

NPO法人楽しいスポーツを支援する会活動情報誌

AMB

第1号



「アクアムーブメントボール事業」

独立行政法人福祉医療機構

障害者スポーツ基金「特別分」助成事業

特定非営利活動法人楽しいスポーツを支援する会

目次

- 1、「アクアムーブメントボール事業」とNPO活動理念
・・・・・・・・・・白井正視
- 2、アクアムーブメントの考え方と実際
・・・・・・・・・・荒井正人
- 3、水につながる仲間たちと共に「でらーと」にて
・・・・・・・・・・阿部明子
- 4、「でらーと」で普通に生きる
・・・・・・・・・・小林不二也
- 5、社会学の考え方と障害の捕らえ方
・・・・・・・・・・玉置佑介
- 6、活動予定
- 7、事務局・講習会申込先

「アクアムーブメントボール事業」と NPO 法人の理念

本法人は、平成 16 年 9 月 28 日神奈川県知事の認証を受け、“健康と感動と幸福感”をテーマに掲げ活動を行っています。2005 年 3 月末現在の組織は理事 17 名、正会員 14 名、準会員 24 名、認定講師、「アクアムーブメントボール事業」実行委員で動いています。主な活動として、アクアムーブメント指導者養成、障害者の水中運動です。

「楽しいスポーツ」とは、対価、賞賛、激励などを期待しないもの、過程や結果の評価を必要としないもの、評価とは無関係にスポーツを楽しむということです。ただ水の中に入り、泳いだり、潜ったり、歩いたり、それだけの行為

が自分と他人とを結び、異質の他人が自由に混ざり合い呼応し共感することです。世界記録を目の当たりにすると誰もが感動します。大きな勇気をもらうことも出来ます。それはそれですばらしいことですが、この NPO の活動は、すぐそこにあり、自分が気づけば、いつでもある“幸福・感動・健康”を感じるこ



と、そのために柔らかく敏感な心身でいることを目指したいと思っています。

「アクアムーブメントボール事業」は、上記の理念を現実化するための一つの方法です。障害を持った人たちと、色々な人たちが関わりをもって、水中ボールゲームを楽しもうという事業です。今、アクアムーブメントボールゲームがどんなものなのか分かりません。どんなゲームとなって私たちの前に現れるのか？それは、関係した皆さんの交わりの結果です。

“アクアムーブメント指導者育成講習” “知的障害者のアクアムーブメントボール” “身体障害者のアクアムーブメントボール” “重度障害者のアクアムー

ブメント” “ 高齢者と障害者のアクアムーブメントボール” を行い、“アクアムーブメントボールゲーム” に結び付けます。そのための、研究開発、情報収集と公開も事業の中に入ります。

幸いに今年度は、独立行政法人福祉医療機構の障害者スポーツ支援基金(特別分)の助成を得ることが出来ました。この機会に、アクアムーブメントを広め、多くの方々と“健康と感動と幸福感”を分かち合いたいと願っています。

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



ーアクアムーブメントの考え方と実際ー

I. アクアムーブメントの目的

一般的に、水泳は、クロール・バック・ブレスト・バタフライなどの泳法を用いて泳ぐことを指している。したがって、その指導の目的は、いかに上手に、そして、速く遠くまで泳ぐかであり、泳法を身に付ける為に、潜る、浮く、バタ足で進む、息をしないクロールで泳ぐ、などの画一的な指導により、主に、泳法技術を身に付けることが目的である。

アクアムーブメントの目的は、泳法指導とは異なり、水という素材あるいはプールという環境を利用して、子供たちの動きの拡大を柱としながら全面的な発達を援助していこうとする点である。子供たちは、ムーブメント（身体運動）の経験により、感覚や知覚の発達、そしてさらに、自己の動きや表現、概念形成、社会性などを発達させる。



したがって、アクアムーブメントのねらいは、子供たち自身が水のなかで楽しく身体を動かし、あるいは子供の身体を動かしてやることにより、感覚運動技能の習得と身体意識の形成を図りながら、心理的諸機能を高め、最終的には、子供の「健康と幸福感」の達成をねらうものである。

II. アクアムーブメントの実際

1. アクアムーブメントの有効性

- ＝アクアムーブメントは、運動経験の初期段階（ベビー）から可能であるため、精神年齢にあったアクアムーブメントプログラムが組める。
- ＝アクアムーブメントプログラムは、指導の初期段階から触覚刺激が得られるため、あらゆる障害特性の子供たちに対応できる。
- ＝アクアムーブメントは、前庭機能への刺激があらゆる方向から、安全か

