちもいる。しかし、それらの子ども達をも健康に育つための

努力を、親や社会は行わなければならないのである。障害を持つ子どもでも、現在有する能力を十分に発揮できるよう、そして、更に次の能力を引き出す努力が続けられている環境で育てられていれば、健全な発育環境にある幸せな子どもといえよう。

親、家族、周囲の人々から暖かく見守られ、愛と思いや

りに包まれて育つことが、子どもを健康に育てる上での重要な因子となる。特に親の影響は大きい。

母子相互作用の重要性が強調されているが、子どもの親に対する心の安定は、身体発育の上でも大きな影響をもたらす。

スイミングは、母子が裸で長い間むきあえる、抱きしめられる唯一の場であろう。子育ての最良の場として役立ててゆきたいと思う。





## プロフィール

辻山タカ子

1951年帝国女子医専卒 医学博士

国立第二病院で研修終了後、恩賜財団母子愛育会愛育病院(現愛育会総合母子保健センター)小児科で、母子保健と小児医療、及び慶應大学病院精神神経科で子どもの精神発達と小児精神病の医療に従事。その後、東京都北区の総合病院小児科医長として地域の小児医療に専念し、70歳を機会にリタイヤする。現在はクリニックスマイル(24時間体制で患者に対応すると共に、ヨルダンの難民キャンプ支援、中国の砂漠に植林を進めている)での非常勤として外来を担当。また、日本保育協会内のママさん110番で育児相談及び各地での育児支援講座において、より良き保育援助者の養成に努めている。

著書 私の赤ちゃん(共著 婦人画報社)

園生活の119番 (共著 世界文化社)

幼児のための健康指導 (労働旬報社)

パパとママの3才までのしつけ (監修 成美堂出版)

赤ちゃん幼児の医学辞典 (監修 成美堂出版)

ライフステージの栄養学 (共著 朝倉書店)

小児栄養 (共著 朝倉書店)

絵本 からだのふしぎしりたいな (8巻シリーズⅠ・Ⅱ)

(監修学研)

## 大ちゃんが泳いだ！

阿部明子



私が障害者水泳の指導に携わることになったきっかけはサリドマイドの薬害の為に変形の腕を持った男の子に、東京 YMCA のプールで出会ったのがきっかけです。その子のお母さんが妊娠中にサリドマイドが含まれている薬を使用した為です。その男の子は腕を使うことはできませんでしたが、足を使って水をキックし、見事に素晴らしい背泳ぎで泳

ぎ始めました。この体験が、身体障害、知的障害の方々の水泳指導を志す私の人生のスタートとなった本当に感動的な出来事でした。それ以来、私は身体障害、知的障害、重複障害などの重い障害を持った子供たちの水泳、水中運動の指導に40年以上も携わってきました。その体験の中からお話ししたいと思います。

### 大ちゃんが泳いだ

大ちゃんは現在18歳です。全盲、聾、知的障害をもっています。大ちゃんのトレーニングを始めたのは、彼が2才6ヶ月の赤ちゃんでした。彼は始めから水を嫌がらず、水の中での反応はとても良い状態でした。彼が3才を過ぎた頃、私のグループのメンバー達の水泳の合宿がハワイでありました。それにお父さんとお母さんが大ちゃんを連れて参加されたのです。ハワイのオアフクラブのプールで暖かな太陽の光が輝き、爽やか風がそよぐ、そんな中、プールで浮かせているうちに、身体の力が抜け、くつろいだ様子を見せ始めました。そして一人で気持ちよさそうに浮いたのです。そして柔らかくに手を動かし泳ぎ始めたのです。ご両親、合宿の仲間たちと共に喜びあいました。

この時から水に対する感覚が目覚めはじめ、見えず、聞こえず、動けなかった世界から、彼は離れて行き、水を身体全体で水を感じ、それを楽しむ事が出来るようになり始めました。幸いなことに、大ちゃんが通い始めた盲学校に室内プールが出来たのです。盲学校の幼稚部の先生方と連携を取りながら、水中トレーニングを続けることが可能になりました。

