

双方向で考える共生社会 —スポーツを通じ気づく支援の在り方—

一般社団法人輝水会

手塚 由美

(スポーツ 支援者 双方向)

1. 目的

人の多様性を認め、共に生きる地域共生社会を考える時に、障害だから、高齢だからという壁を超え、互いが同じ人間という原点に戻る必要がある。

10数年前、中途障害（脳損傷者）三嶋完治氏との出会いから、私の人生の進む方向が水泳指導から、社会リハビリテーションの側面からみた障害当事者の心身の健康づくりへと一変した。競泳選手を経て30数年間携わってきたやりがいとは別の、当事者一人一人の人生に直接かかわることに大きな社会的使命を感じている。



病院を一步出れば患者と言われていた人は“生活者”となり元いた地域に戻るが、すぐに患者から生活者の心に戻れない。我々は、スポーツをツールとし、障害のある人の自立と社会参加を目的とした「リハビリ・スポーツ講座」を2016年度、世田谷保健所健康企画課の助成を受け松原地区で開催したことをきっかけに、その後、世田谷区保健センターと連携しながら毎年開催し、2020年現在、松原・若林・希望が丘・奥沢の4拠点で自主活動のサポートを行ない、年間延べ400名以上の障害のある人や高齢者がスポーツ活動（ボッチャ・卓球・水泳）を行っている。この5年間、当事者の変容だけでなく、支援する側にも多くの気づきがあった。今回、スポーツという場を一緒に楽しむことから起こる支援者側の心の変容について省察を深め「スポーツ・支援者・双方向」という言葉をキーワードに、地域共生社会の在り方を再考したい。

2. 実践内容

2016年～2020年、年1回、毎週1回全8回～10回のリハビリ・スポーツ講座（障害のある人や家に閉じこもりの高齢者の自立と社会参加を目指したプログラム）を、各地域にある既存の会議室などを利用して開催。内容は準備運動+ボッチャ・テーブル卓球・コミュニケーションの90～120分で構成した。

- ・本講座の趣旨：参加者の自立と社会参加を目的とするため、指導者・看護師やサポート者は安全面を確保しつつ「参加者がどのような障害や動きづらさがあっても、皆、同じ生活者という立ち位置からスタートする。手を出し過ぎない・本人が出来ることをこちらがやらない・出来ないことがあっても、どうしたら良いかを一緒に考える」
- ・参加者の属性：脳卒中片麻痺者（独歩・車椅子）高次脳能障害・パーキンソン病・股関節症・術後の四肢麻痺等多様な障害、年齢36歳～87歳
- ・指導者・スタッフ：世田谷区保健センター・一般社団法人輝水会から各1名・看護師1名（保健センター）・地域の福祉職・地域の主婦などのサポート者

3. 結果（経過、私たちが学んだこと）アンケート回答より

支援者（福祉専門職・看護師・地域のサポートメンバー）の参加後の変化。