つ、やわらかい刺激（揺すり）や強い刺激（揺すり）がいかなようにもアレンジできるので、諸機能の統合活動はもとより、心の充足感や全面発達の足がかりとなる。

＝水中では、無重力状態であるため、水泳指導にアクアムーブメントプログラムを組み入れることは、力の使い方が正しくフィードバックされ、身体意識の向上につながり、ひいては、泳法のスキル向上にもつながる。

2. アクアムーブメントの流れ

アクアムーブメントの展開においては、子供が楽しく、興味を持てるような場面作りをすることが不可欠であり、泳ぎの基本的スキル（伏し浮き・背浮き）は自然にできるようになることが大切である。アクアムーブメントは、垂直姿勢・水平姿勢を組み合わせたプログラムで行なわれ、その場面は、水面上、水面、水中の場面であり、泳ぎの基本スキルは水面の水平姿勢である。アクアムーブメントプログラムの展開する上で、子供たちに顔付けや潜りを無理強いするのではなく、例えば、フラフープを最初は水面から大きく出し、首をさげずに通過できるようにし、徐々にフラフープ下げ、通過する空間を狭めていくと、首を曲げて通過しようとする。子供は遊び（顔を付けなさい、潜りなさいという指示を出さない）の感覚でその流れにそって姿勢を変化させ、自然に顔を水に付けたり、潜ったりするようになる。



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

水による自閉症児の実践経過

水による自閉症児のプログラムの在り方

水による脳性麻痺児の治療実践経過 等多数

主な著書

障害児のムーブメント教育・原理と指導の実際(フレーベル館)

実践障害児教育「特集；どんな子供でも泳げるようになる」(学研)

水泳ムーブメント(コレール社)

等多数

講演及び講師 日本言語学会「自閉症児の水泳指導と言語発達」
国立特殊総合研究所「水泳と言語発達」「長期研修生の水泳指導」
「病弱児の水泳指導」
「国際水泳医学会・コーチング会議・自閉症児の水泳指導」
かながわゆめ国体「国際スポーツ会議」
神奈川県立各養護学校「障害児の水泳指導の実際」 等多数

水につながる仲間たちと共に 「でらーと」にて



古代より人々は水の中に全身を浸すことが蘇ったような気分になることを知っていました。例えば禊ぎ（みそぎ）全身を水の中に入ると総ての罪が取り除かれたような気分になります。またバプテスマ（洗礼）これも水中にはいります。最近では頭に

水をかけますが本当は全身を水に入れます。このように古くから人々は水の中に入る意味が解っていたのだと思います。水の中に全身を浸すとなんともスッキリした気分になり、新しい意欲がわいてきます。なぜかと言えば、水の中では浮力により地上の重力から開放され浮くことができます。すなわち重力に抵抗していた筋肉がリラクセスしてくるのです。そして水中で運動をすればストレッチに似た効果も期待できますし、関節を動かさず運動でも軽く可動域を広げる動作ができます。それに加え水の抵抗で筋力まで強化されます。水の中の運動はいろいろな身体に良いことが沢山あります。

6月27日と7月11日に静岡県富士市にある障害者通所施設（重症心身者）、「でらーと」にうかがいました。通所青年たち24名に水の中を楽しんでいただけたらとの思い、水の中の介助に協力していただく水が大好きな仲間と一緒に富士山の一番美しく見える富士市に期待に胸を膨らませながらやってきました。残念ながら両日とも梅雨の最中で美しい富士山を見ることが出来ませんでした。「でらーと」の目標「人と地域と自然にふれあう、心豊かに大切な時を普通に生きる」に沿って直ぐそばにある静岡県富士水泳場（50メートル10コースのプール、飛び込みプールいずれも床が可動式）に到着、バリアフリーが徹底していて段差がなく着替え室へ、初めての大きなプールにまず驚き、こんな広いプールに入るなんて、深くないのかな、冷たくないのかな、

それに知らない介助の人、総てが驚き、戸惑い、さてどうなるのかなあ！これが青年たちの気持ちだったかもしれません。

「でら一と」の目標の「普通に生きる」

1. 社会の一員として、より多くの人との関わりを大切にする。
2. 健康・生活・社会面に関する障害を軽減する。
3. 能力に応じた生活の質の向上。
4. 福祉社会の啓蒙をする。