大ちゃんの水中トレーニングのため次のような事を心にかけてプログラムを組んでゆきました。

- 1) 水の中で身体全体を動かす事によって、彼の身体機能のレベルを上げてゆく。
- 2) 浮力を利用していろいろな動きが可能なので、関節の動かし方をパターンとして覚えさせる、立ち上がる動作、歩く動作を考慮して練習用のパターンを作り、これをくりかえし練習する。
- 3) 水の中のトレーニングが彼の身体や心の発育、発達にプラスになるばかりでなく、彼が水を身体全部で楽しむことが出来るように心がけ、日頃のストレスから解放されるようにする。



この3点を心に掛けて水中トレーニングを続けました。大ちゃんがトレーニングをはじめてから7年半の月日がたち、10才のお誕生日を迎える頃のある日、彼は裸のまま足を一步一步と前に踏み出し、歩き始めました。その映像をいつか皆さんにお見せしたいです。今は階段を昇ったり、降りたりすることも可能になりました。このように立って歩くことが出来るようになってくると、身体全体の発育、発達が著しく良好になってきました。今では目的があれば自分ひとりで歩行移動が可能になりました。盲学校の高校3年生、快適な日常生活を送っています。光と音のない世界で皮膚感覚やその他の感覚を使って今も泳ぎ続けています。これはご両親の大きな努力と多くの方々の支えがあったからだと思います。彼はもう直ぐ社会人として通所施設に通い始めます、皆さんも応援して下さい。

(使用されている写真は大ちゃんとは関係ありません)

## 阿部明子

NPO 法人楽しいスポーツを支援する会認定講師  
東京 YMCA、毎日スポーツクラブ及び DOIT スポ  
ーツクラブにおいて 40 年の水泳指導経験。乳幼  
児・幼児・学童・一般成人・高齢者及び障害の  
ある方々多方面での経験。ここ 20 年は障害のある  
方々や高齢者、乳幼児など、特別な仕様が要  
求される分野での指導に専念。また、(社)日本  
スイミングクラブ協会において全国のインスト  
ラクター、コーチ養成の任に当たっている。

資格：日本体育協会認定 A 級水泳教師

(社)日本スイミングクラブ協会 公認水  
泳教師認定専門科目講師



アクアフィットネスインストラクター養成専門科目講師

指導講師実績： 横浜市なずな会水泳指導  
藤沢市あひるの会水泳指導  
神奈川県立鎌倉養護学校教職研修会水泳指導  
横浜市立盲学校水泳指導  
福岡県郡山市ラッククラブ水泳・水中運動指導  
福島県いわき養護学校教職研修会水泳指導

## ■【3】アシストと三者関係モデル

前回は、「当事者こそが当事者についてもっとも専門家なのだ」という「当事者主権」の考え方を紹介しながら、当事者のメッセージを受け取る能力と「配慮の平等」についてお話をしました。ここでは、すでに配慮されている人びとと、いまだ配慮されていない人びととの〈つながり〉の問題を指摘しました。今回は、こうした観点をもう少し深く掘り下げて、「他者をアシストする」という考え方を紹介してみたいと思います。

### ▼(1)ソムリエという職業

ソムリエという職業があります。料理にあわせて、どのようなワインがそのメイン食材に適しているのかを、ゲストである客と直接触れ合いながら、そのニーズを柔軟に対応していくことが職務とされています。そうしたソムリエが施す「サービス」について、有名なソムリエ、田崎真也さんは次のように言っています。

「ホストであるお客様は、ホストとして振る舞えてこそ満足されるのだ。またもてなされる側のお客様は、ホストにもてなしてもらえてこそよりよく満足するのである」

田崎真也(2000)『田崎真也のサービスの極意』大和出版 p.130



ここで気がつくのは、「お客様＝ホスト／もてなされる側＝ゲスト」という二者関係とは別にソムリエが存在していることではないでしょうか。つまり、ホストであるお客様がおもてなしをするのはあくまでゲストであり、サービスマンとしてのソムリエはあくまでその「もてなし／もてなされる関係」を下支えするアシス

