



障害のある人のスポーツへの多様な参加を支援するために

障害のある人のスポーツ参加支援推進委員会

第4回 委員の紹介

当委員会では、障害者スポーツに関する現状や作業療法士が実際に関与できる側面などの情報を提供していくことが必要であると考えている。第4回では、第3回に引き続き委員の障害者スポーツに係る活動を紹介する。また、第3回でお願いした作業療法士の障害者スポーツへの係りなどに関するウェブアンケートでは、皆様の貴重な意見や情報を賜ることができ感謝している。

全国障害者スポーツ大会での関わりについて

医療法人 尚生会 アネックス湊川ホスピタル 小黒 修

初めて全国障害者スポーツ大会に関わったのは神戸市の卓球選手として出場した第8回の大分大会であった。スタッフに医療従事者・トレーナーの方等がおらず、ホテルに戻った際、選手に対しケアやリラクゼーションなどの対応ができていないようであった。同じチームにいた麻痺のある選手の試合の様子をみると麻痺側の肩が挙上し、スイング動作の最初から最後まで力が入っている状態であった。手の震えもみられ、サーブミスも何回かあった。パフォーマンスが十分に発揮できていないと思った。各県、競技ごとに監督やコーチがスタッフとして同行するのだが、医療従事者が同行することは稀である。この現場を見て、医療従事者がサポートする必要があると思い、障がい者スポーツ指導員の資格を取得し、支援活動に参加するようになった。筆者も5歳の時に交通事故に遭い、頭部外傷により左片麻痺になっている。「これまでの障害体験がプラスに生かすことができるのでは?」「困っている選手がいるなかで誰かがこの現状を変えなければ」と思い、今の支援活動に至っている。全国障害者スポーツ大会(卓球)の対象者は身体障害者・視覚障害者・知的障害者に加え今年度からは精神障害者が参加できることとなっている。そのため作業療法士として介入できる面が身体面に加えて複数ある。

・身体障害者の方への対応

移動、食事、トイレ、入浴等などのADL面の支援がある。特に開会式、閉会式のトイレは全国の選手で混雑し、待ち時間も長くなることが多い。決め

られた時間内に行動をする必要があり、連絡を取り合う必要がある。入浴では車椅子選手の場合、浴槽の高さによって入れない場合があるため確認が必要である。シャワーでも対応できる方にはシャワーチェアが有用である。また脊髄損傷等で体性感覚障害のある方に対するリスク管理では先に蛇口から適温のお湯が出るかの確認が必要である。

・視覚障害者の方への対応(サウンドテーブルテニス:STTの選手)

ガイドを行う際に時計の針の概念で方向を示す声の掛け方があるが、先天性の方の場合ではこの声掛けでは分からないこともあるので、どのような方向を示すのがよいかをあらかじめ本人に確認するとよいと思う。宿舎に入って先ず行うことは、選手と一緒に部屋の中に何があるかを確認することから始まる。その方の状態にもよるが障害者のなかには部屋の様子が分かれば一人で過ごせる方もいる。

・知的障害者の方への対応

特に多かったのが自身で水分を十分に摂ることのできない選手であった。脱水になる可能性もあり、なかには夜間や早朝にこむら返りになる方もおられた。また、ホテルでの食事がバイキング形式の場合、食べすぎてしまう選手もいるため、声掛けが必要であった。さらにメンタル面の配慮も必要である。過去にメダルが取れなくて悲しまれる選手がいた。その際にその方のスポーツに対する頑張りやたたえるために手作りの金メダルをボランティアの方と一緒に

に作り精神面でのケアをしたこともある。

・精神障害者の方への対応

選手のなかには、1泊2日ぐらいの滞在期間は問題がないが、滞在期間が4泊5日など長くなると参加が難しいという方がいた。選手のなかには、環境の変化に弱い方や対人交流が苦手な方もおられるため、配慮が必要である。