この基本理念にそった活動のための一頁を開くことが出来れば・・・と思いましたが。

6月27日、青年たちの半数が水の中にいよいよ入ります、水着に着替えてプールサイドへ青年たちの緊張の高まりが肌で感じられます。なかにはうれしくてプールいきなり飛び込みを試みる青年もいました。足先、手先をぬらしてゆっくり、ゆっくり



水の中へ、水温は29.5度、少し冷たいかなと思うくらいでした。水の中に入った瞬間、緊張を全身に感じました。ゆっくりゆずって緊張を少しずつリラックスさせながら浮かせて行きます。浮き水着を着ているので寒さの緊張よりも新しい場所、新しい人との関わりの方が大きかったかもしれません。介助の方々も戸惑いや緊張が始めは強かったようです。ともかく水の中で身体をおもいっきり動かし、水の中を歩きまわり、顔をつけることが出来る方もいました。硬直が取れ始めたころもうすでに終わりが近くなってしまいました。皆があつまって何をやるのかな？ 急に水の中から赤、青、黄色の小さなきれいなボールが沢山とびだして大騒ぎ、あっちへいたりこっちへきたり、ボールも動く、身体も動く、籠にボールを入れて水中玉入れゲーム、それから歌をうたいながらトンネル（ウレタンのボールやウレタンの薄い板のトンネル）をみんなでぐります。暗いトンネル短いですが少し怖くて、愉快だったようです。

7月11日2回目11名、前回の経験から参加する青年たちに水の中に入る意味を言葉でしっかりと説明をしてからプール入りました。介助の方々もプールの様子がわかっているのでスムーズに活動していただきました。青年の中に

は自力（補助なし）で20M位泳ぐ方も出てきました。水の中で身体を充分に動かすことが出来ることは素晴らしいことです。関節の稼動域を改善したり、呼吸の能力を高めたり、筋力アップ、肥満防止、エアロビクス効果等、カラダに良いこといっぱいです。これからも定期的に続けていただけたらうれしいです。

最後に「でらーと」のみなさん、水中介助に協力いただいた方々、みんなが知り合えて本当によかったと思います。感謝の気持ちでいっぱいです。この中から新しい活動が生まれてくることを心からお祈りします。またお目にかかりましょう！

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

重症心身障害児(者)のアクアムーブメント

はじめに

重度の肢体不自由と重度の知的障害を併せもつ、いわゆる重症心身障害児(者)へのアクアムーブメントの実践を行うことができた。きっかけはNPO法人「楽しいスポーツを支援する会」の臼井代表は私の大学時代の先輩で、私が勤める重症心身障害児(者)の通所施設を訪ね、今年度通所施設利用者に2回の集団指導を行ってくれた。本会報に4回にわたって、紹介する。

第1報は私の勤める知的障害者通所更生施設でらーと、とその利用者の紹介をする。

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。

第3報では重症心身障害児(者)のアクアムーブメントの目的と方法。

最終報ではその結果と考察・まとめを掲載する。この会報が多くの重症心身障害児(者)へのアクアムーブメントの拡がりに期待したい

第1報

知的障害者通所更生施設でらーと



「でらーと」は英語の deligt (喜ぶ・楽しむ) から理事長が命名した名前です。静岡県富士市の中心地から少し離れた高台にある広見という地区にあります。眼下に駿河湾、背後に富士山を眺めるととてもいい立地条件にあります。すぐ隣には薔薇がきれいである有名な広見公園があり、利用者の散歩コースとなっています。

平成16年4月にオープンした施設で知的障害者通所更生施設という種別ですが、利用している方々(定員20名)はすべて、知的障害と身体障害が重複し、しかも重度の重症心身障害児(者)と呼ばれる方々です。

でらーとは社会福祉法人インクルふじという法人が運営しています。この法

人は、重症心身障害児(者)の親たちが立ち上げた法人で、でら一とはその最初の事業でした。法人の立ち上げには約5年近くの準備期間を要し、その間、親たちは養護学校卒業後の我が子の進路を心配して様々な活動の中で、最終的に自分たちで法人を立ち上げて施設を作る決意をしました。土地は富士市から無償でお借りしていますが、建設資金や運営資金は親たちが出し合って創設しました。

