

ぼれぼれ

▼ 1990年 ドイツで行われた障害者柔道大会



▲ ロサンゼルス (米) で行われた 2015年スペシャルオリンピックス世界大会の柔道競技
試合の合間に各国のコーチや選手と話し、世界の障害者柔道実践の様子を聞き取ることができました

▼ 今年行った「初級柔道体験教室」(外国の方向け)、この日は教える側になって取り組みました



▲ わらしべ会障害者柔道教室の練習風景



▲ スウェーデン障害者柔道の一団が来園し、一緒に練習しました

知的障害、発達障害のある人の柔道の取り組み ～わらしべ会障害者柔道教室の活動～

「わらしべ会障害者柔道教室」は、地域に住む知的障害のある人を対象に、毎週土曜日午後2時から約1時間、わらしべ園の多目的室(柔道場)で練習を行っている。現在登録は13名、練習は、黙想、「柔道上達の秘訣」の読み上げ、受け身の練習、打ち込み(大外刈り・大内刈り・背負投げ)、約束稽古、乱取り、黙想、「柔道部心得」の読み上げ、掃除の順で行っている。

今後は、大会の開催や知的障害のある人を対象とした独自の昇段制度、指導者研修制度など、関係機関と連携して進めていきたいと考えているが、当会の柔道教室がその一助となり、将来的には「地域の柔道教室で障害のある人が柔道を一緒にできる環境づくり」に進めていけると夢を持っている。

さぼーと Contents

support
第64巻
第10号
2017.10

No. 729

巻頭言

「責任」はどこにあるのか 森下浩明

訪問記

1 埼玉県・社会福祉法人清心会

Gallery

2 定國直哉

カラーページ

4 ぼれぼれ(知的障害、発達障害のある人の柔道の取り組み～わらしべ会障害者柔道教室の活動～)

6 訪問記

埼玉県・社会福祉法人清心会 大口和江

10 特集 Special Edition

生きがいを感じる豊かな日中活動とは——生活介護における暮らし方・働き方——

- 11 1 障害のある人にとっての「生活介護」とは——利用する人、サービス内容の変遷に着目して——
中野敏子
- 14 2 本人中心の視点に立った生き方支援——生活介護から考える今後の本人中心支援の展開——
玉木幸則
- 16 3 重い障がいのある人たちの生きがいを引き出す取り組み——芸術・表現活動を積極的に取り組む中から——
福森 伸
- 18 4 社会参加の場としての生活介護は今のままでいいのか 岸田 隆
- 20 5 生きがいを感じる豊かな日中活動とは——生活介護事業所の活動内容を考える——
下郡山和子
- 22 6 生活介護事業の本質的役割について 大垣勲男

24 であい【ゲストからの提言】

ともに学ぶ 延命政之

26 フォー・ナイス・ビギナー【はじめて働くあなたへ】

障害を理解する(3) 精神障害を理解する
～精神障害の人の支援ニーズを把握するには～ 古荘純一

30 風の通り道①【エッセイ】

利用者は鏡 星名 究

31 用語解説【How-To】

エンドオブライフケア 祐川暢生

32 レポート【実践報告】

利用者支援の向上と地域福祉推進、そして福祉人材育成に取り組む
～法人事業報告会のあり方～ 青戸 亨

36 THE・HEROES【本人紹介】 川浪達也

37 あなたに届けるメッセージ【はじめて働くあなたへ】

本人の思いや願いと家族の希望や考え方の方向性が異なる場合、
どのように支援体制を整えたらいいか……

38 ぼれぼれ【実践あれこれ】

知的障害、発達障害のある人の柔道の取り組み
～わらしべ会障害者柔道教室の活動～ 辻 和也

42 スキルアップQ&A【How-To】

障害のある人が選挙で投票するために利用できる制度などを教えてください。
三瀬修一

44 セミナー【How-To】

【発達障害児・者への支援】
TTAP(自閉スペクトラム症の人の移行アセスメントプロフィール) 梅永雄二

51 集え、若職人! 若手職員本音トーク【スタッフ紹介】 田中夏美

52 東西南北【時の話題】

千葉県における強度行動障害者への支援者養成研修の取り組み
～強度行動障害者支援のスペシャリストを目指して～ 田熊 立

54 今月の切り抜き【時の話題】

チーム力 西原雄次郎

55 読者プレゼントコーナー

「こんにやく詰め合わせ」と「日本酒 清濁併香」 わくわくワーク

56 ちょっと言わせて【読者投稿】

「さぼーと」8月号特集を読んで 古川 敬

心の内をみる ねこ好き看護師

57 まんが がんばれ!! はりきり君 カトウメグミ

58 お知らせ 60 編集後記

ぽればね

知的障害, 発達障害のある人の 柔道の取り組み

～わらしべ会障害者柔道教室の活動～

大阪府・社会福祉法人わらしべ会
柔道教室担当 (法人事務長)

