

平成 19 年度事業報告書

法人の名称

特定非営利活動法人 楽しいスポーツを支援する会

1、 事業の成果

第 4 期目の事業年度では、アクアムーブメント指導者養成講習会を 5 月 25 日、7 月 20 日、9 月 7 日の 3 回行い、重度障害児(者)のアクアムーブメントを 6 月 10 日、7 月 1 日、7 月 25 日、8 月 18 日の 4 回行い、知的障害児のアクアムーブメントを 6 月 8 日、6 月 22 日、7 月 6 日、9 月 23 日の 4 回行い、中高齢者のアクアムーブメントを 1 月 27 日に 1 回行いました。又、トライアスリート及びマスターズスイマー等のトップ競技者としての競技力向上を目的とした水泳指導を、平成 19 年 6 月より平成 20 年 5 月までを 2 期に分けて、計 132 回行いました。また、平成 20 年 7 月から 9 月にも継続して行っています。活動情報誌は平成 19 年 12 月に第 5 号を発行しました。今年度の新しい活動として、山梨県富士吉田市にある、マザーズホームの障害を持った保育園児 11 名の親子のアクアムーブメントを開催しました。7 月 1 日の重度障害者のアクアムーブメントに特別外部参加した方の希望により実現しました。このことは、アクアムーブメントの新しい広がりへの第一歩といえます。

2、 事業内容

(特定非営利活動に係る事業)

アクアムーブメント指導者養成講習会

開催日時 第 1 回 平成 20 年 5 月 25 日 第 2 回 平成 20 年 7 月 20 日

第 3 回 平成 20 年 9 月 7 日

開催場所 第 1 回 フィットネスクラブブリーズベイ

第 2 回 NEC グリーンスイミングクラブ

第 3 回 フィットネスクラブブリーズベイ

参加人数 第 1 回 15 名 第 2 回 13 名 第 3 回 15 名

講師リスト 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・日本体育協会認定公認スポーツ指導員(水泳)・日本体育協会認定公認コーチ(水泳)・日本ムーブメント教育協会認定専門指導員)

阿部明子(NPO 法人楽しいスポーツを支援する会認定講師・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・(社)日本スイミングクラブ協会・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)

八木香 (NPO 法人楽しいスポーツを支援する会認定講師日本ホリスティック協会 FC トレーナー・FNC アクアパーソナルトレーナー日本アクアサイズ協会認定講師・健康運動指導士・中高等学校保健体育教諭 1 種免許)

講習内容 第 1 回 講師 宇野佳子 13:05~14:00
水圧・浮力を利用した水中リラクゼーション

講師 荒井正人 14:05~15:00
アクアムーブメントを初心者指導に結びつける

講師 八木香 15:05~16:00
水中における肩関節強化運動

第 2 回 講師 阿部明子 13:05~13:50 会議室 15:00~15:55 プール
脳性麻痺児における機能改善水中運動の理論と実践

講師 荒井正人 13:55~14:40 会議室
知的障害児へのアプローチ

第 3 回 講師 宇野佳子 13:05~14:00
脳の活性化水中運動

講師 濱野寿義 14:05~15:00
クロールの初心者指導法

講師 八木香 15:05~16:00
腰痛改善水中運動

上記講習会のためにチラシ 400 部作成

配布先：養護学校・小学校・NPO 会員・行政機関・スイミングスクール・スポーツクラブ・関係団体・希望者

収支： 収入 145,000 円 支出 143,765 円

不足分は他の事業や会費よりまかなう

実施内容

アクアムーブメント指導員養成講習会を 3 回開催したが、参加者はアクアムーブメントの理念・方法についての理解がある程度出来たと思える。アクアムーブメントボール事業を推進していくためには、良き理解者となる指導

員養成は欠かせない大きな事業であるので、その主旨、理念を分かりやすく伝え、水中運動指導者、教員、運動関係者のみならず、一般の方々にも理解していただけるような活発な活動をしていきたいと考えている。