作業療法士として介入できる場面は本当にたくさんあると思われる。1人でも多くの医療従事者がこの大会でサポートできれば身体のみでなく、精神面や生活にも密着した支援が可能になると考える。障害者スポーツには我々作業療法士だからこそできる支援があるのではないだろうか？

全国障害者スポーツ大会の目的はパラリンピックなどの競技スポーツとは異なり、障害のある人々の社会参加の推進や、国民の障害のある人々に対する理解を深めることにある。これまで選手と一緒に6回同行しているが、どの選手もこの大会を楽しみにし、日ごろから練習に励んでいる。メダルを獲得した時は選手、監督、コーチと一緒に喜びを分かち合うことができる。生き甲斐や生活の質にも関わっていると考える。障害者とスポーツの架け橋はここにあると感じる。

筆者は2019年10月に開催される「いきいき茨城ゆめ大会2019」に神戸市の卓球選手として出場することになっている。医療従事者としての役割も担いながら選手としてもメダル獲得を目指したい。

私が障害者スポーツに夢中になっている理由

訪問看護リハビリステーション とびら 角田 慎司

私が障害者スポーツに夢中になっている理由は、障害者の生きがい（QOL）は、障害者スポーツのなかにこそあるのではないかと考えているからである。

今から20年以上前のこと、中学校在学中は野球部に所属していた私は、スポーツなんてものは試合に出て活躍しなければ意味がないと考えており、全力で試合に出るための努力を続けていた。しかし結局なかなか試合に出ることが叶わず、私はスポーツに打ち込む理由を見いだせないまま、高校・作業療法士養成校の在学中は運動部に所属せず、音楽を中心に楽しんでた。

作業療法士として働き出した1年目のときにスポーツに対する冷めた情熱が再燃する機会が訪れた。就職した病院の作業療法科では、毎週土曜日に作業療法士がパターゴルフ、ボッチャ、手芸のなかから患者に適した活動を選択して、患者がプレーを楽しむためのサポートを行っていた。脳卒中片麻痺の状態である方は少し先の未来に確信がもてず、途方に暮れていることが多い。急性期病棟での死と向き合う時期から脱出した患者は「今までのように満足な生活ができない」という思いをかかえて回復期病棟で暮らしていたりする。それでも、パターゴルフやボッチャを通じて競い合い、お互いの健闘を称えた拍手で終わることができ、心から楽しんだ体験は、社会復帰の足掛かりとなり得たに違いない。残念ながらこうした集団リハは診療報酬改定により1年後には個別リハに変更になってしまった。先輩作業療法士が「これ（集団リハ）が作業療法士の本質な

のにね」と集団リハの終了を残念そうに呟っていたことを、今でも鮮明に覚えている。

時は流れ、新たな障害者スポーツの楽しみ方にも出会った。私がパラアイスホッケーのスレッジ（パラアイスホッケーをするときに使用するソリ）を体験していたときのこと。私は子どもたちのグループに混じって練習をしていた。初心者私のことを翻弄する子どもと大人げなく張り合い、子どもたちとともに本気で楽しみ、その日は声が枯れるくらい笑った。子どもに振り回されて、へとへとになった状態でリンクから上がったなら、驚いたことに私を振り回していた子どもたちのなかに健常児もいた。障害児と健常児が一緒になってパラアイスホッケーを楽しんでいたのだ。とても大切なことだが、一つの競技で障害者と健常者が一緒に楽しめるのも障害者スポーツの特徴である。

障害者スポーツはどうしてもパラリンピックのようなエリートスポーツに目が行きがちであるが、決してそれだけではなく、実際は健康や気分転換の意味で楽しく取り組む市民スポーツが障害者スポーツの大部分である。世界レベルのパフォーマンスやチーム力、トップスピードへの飽くなき挑戦も面白いかもしれない。しかし静かに手を添えて、輪のなかにそっと導き、どのような状態の方に対しても作業療法士の視点からサポートし、全員でゲームを楽しむ環境を作る。そんな作業療法士が障害者スポーツに参加することも良いのではと思う。