辻 和也

わらしべ会障害者柔道の成り立ち とこれまで

わらしべ会の障害者柔道は、1970年代に法人の開設者であり医師の村井正直(1926～2010)が就学前の脳性まひ児を自身の運営する地域の柔道教室に参加させ、障害児、健常児の隔てなく統合した形で練習を始めたのがその始まりです。

そこで村井は、医療的なりハビリテーションでは得られない脳性まひ児の意欲的な運動に着目しました。柔道を通じて、その子らが体力面、健康面、身体能力面の向上を獲得していく様子を目の当たりにし、柔道が身体障害のある子どもらにとって有効なものであることを確信しました。

1981年に成人の身体障害者施設「わらしべ園」(大阪府枚方市)を開設してからは、脳性まひ者だけでなく、脳血管障害による片まひ、高次脳機能障害者など、対象の障害を限定せず施設を利用するさまざまな障害の人との柔道を実践し、身体感覚の回復と身体機能の向上に活用してきました。

1990年代には村井の知人を通じて紹

介があり、イタリア、ドイツの障害者柔道の大会に参加することができました。

2010年からは当法人が開始した就労支援事業所に通う軽度の知的障害者、発達障害者の週末の活動の場として、法人独自の事業として「わらしべ会障害者柔道教室」を開始し、体力向上と余暇時間の活用、礼儀の学習に役立てています。

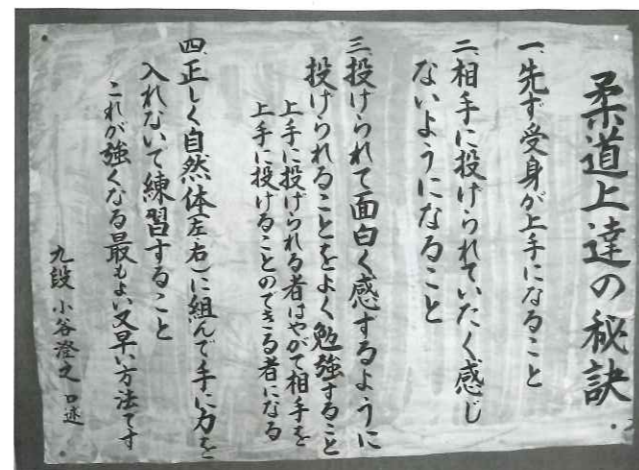
現在の

「わらしべ会障害者柔道教室」

現在の「わらしべ会障害者柔道教室」は、地域に住む知的障害者を対象に、毎週土曜日午後2時から約1時間、わらしべ園多目的室(柔道場)で練習を行っています。現在登録は13名で、毎回の練習には6～7名程度が参加しています。

練習内容は、黙想、「柔道上達の秘訣」読み上げ、ペアになって準備運動、受け身の練習、打ち込み(大外刈り、大内刈り、背負投げ)、休憩、約束稽古、乱取り、黙想、「柔道部心得」読み上げ、掃除の順で行っています。

「柔道上達の秘訣」は、村井と親交のあった故小谷澄之十段がわらしべ会に残



故小谷澄之十段よりいただいた言葉「柔道上達の秘訣」は道場に貼り出し、練習前みんなで読み上げます

してくださった言葉であり、柔道上達のための的確さと教えの簡潔さは、知的障害のある人にも理解しやすく、毎回練習前に唱和しています。

「柔道部心得」は、わらしべ会障害者柔道教室を開設したときに作ったもので、柔道の稽古が練習生の生活の規律につながることを誓って、最後にみんなで読み上げます。

「わらしべ会障害者柔道教室」の これまでの活動

わらしべ会障害者柔道教室では、これまで2011(平成23)年6月、神奈川県柔道連盟春季指導者講習会(神奈川県立武道館)、2013(平成25)年9月、日本武道学会障害者武道専門部会(筑波大学)で、練習生と一緒に障害者柔道のデモンストレーションを行ってきました。練習生にとっては貴重な柔道遠征の機会であり、当教室にとっては柔道関係者に障害者柔道の理解を広げてもらう機会として貴重な体験となりました。筑波大学でのデモンストレーションの翌日に東京デイズニーランドにみんなで行ったのも良い思い出です。