知的障害児のアクアムーブメント

開催日時	第1回 平成20年6月8日	第2回 平成20年6月22日		
	第3回 平成20年7月6日	第4回 平成20年9月23日		
開催場所	第1回 柿の実幼稚園			
	第2回 柿の実幼稚園			
	第3回 柿の実幼稚園			
	第4回 柿の実幼稚園			
参加人数	第1回 12名	第2回 11名	第3回 16名	第4回 15名
講師	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・日本体育協会認定公認スポーツ指導員(水泳)・日本体育協会認定公認コーチ(水泳)・日本ムーブメント教育協会認定専門指導員)			
指導員	第1回 緒方厚子 小暮利枝 西垣順子 高橋淑子 村上侑衣			
	第2回 小暮利枝 田中光子 高橋幸広 村上侑衣 飯島江里子			
	第3回 高橋幸広 深澤武 西垣順子 高橋淑子			
	第4回 高橋幸広 深澤武 西垣順子 高橋淑子 市川容子			
収支:	収入 64,800円	支出 127,794円		
	不足分は他の事業や会費よりまかなう			

実施内容

前年度に引き続き楽しく水に慣れることと、指導員・参加者のコミュニケーションを図り、信頼関係を作ることを重点にした。遊びの中にルールを入れながら構成的な遊び「ゲーム」に移行していった。全体の動きを統制するつなぎ遊びを最初、途中といいタイミングで入れていくことにより、ランダムな動きの中にも統制が出来る。合図があるまで待ったり、交代や順番を守ったり、社会性を高めていく内容も多く、参加者の力と興味・関心を考慮しながらアクアムーブメントボールはすすめられた。参加者と指導者・介助者で工夫・応用をしながら、楽しみながら場面理解を深めていった。

知的障害者のアクアムーブメントの開催にあたり、子ども達一人一人の生まれ持ったリズムを尊重した段階的な携わりを提供することにより、コミュニケーション障害を克服できることが確認できた。

中高齢者のアクアムーブメント

開催日時	平成20年1月27日			
開催場所	フィットネスクラブ ブリーズベイ			
参加人数	13名			
講師	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・日本体育協会認定公認スポーツ指導員(水泳)・日本体育協会認定公認コーチ(水泳)・日本ムーブメント教育協会認定専門指導員)			
	八木香 (NPO 法人楽しいスポーツを支援する会認定講師日本ホリスティック協会 FC トレーナー・FNC アクアパーソナルトレーナー日本アクアサイズ協会認定講師・健康運動指導士・中高等学校保健体育教諭1種免許)			
	宇野佳子(NPO 法人楽しいスポーツを支援する会認定講師・アクア オリエンタル アビリティ研究会 代表・日本水泳連盟水泳教師・競泳コーチ・高齢者体力づくり支援士 AEA,WABA,ATRI,HIT 認定指導員・財団法人 体力づくり指導協会 評議員)			
収支:	収入 15,500円	支出 50,405円		
	不足分は他の事業より			

実施内容

ホテルのプールを借用してのアクアムーブメントボールでしたが、講師の先生方の得意とする分野で、目的の異なる水中運動を違う順序で行ってみた。身体機能改善についての運動を多く取り入れて、運動は継続性が大切であり、そのためには、自己教育意識を高齢者も持つ必要がある。ただし、そのみではせっかくの運動が硬いものになりがちであるから、楽しさの追求も忘れてはならない。

活動情報誌発行

第5号	平成19年12月	300部発行
配布場所	養護学校 関係大学 行政機関 小学校 当NPO会員 希望者	
テーマ	発達障害と学習障害	

知的障害児（者）のアクアムーブメント指導プログラム
恒常性の維持（ホメオスタシス）
ラッコクラブの仲間たち
平成19年度の生活介護事業所でら〜と

執筆者 辻山タカ子 阿部明子 荒井正人 八木香 小林不二也
発行部数 300部
費用 執筆料 40,000円
印刷製本 24,150円
振込手数料 210円
通信費 11,850円

合計 76,210円

重度障害児(者)のアクアムーブメント

主催： 特定非営利活動法人 楽しいスポーツを支援する会

後援： 神奈川県立中原養護学校

日時： 平成20年7月25日（金）、8月18日（月）

PM1:30~3:00 (①1:30~2:10 ②2:20~3:00)