親たちの願いは、どんなに重い障害を抱えても、その親も本人も普通に生活できる社会にしたいというもので、それは法人の基本理念「普通に生きる」として掲げています。

利用者の平均年齢は二十歳くらいで成人の施設としては、年齢は若く養護学校を卒業したばかりの方々が通所しています。

利用者の多くは四肢及び体幹の機能障害が重く、寝たきりの状態で日常生活すべてに介護を要します。知的な障害の程度も最重度で、言語によるコミュニケーションは全く取れない状態です。したがって、通所施設といっても作業による生産活動のようなメニューは日課にはありません。

主な活動は、まず健康を維持することです。障害が重くても重いなりに体調の良し悪しは当然あります。(具体的な障害の内容については第2報に記す)自分で体を動かさない人が多く、健康維持の活動は毎日の日課で最も重要な活動です。健康は体だけの問題ではありません。心の健康を維持するためには楽しい活動も重要です。午前は体の健康維持の活動・午後は心の健康維持のための活動としています。



広見地区のお祭りにて

彼らは自らできることは本当に限られていますが、とても明るく毎日を過ごしています。

彼らの障害の重さと彼らの明るさ・清らかさにだれもが心をうたれます。そして勇気を与えてくれます。それが彼らのすばらしい魅力です。その力を社会に役立てることが一番の活動として、でら一とでは多くの人と関わることを目標にしています。

そんな活動の一環として私の大学の先輩である、臼井代表からアクアムーブ

メントの話があったときは、また多くの人と触れ合えることができ、彼らの魅力を知ってもらえると思いました。同時にアクアムーブメントによる、水の力は彼らを重い障害から解放してくれることを期待して取り組みました。
つづく



小林不二也

(こばやしふじや) 49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

■【1】社会学の考え方と〈障害〉のとりえ方

▼(1)はじめに—社会学(sociology)の特徴—

社会学(sociology)という学問について、皆さんはどのようなイメージをもたれているでしょうか。初回では、社会学の考え方について、〈障害〉のとりえ方を中心にして、紹介をさせていただきたいと思います。

はじめに、社会学とはどのような学問であるのかを説明しなければならないでしょう。社会学は、「社会科学」という領域に位置づけられ、経済学や心理学などと同じ領域に属しています。経済学がモノとお金の動きとしての経済現象を扱う学問ならば、心理学は、起こっている現象の原因を個人や心の問題にして考察する学問です。その人の生い立ちが〇〇だったから、△△といった行動がなされたといったように心理学では説明されることがしばしば見受けられますが、社会学ではその原因を「社会」にもとめます。

つまり、人びとの行動や意識といった個人的な事柄が、社会や環境から影響を受けていることを強調するのが社会学です。そして、人と人との〈つながり〉を重視します。私たちが日々生活を営んでいる「社会」は人と人との〈つながり〉によって成り立っており、社会学はそうした〈つながり〉を考察対象としています。具体的に言えば、①個人と個人の〈つながり〉、②個人と集団(社会)の〈つながり〉、③集団と集団の〈つながり〉という3つの〈つながり〉を主に考察の対象としていくのです。



▼(2)個人的な事柄と社会的な事柄

具体的な事例から考えてみましょう。右利きの人は左利きで日常行動を行うことを想像してください。左利きの人は、右利きでお願いします。まず、トイレに行つて用を足すことを想像してみましょう。

水を流すために取り付けられているノブは、トイレの形状にもよりますが、そのほとんどが「右側」に付いています。次に、切符を買つて、駅の自動改札に入ることを想像してみてください。ここでも切符を投入する入り口が「右側」

に付いていることに気がつきます。これらの事例からは、社会が右利きの人を中心にデザインされているということがわかります。

以上の具体例は、利き腕という個人的な事柄とトイレや駅の改札口という「社会」との〈つながり〉についてのものです。実は、何気なく過ごしていた日常生活ですが、左利きの人には不便にできていたのかもしれない。しかし、実際に不利益を感じるのは、左利き用の包丁やはさみが右利き用と比べて高価だったり、入手が困難であったりする時でしょう。

こうした事例のように、利き腕という〈個人的なもの〉は、実は「社会」のデザインによって決まってくるのであって、〈障害〉にまつわる様々な問題も同じ構図でできあがっています。社会学の観点から〈障害〉を考えるとということは、〈障害〉の責任を「個人」にあるとすることではなく、「社会」の側にあると位置づけて考えることなのです。