トに徹する存在として位置づけられているのです。

## ▼(2)アシストに徹する重要性

このようなアシストに徹するソムリエの職務を紹介しながら、援助職と呼ばれる人びとにはこのような徹底したサービス精神はあるだろうかと疑問を投げかけるのが社会学者の石川准さんです。実は、前回の「配慮の平等」という考え方も石川さんのお考えです。石川さんは、ご自身も視覚に障害を有しており、障害の当事者と援助者の関係について、次のように指摘しています。

「障害者は自分をもてなしてくれるホストとしての介助者を探しているのではない。何も言わなくてもいいようにしてくれる気配り上手の介助者を求めているわけでもない。ましてや自分を指導してくれる教師を求めているわけではけっしてない。自分をアシストしてくれる介助者を求めているのである」  
(石川准 2004『見えないものと見えるもの 社交とアシストの障害学』医学書院 p.100)

つまり、援助者はホストでも、教師でもなくアシストに徹するのが重要であるということです。例えば、先ほどのソムリエの場合であっても、偉そうにワインのことにホストに“ご教授”したのでは、ゲストに対するホストの立場を失わせてしまうことにつながります。そのようにならないように、どちらが上になるのでも下になるのでもなく、互いに自然なやりとりを行き交わす中で、サービスを提供するべき側に位置する人がアシストに徹することが大切なのです。それが石川さんの主張です。

## ▼(3)二者関係から三者関係へ

それでは障害の当事者と健常者である介助者の〈つながり〉を考える上で、ホスト／ゲスト／アシストという考え方はどのように重要なのでしょうか。そして、障害の当事者が、自らの意思を他者に伝えることが困難な場合、どんなことが言えるのでしょうか。そのことについて考えてみましょう。

通常、介助される人とされる人の〈つながり〉は、二者関係でとらえられています。しかし、アシストをする者としての介助者という考え方は、それを



三者関係でとらえるという視点です。この視点は、重度の知的障害の当事者を介助していく場合には非常に重要な視点であると思われます。

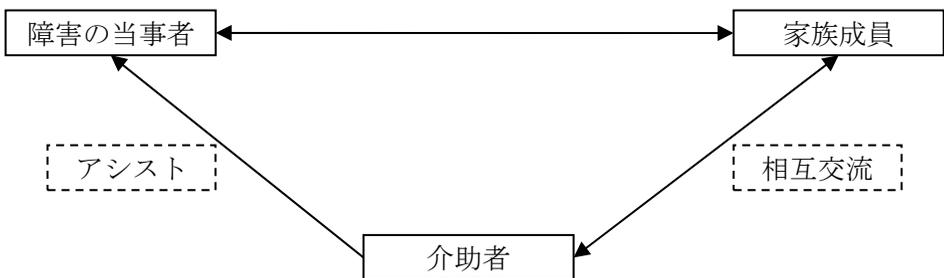
なぜなら、知的障害の当事者は、自らの主張を他者に伝達するのが難しいからです。前回指摘したのは、「当事者のメッセージを受け取る能力」について、コミュニケーションにおけるノンバーバルな側面を重要視することで当事者の権利を不当に侵害することを回避する可能性についてでした。このことがより可能になるためには、介助者は、介助者自身が感じ取った当事者のノンバーバルな側面に対する理解が正しいものであるかを判断しなければなりません。

しかし、そのためには介助場面に限定された当事者のメッセージだけでは不十分です。そして、介助者単独ではその理解の正しさは判断できません。より日常的な生活場面における実態をも把握することなしには、本当の意味で当事者のメッセージを受け取ったことにはならないのではないのでしょうか。

#### ▼(4)家族の〈つながり〉をアシストすること

つまり、ここで言われる三者関係とは、障害の当事者と介助者の二者関係にとどまらず、当事者のより日常的な生活場面における実態を熟知している家族成員をその〈つながり〉に含めるということなのです。そして、介助者の位置をアシストに徹する介助者として位置づけることでこの三者関係という〈つながり〉を把握していくことが必要ではないのでしょうか。その〈つながり〉を図にすれば、下のような三者関係モデルになります