集合時間： PM1:00

会場： 神奈川県立中原養護学校プール

神奈川県立中原養護学校

〒211-0035 神奈川県川崎市中原区井田3-13-1

TEL044(755)1632 Fax044(752)7786

内容： 重度障害児のプール内運動 リラクゼーションと求心性トレーニング

講師： NPO法人楽しいスポーツを支援する会認定講師 荒井正人

定員： 1回20名（子供と保護者を合わせて10組） 合計40組80名

参加者： 7月25日 名 8月18日 名

内容： 約40分間のプール内運動でリラクゼーションと求心性トレーニング

中原養護学校の先生方も混ざり、マンツーマンで水中運動を行いました。

NPO法人講師・指導員によるアクアムーブメント。つなぎ遊び、個人遊びを織り交ぜ、ゆっくりとした水中の動きに、リラクゼーション効果を持たせ、プログラム構成をした。

講師： NPO法人楽しいスポーツを支援する会認定講師 荒井正人

指導員： NPO法人楽しいスポーツを支援する会認定指導員、その他水泳指導経験者

7月24日→5名 8月20日→8名

収支： 収入 0円 支出 83,980円

不足分は準備金より支出

「でらーと」の人たちとアクアムーブメント

期日： 平成20年6月10日(火) 7月1日(火)

集合： 「でらーと」AM11:00

解散： 「でらーと」PM16:30

会場： 社会福祉法人インクルふじ 知的障害者通所更生施設「でら〜と」

〒417-0061 静岡県富士市伝法 86-3

☎：0545-23-1551 Fax：0545-22-2666

静岡県富士水泳場

〒417-0801 静岡県富士市大淵 266 番地

☎：0545-35-6022 Fax：0545-35-6023

fujisuiei.jo@shizuoka-pool.com

時間： 集合 AM11:00 「でらーと」
11:30 昼食 お弁当 「でらーと」で出させていただきます。
ミーティング
13:00 プールへ出発
13:15 プール着 更衣
14:00 アクアムーブメント開始
15:00 終了
15:30 解散式
16:00 「でらーと」で反省会 解散

交通： 新幹線 行き こだま 543号 東京 9:26 発 新横浜 9:46 発 小田原 10:04 発
新富士着 10:37
※「でら一と」のバスで送迎しますので、この新幹線でいらしてください。
帰り 新富士発 17:06 小田原着 17:35 新横浜着 17:57 東京着 18:17
新富士までは「でら一と」のバス

参加者 2日間合計 23名 内外部参加者 7月1日に1名
講師 各日 3名(医師1名含む) 指導員 6月10日 11名 7月1日 15名
でら一と職員 各日 6名 ボランティア 5名
収支 収入 0円 支出 337,872円

- ※ 昼食はでら一とが負担
- ※ 不足分は他の事業でまかなう

感想 東京、神奈川から多くの指導員・講師が移動し、NPOとしては多額の費用がかかるが、改めて重要な事業であると再確認した。今回は2回目に参加した宮下さんが自分の地元へ帰り、一緒に保育園に通う障害を持ったお子さんのご父兄に話し、9月にそちらでアクアムーブメントを行うこととなった。尚、遠藤さんがボランティア参加し、ビデオ撮影をし、PR用CDを作成することとなった。今後の広報活動に役に立てようと考えている。

「でら一と」に通う人たちとそれを支える家族・スタッフの動きは、私たちに日常生活の何気ない動作が、どんなに意義深いことなのかを改めて伝えてくれる。ここにNPOの講師及び指導員そして事務局他関係者が、アクアムーブメントを通して訪れることが出来るのは、我々にとっても幸せなことであると感じます。「普通に生きる」これが「でら一と」の考え方。だから、私たちもそのことを真剣に考えてみなければならぬ。

自閉症児の水中運動

期日 平成19年10月に2回
場所 ヨネッティ 川崎市麻生区王禅寺
時間 午後3時30分から4時30分
対象 自閉症児2名・・・兄
内容 対人関係構築のための水中運動
指導員 講師 荒井正人
状況 人との接触、施設利用に関する理解、プールの内での楽しみを感じることに関しては、今回の指導以前に多少出来ていたため、更に良い方向に向かっていった。今後は家族との活動、学校活動で更に成長できる。
収支 収入 14,000円 支出 13,400円