2016(平成28)年7月には、スウェーデン障害者柔道チーム(知的障害者13名、コーチ3名)がわらしべ園に来園し、

一緒に練習する機会に恵まれました。スウェーデンをはじめ欧米では、障害のある人が一緒に一般の道場で稽古する姿が日常のものとして馴染んでいます。彼らはそうしたこれまでの経験から、障害のある人を対象とした、あるいは健常の人と一緒に練習する独自のプログラムを持っています。

当日は、スウェーデンのコーチに練習を進行してもらい、当会の練習生とスウェーデンの練習生と一緒に練習し、共に汗を流しました。

2016年(平成28)年10月には、練習生の1人が初段に昇段することができました。一般の人に混じって大阪府柔道連盟の昇段試合で規定の勝ち数を満たして、念願の黒帯を巻くことができました。12月3日の毎日新聞夕刊ではこの昇段を紙面で紹介していただきました。

今年に入ってからは、障害者柔道に関心のある人たちと一緒に練習し、そのあ



練習生の一人が初段に昇段したことが毎日新聞に取り上げられました



9月に「障害者柔道交流会」を行いました。練習後には園庭でバーベキューをしました

と園庭でバーベキューを楽しんだ「障害者柔道交流会」。留学や仕事で近隣に住んでおられる外国の方を対象とした「(外国の方向け)初級柔道体験教室」。春休みや夏休み等の長期休みに数日実施する「(知的障害、発達障害児者対象)短期柔道教室」などを実施してきました。

「(外国の方向け)初級柔道体験教室」は、受け身程度ができるようになった当教室の練習生の柔道を何かに生かせないかと考えた企画です。台湾の男性2名、ベトナムの男性1名、カナダの女性1名が参加され、初めて柔道を体験されました。当会の練習生が技の受け手となることで、私たちの障害者柔道が国際交



柔道上達の秘訣を守って、普段の練習風景

流、日本文化理解のために少しですが役に立てた気がします。

練習内容と工夫

当教室の練習生の中には左右の認識があいまいな人がいて、準備運動で「右から」と声をかけて始めても半分位の人は反対側から始めている現状がありました。そこで練習前にヘアバ

ンドを渡し、右手にはめてもらってから練習を始めるようにしました。指導者も同じように右手にはめて、「バンドをはめている手を挙げてー、その手の方に体を倒します」と声を掛けると、この方法を取り入れた初日から全員がそろって同じ方向を向いてできるようになりました。

また当教室では「自転車のハンドル」を購入し、受け身の練習に役立てています。「投げ技マイスター」という柔道の練習器具があるのですが、これはその応用です。

受け(技を受ける方)に膝立ちの姿勢になってもらい、取り(技をかける方)は身体を半身に横に向けるか回転することで、体さばき(技を掛ける前の予備動作)と崩し(体さばきによって相手のバランスを崩すこと)を簡単に体感することができます。また同時に受けも安全に受け身の練習をすることができます。

こうした練習器具を使うことで、言葉による細かい説明の理解が苦手な人でも技のポイントを身に着けることができるようになってきました。

事例から

教室の開始当初から参加しているIさん(軽度の知的障害者)は、もともと親



昨年行った障害者柔道交流会

戚の方がIさんが引きこもりになることを心配して、当法人の相談支援に来られたのがきっかけでした。高校時代に少しやっていた柔道を当会で再開し、同時に就労支援事業所にも通うように支援しました。その後、就労することができましたが、柔道の練習は絶えることなく続け、昨年念願の初段(黒帯)を獲得することができました。

また精神障害の男性は、「柔道の練習をした日は夜の寝つきが良い」とおっしゃっています。何度も受け身をする中で皮膚感覚が刺激され、昼間の脳の覚醒につながり、メリハリのある生活リズムが生まれたものと考えています。

今後の課題

2015年にはスペシャルオリンピックス世界大会(ロサンゼルス)に視察に行く機会に恵まれました。ヨーロッパやアジア、北南米、アフリカから知的障害のある選手が柔道競技に参加し、試合で奮闘している姿と試合後に友好を深めている様子を目にして、まだ柔道に選手を派遣できていない日本の現状を何とか前に進めていくために力になりたいと思って

います。

また国内での大会の開催や彼らを対象とした独自の昇段制度、指導者研修制度などを今後、関係機関と作っていくことになると思いますが、当らしべ会障害者柔道教室がその一助となり、将来的には「地域の柔道教室で障害のある人が柔道と一緒にできる環境づくり」に進めていけたらと夢を持っています。

【お問い合わせ】

〒573-0103
大阪府枚方市長尾荒阪 2-3545
社会福祉法人わらしべ会
TEL072-850-5507 FAX072-850-5648

(4ページのカラーページも併せてご覧ください)