#### 【当事者—家族成員—介助者の三者関係モデル】



つまり、介助者は家族成員との相互交流を通じて、介助実践から体験した当事者のメッセージをより確かなものにしていくのです。そして、介助者を当事者と家族成員の第一の〈つながり〉である家族関係をアシストする者とし

て位置づける必要があるのではないのでしょうか。

今回の最終回では、今回紹介した三者関係モデルに基づいて、改めて障害の当事者と健常者の〈つながり〉に関して、「当事者とは誰のことなのか」という視点から見つめ直します。



玉置佑介(たまおき ゆうすけ)

<在籍>

上智大学大学院総合人間科学研究科社会学専攻  
博士後期課程

主要業績

2006年『上智大学社会学論集』30号(上智大学  
社会学科編)

「「当事者」概念の再検討ー推論・解釈過程・  
コミュニティー」

『障害学研究』No.2(障害学会編/明石書店)

「障害当事者に対する水泳指導の社会過程ー「ケア」の学びとしての指導ー」

2007年『上智大学社会学論集』31号(上智大学社会学科編)近刊予定

「相互行為としてのインタビュー再考ー「内容」と「方法」のバランスをめぐってー」

## 重症心身障害児(者)のアクアムーブメント

第2報では重症心身障害児(者)のもつ障害の特性について記しました。第3報では重症心身障害児(者)特有のアクアムーブメントの目的と方法について考えていきます。

### 第3報

#### (1) 重症心身障害児(者)に重くのしかかる悪魔の力

重症心身障害児(者)の代表的な病気として脳性麻痺を前号で紹介しましたが、でら～との利用者は、その程度が非常に重く、四肢麻痺の方がほとんどで半数以上が寝たきりの状態です。「そんな人たちに水泳？」と驚かれる方もいると思われそうですが、水中訓練は運動制限や運動障害の方たちの一般的なメニューとしてすでに定着しています。しかし、重症心身障害児(者)への水中訓練は、私の知る限りでは確立されたものではなく、実践的に病院等で取り組まれているのが現状です。

重度の脳性麻痺で寝たきりにある方々の体の状態はどのようにしてつくられるのかを簡単に説明します。脳性麻痺は新生児期に頭の中に何らかのダメージを受けて、それが原因で様々な運動麻痺が起こります。健常児の乳幼児の状態は随意運動(自らの意思で動かす)はほとんどなく、反射的な運動が中心です。この反射的な運動を経て生後18ヶ月くらいまでに随意的運動を学習し、反射が消失します。脳性麻痺児の場合は、これら原始的な本来消失しなければならない反射が、いつまでも残り、それに支配された状態が続きます。具体的には仰向けで寝ている、新生児の赤ちゃんの顔をどちらか片側に向けます。すると顔を向けた側の上下肢は伸展、逆に頭側は屈曲と言う具合に特徴的な動作が現れます。これが原始反射です。脳性麻痺の運動療法やリハビリはこの異常反射の抑制が大きいポイントとなります。

でら～との利用者は障害が重く、随意の動きが獲得されず、寝たきりの状態で成長している方が多く、自らの動きで体を使えてこなかったために、筋力の低下や異常な緊張、骨の変形など二次的な障害に苦しめら

れている方々が、日々楽しく生活しています。彼らは陸上では重力と言う健常者ではあまり考えが及ばない「力」と毎日戦っています。それは、寝て生活している方々に共通に重くのしかかっている悪魔のような力なのです。

## (2) 重症心身障害児(者)のアクアムーブメントの目的

重力をなぜ悪魔の力と呼ぶかと言うと、重力はすべての物に等しくの



しかかります。人間にも同じくかかってきます。寝た状態と言うのはその重力を体全体で受けている状態と言い換えれば、重力に従った姿勢とも言えます。これに対して立位の状態は重力に逆らって、重力を受ける面積を非常に狭くした状態。抗

重力姿勢と言います。この抗重力姿勢が人間にとってとても大切なのです。寝ている状態（広い面）で長い間重力を受け続けると、もともと筋力や自分の意思で体を動かすことを獲得できなかった重症心身障害児(者)は、床に押しつぶされた姿勢で固定されてしまいます。こうして関節の拘縮（固まって動かない状態）や体の変形が生まれます。