▼(3) バリアフリー社会の弊害

社会の中の多数派は、健常者です。このことから、さまざまな公共機関や交通システム、建築物や住居、プールといった余暇施設が健常者中心にデザインされていることが容易に想像できます。最近では〈バリアフリー〉という考え方のもと、こうした状



況は改善される傾向にあります。聞こえの良いそうした考え方も内実は健常者中心のデザインであることがわかります。

つまり、〈バリアフリー〉といっても、ごく限られた空間だけがそうなるだけです。そして、ごく限られた空間だけが〈バリアフリー〉になることでかえって、利用者である〈障害〉の当事者の現実を改めて浮き彫りにさせてしまうきっかけを「社会」は用意してしまいます。ごく限られた空間を〈バリアフリー〉にすることで健常者たちは、満足し、〈障害〉の当事者が抱える様々な問題に配慮したつもりになってしまっていないでしょうか。〈バリアフリー〉の利用者は〈障害〉の当事者に偏るという現実問題を見逃していないでしょうか。バリア

フリー社会とは、健常者と〈障害〉の当事者とが出会わないようにしてしまう可能性をもっているのです。

したがって、社会学的な観点からすれば、〈バリアフリー〉を次のように考えることも可能になります。問題の責任は〈障害〉の当事者を「無力にする社会」にある、と。したがって、〈障害〉を社会的に考えるということは、健常者を中心に「社会」がつくりあげられていることに注意を払い、健常者中心の「社会」を「常識」とはせずに、その「社会」によって〈障害〉の当事者たちの社会環境が無力化されているととらえることなのです。

▼(4)〈障害〉の当事者の問題は健常者の問題である

〈バリアフリー〉によって〈障害〉のイメージは、当事者不在のまま不当な形でつくりだされつづけています。〈障害〉の当事者は、〈バリアフリー〉という考え方によって、健常者との出会いという「他者の経験」から隔離され排除されているのです。したがって、必要なのは、ルールや場を共有する経験そのもの、健常者と〈障害〉の当事者たちが本当の意味で出会うことのできる環境づくりではないかと思われます。

しかしながら、そうした環境づくりに欠かすことのできないのも健常者なのです。〈障害〉の当事者たちと具体的な場や経験をともにする教師や指導員、そして親密な他者である親、「社会」との橋渡しの役目をする学校や地域、NPOといった社会集団がいかなる役割を果たすのかによって、〈障害〉の当事者たちの〈人生〉は左右されます。だからこそ、〈障害〉の当事者の問題は、健常者の側の問題でもあるわけです。

初回では、バリアフリー社会を批判的にとらえ、〈障害〉を社会的にとらえるとはいかなることなのかを紹介してきました。次回からは、こうした社会的な観点から、健常者と〈障害〉の当事者の具体的な〈つながり〉を見ていくことにしたいと思います。

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」近刊予定

『障害学研究』No. 2(障害学会編)

「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」

活動予定

川崎市麻生区の柿の実幼稚園にて
イベントと指導者養成の合体



- 平成 18 年 11 月 3 日 第 1 回知的障害者のアクアムーブメントボール
第 5 回アクアムーブメント指導者養成講習会
- 平成 18 年 11 月 23 日 第 2 回知的障害者のアクアムーブメントボール
第 6 回アクアムーブメント指導者養成講習会
- 平成 19 年 2 月 12 日 第 3 回知的障害者のアクアムーブメントボール
第 7 回アクアムーブメント指導者養成講習会

東京都多摩障害者スポーツセンターにて

- 平成 18 年 11 月 19 日 第 1 回身体障害者のアクアムーブメントボール
- 平成 19 年 1 月 28 日 第 2 回身体障害者のアクアムーブメントボール
- 平成 19 年 2 月 25 日 第 3 回身体障害者のアクアムーブメントボール

NPO 法人楽しいスポーツを支援する会事務局

〒215-0015

神奈川県川崎市麻生区虹ヶ丘 3-1-2-103

☎ : FAX 044-989-4464

アドレス : t_s_shien@yahoo.co.jp

イベント・講習会の詳細及びお申込は、

URL アドレス <http://www.sports-i.com/npo/registration.html>

又は、事務局にお問い合わせをしてください。

イベント・講習会のデモ DVD があります。ご希望の方はメール又は FAX でお知らせください。お送りいたします。