トライアスリートのエリートクラス水泳指導

期日 第一期 平成19年6月2日(土)～平成19年10月28日(日)
日曜日・水曜日・土曜日のうち 計66回
第二期 平成19年12月5日(水)～平成20年5月14日(水)
日曜日・水曜日・土曜日のうち 計66回
第三期 平成20年7月1日(水)～平成20年9月28日(日)
日曜日・水曜日・土曜日うち 計33回
時間 午前6時00分～7時30分
対象 日本選手権出場クラスのエリート選手及びマスターズスイマー
場所 太陽教育スポーツセンター内 25m プール
〒152-0021 東京都目黒区東が丘2-14-6
内容 クロールを中心とした水泳練習
基礎的持久力を高める目的のトレーニングを中心に、スピード持久力養成、スプリント力養成トレーニングをおこなう。また、フォームにも目を向け、海や湖における集団泳にも対応できる能力を身につけるためのトレーニングもおこなう。
状況 エリートの中にも水泳が不得意とする者が、何人かいる。一般のアスリートより心肺機能が優れているために、体力でカバーしようとしているが、しっかりとテクニックを身につける必要がある。
その他 主催はNPOであるが、募集、選手管理は株式会社サニーフィッシュが行った
※指導は理事長が担当したので、指導料は支払わなかった。
収支 第一期 収入 500,000円 支出 0円
第二期 収入 500,000円 支出 交通費ガソリン代 33,000円
第三期 収入 250,000円 支出 交通費ガソリン代 10,000円

マザーズホームのよい子とアクアムーブメント

期日 平成 20 年 9 月 19 日
場所 ブルーアース富士河口湖（町営）25m プール
富士河口湖町船津 5540
Tel 0555-24-0570
マザーズホーム・・・富士吉田市立保育園
小学校入学前の障害児通園施設
富士吉田市松山 4-11-27 Tel0555-24-0570

当日の内容

集合：7 時 00 分

お母さん方は、子どもの体調を把握し、無理をしないように。

指導員は移動中に担当の子どもの資料を確認

※持ち物チェック 水着・タオル・スイミングキャップ・着替え・お水(ペットボトル)・その他個別に必要なもの

会場到着：9 時 15 分

受付横の絨毯の場所で待っていきましょう

名簿で出席の確認。

顔合せ・説明：9 時 30 分

はじめまして、おはようの挨拶

アクアムーブメントの考え方とリラックスした雰囲気づくり

指導員紹介と子ども達紹介、お母さんの顔合せ

担当指導員の配置 お母さんとの個別な打ち合わせ

子ども達にスイミングキャップ配布

更衣：9 時 45 分

更衣 指導員の方もご協力を

準備体操場にて再度指導員との顔合せ

プールサイドに行くまでの説明

プール使用方法の説明

個別運動とグループ運動の説明

プール入場：10 時 00 分

プールサイドで記念写真

一連の流れと注意事項確認

シャワーを浴びましょう

プールサイドは滑りやすいので注意しましょう

アクアムーブメント開始：10 時 10 分

お母さんとプールに入る (プールの入水は指導員と連携して十分注意)

抱っこで水中歩行 集団の大きな流れ 水深にお母さんが慣れる

(円を描いて大きく動こう)

ランダムな動きで個別にチェック

ボールが水に入りみんなで遊ぶ

アクアヌードル・魔法のジュータンが水に入。(使い方をマスターしよう)

みんなでゆっくり水中歩行

※ 常に子どもの状況を把握しながら動く

※ 仲間とのコミュニケーションを図る

※ 集団と個別の動きに注意しましょう

※ プールサイドの移動は滑らないように注意

※ プールの使い方のマナーを大切に、そして規則は守る

アクアムーブメント終了・更衣：10 時 50 分

移動の際、プールサイドは十分気をつける

ジャグジーにてゆっくりリラックス

お風呂又は採暖室にて保温

体の水をしっかりふき取りましょう

水分補給を忘れずに

更衣が終了したら、絨毯の部屋に集合して、さよならの挨拶

保育園へ移動：11 時 15 分

車の運転は慎重に、保育園で昼食と記念撮影

参加者 11 名とその保護者及び看護師、保育園の先生及び NPO 講師・指導員及び理事、事務局員

総勢 35 名参加

感想 初めのお子さんとお母さんがいましたが、無事に終了したことを特に大切に感じています。
お子さんとの新しい関りが水を通して得られたようです。このことが、アクアムーブメントの大切な活動ですので、成功したといえます。今後、親子でプールに入ったり、小グループでプールに入ることにより更に水から得られる効果を実感することでしょう。

収入	売上	53,430 円・・・マザーズホーム保護者会		
支出	謝金	講師	7,000 円	1 名
		指導員	2,000 円	5 名
				17,000 円
	交通費	個人 6 名	4,340 円	
		ガソリン	2,218 円	
		有料道路	12,960 円	19,518 円
	下見費用	昼食	1,400 円	
	夕食	5,355 円		
	有料道路	6,280 円		
		合計	49,553 円	
収益			3,877 円	

その他の事業は行いませんでした