ここまで説明してくると、重症心身障害児(者)のアクアムーブメント最大の目的が浮かび上がってくると思います。「水の力」です。そう、水には浮力があり、水の力が悪魔の重力から彼らを解き放ってくれます。私の考えるアクアムーブメントの最大の目的はここにあります。もちろん水にはその他にも感覚的な多くの刺激や身体的な刺激など様々な目的で活用できる要素がありますが、重症心身障害児(者)にとってあえて最大の目的をあげるなら、重力からの解放をあげたいと思います。

## (3) 重症心身障害児(者)特有のアクアムーブメントの方法

重力から解き放たれている状態を体感させてあげることが最大の目的と考えるので私はまず、水に浮遊した状態をどう作り出すかにポイントをおきたいと思います。特に体が棒のように硬直していたり、緊張で不随意的な運動が続いている方には、味わったことのない開放感を感じ取ってもらえ、陸上では見ることのできない表情や反応を引き出せることが

少なくありません。しかし、彼らが浮くのはそう簡単にはいきません。私たちがプールや海で浮くことを想像してみてください。空気をいっぱい吸って、体の力を抜いて、手足を大の字に広げ体全体で浮力を受ける。こうして浮くのです。この3つのことすべてが重症心身障害児(者)にはできにくいことなのです。ではどのように体感してもらうかをいくつか紹介します。

まず空気を吸う。これは浮くために必要な浮力を増すことなので、浮き具の力を借ります。プールには様々な浮き具がありますので、一番本人に適したものを最小限に使うことが望ましいと思われます。私たちの取り組みでは、(株)フットマークの協力を得て「浮きうき水着」という水着も活用させていただき、浮力調整ができました。ここで大切なことは、浮き具が浮くのは当たり前前で本人が解き放たれた感覚を感じてもらえるかどうかにあります。したがって、最低限の浮き具で効果的な浮き具を使用することです。

次に体の力を抜いて…です。これには水の流れを利用した動きを活用します。最低限の浮き具で水上に仰向けで、そのまま楽な姿勢を保ちます。(写真参照)そのまま留まっていたのでは、体は硬く力が入っていますので、沈んでいきます。しかし、そのまま頭を持って介助者が背走すると、推進力で体は浮いてきます。このとき体全体に水の流れを感じてもらえます。体が浮いたら沈まない程度に背走のスピードを落としていきます。そして少しずつ全身を左右に揺らしていきます。すると体は水の流れを感じ、自然と左右に大きく揺らされ、ほとんどの場合緊張から解き放たれます。

この状態をしばらく続けると、体が水と一体となって、四肢も力が抜け、水面に浮遊している状態を作り出すことができます。

ここまでのことを、彼らの表情をよく観察しながら行っていきます。



小林不二也

(こばやしふじや) 50歳

プロフィール

淑徳大学社会福祉学部卒  
国立病院の中にある重症  
心身障害児(者)病棟の療  
育指導室長を経て、知的障  
害者通所更生施設でら一  
と施設長になる。06/10/1  
生活介護事業に移行。

## －温水プールの特性と身体意識－

### 【温水プールの特性】

本来、子どもは水に興味をもち、水のなかでの活動を好む傾向がある。指導の初期段階で 過度に恐怖心をもつことさえなければ、子ども達は積極的に水の中での活動に参加してくる。水という素材がもつ魅力は、子ども達の動きを引き出すには十分な動機となる。

さて、動きの拡大につながる水の特性として、まず浮力の利用がある。この浮力のおかげで、人は陸上での重力から解放され、動きのバリエーションはさらに広がる。浮力により荷重が軽減されることは、麻痺のある子ども、筋力の弱い子ども、肥満の子どもにとって非常に有効に働く。例えば、陸上では不可能であった歩行が水の中では可能となり、歩行訓練としても有効である。そして、水の中でバランス良く歩くには、歩行に必要な筋肉群を意識することになる為、自分自身の身体を強く意識（身体像）する。また、運動を体験し、身体図式を学習するという意味からも



とても重要である。

浮力は、指導者が幼児や障害をもった子ども達の動きを介助するとき、抗重力姿勢をとらせながらの移動運動や、回転、水平、垂直方向の前庭刺激を陸上とは比較にならないほど容易に多くのバリエーションをもって与えることができる。前庭刺激は、身体の姿勢保持、空間における運動の変化の感知、空間と自己との関係づけといった運動の基礎を形成していく上で重要な役割をも

っている。子どもの成長にとって非常に重要な刺激として触覚刺激がある。水の中では、常に全身に触覚刺激を受けることになる。触覚からの刺激は「生命の座」ともよばれる脳幹の働きを調整し、情緒と深くかかわっている。プールの場合、水温の関係もあるが、31℃前後の水温であれば、水の触覚的な刺激は情緒の安定と身体のリラクゼーションを促進させることができる。触覚的な刺激とともに、水から受ける抵抗は身体意識の発達に非常に役立つ。動きとともに変化し、常に刺激となる水の感覚は、自分の動きを意識させ、動きに集中し、動きを調整する学習にとって有効に働く。



### 【身体意識】

身体意識は、心理的・身体的な正常発達のために基本的なものである。身体意識がなければ、子どもは自分が「私」として、幼いときには「ぼく」として、周囲の世界から分離した独立の存在であることに気づかない。身体意識の障害に伴って見られるいろいろな兆候や症状からすると、身体意識にはいくつかの異なった機能が包含されている可能性がある。運動教育プログラムという目的のためには三つの機能が分類できる。「身体像」(body image)・「身体図式」(body schema)・「身体概念」(body concept)である。この分類法は、ある程度まで人工的なものではあるが、臨床的観察に基づいており、発達のプログラムや治療教育のプログラムを構成するのに役立つモデルを提供することが、このような分類の目的である。

- ・ 身体像 (body image) → 感じるままの身体  
(the body as it is felt)
- ・ 身体図式 (body schema) → 上手に身体を動かす能力  
姿勢を維持する能力
- ・ 身体概念 (body concept) → 身体の実事についての知識

### 【指導の流れ】

アクアムーブメントの最終目的である「健康と幸福感と感動」を満足するためには、子ども達一人一人のリズムを尊重した指導内容と指導展開が重要となる。指導内容については、動きの形にとらわれることなく、子どもが興味をも

って参加できる 指導内容と子どもが感動する指導展開が不可欠である。子どもが感動するには、サプライズな触覚刺激と視覚的刺激の複合である。例えば、パステルカラーのボールをプール一面に浮かして、ボールの海の中を歩いたり、走ったりさせる様な場面設定をして指導展開する。(教材教具の活用は有効である) 指導の流れは、水が上から下に自然に流れるように、子ども達一人一人が満足できる場面 設定が重要である。自然に流れる場面は、下記の通りである。

＝水面上の場面（胸が水面に出る）

姿 勢：垂直姿勢

ねらい：身体意識の向上（自分自身の身体を知り、使う）

＝水面の場面（水面上に顔が出る）

姿 勢：垂直姿勢（背の低い子）・しゃがんだ姿勢

ねらい：身体意識の向上（浮力を感じながら自分自身の身体を知り、使う）

＝水中の場面（潜り）

姿 勢：垂直及び水平、中間姿勢（水中に潜った姿勢）

ねらい：身体意識の向上（無重力での自分自身の身体を知り、使う）

＝水面の場面

姿 勢：水平姿勢（泳法の基本姿勢、伏し浮き・背浮き）

ねらい：泳ぎに繋がる身体意識の向上（浮力・推進力の経験）

《参考文献》

「ムーブメント教育・理論と実際」（日本文化科学社）「水泳ムーブメント」（コレール社）

荒井正人

NPO 法人楽しいスポーツを支援する会認定講師

NPO 法人 JAEA 副理事長

水中ムーブメント協会会長

日本ムーブメント教育協会認定専門指導員

日本特殊教育学会発表論文

