

# 戸山サンライズ

4

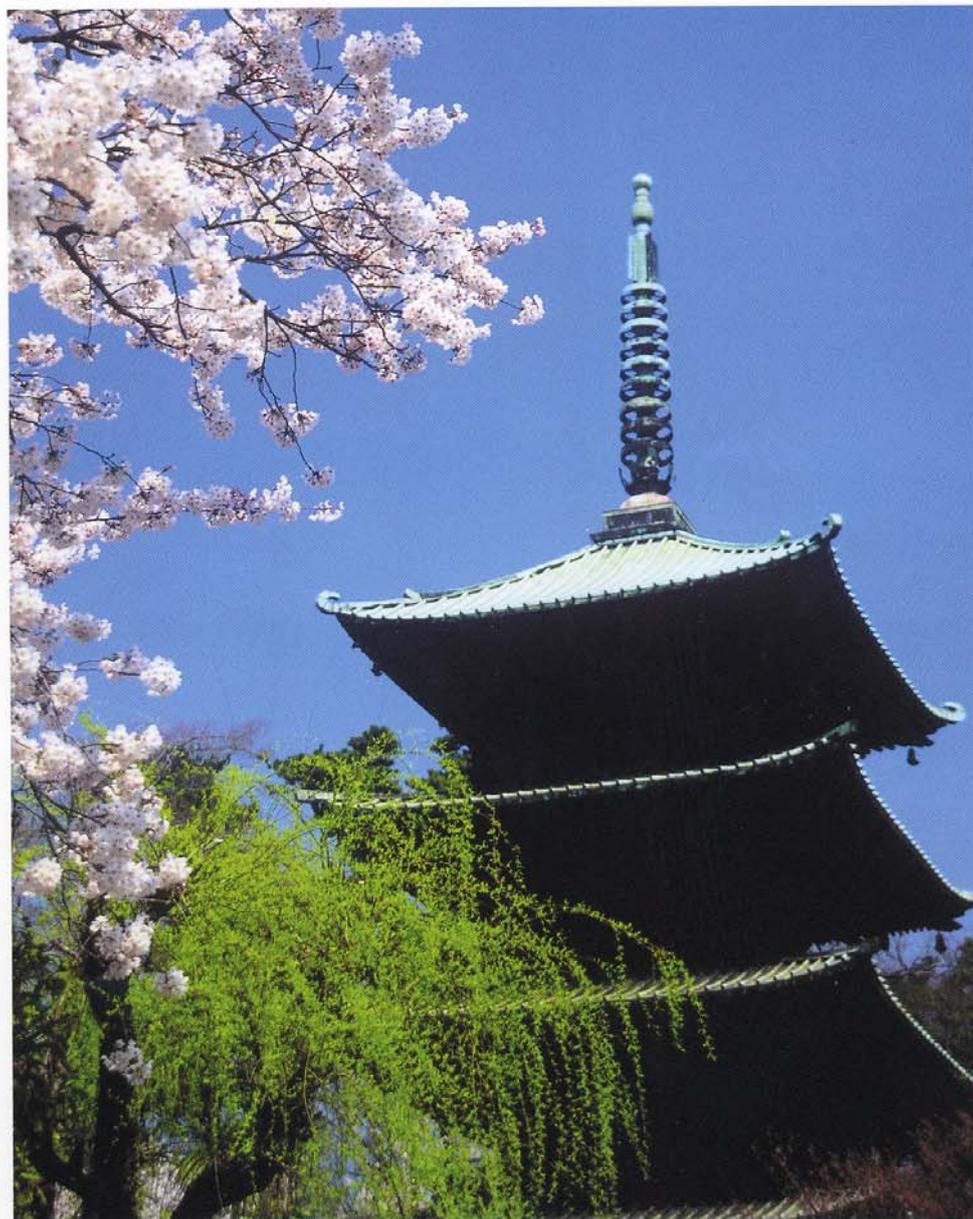
2004

## 特集

平成16年度の障害者スポーツ大会について

## レクリエーション

障害者のレクリエーションをどう理解するか(その1)





## 第18回障害者による写真全国コンテスト

「春の盛り」  
(法華経寺)

千葉県 北島 禮三郎

しばらく花見に出かける事もなかったが、とても鮮やかで美しかった。今年は近くの桜の名所・法華経寺に出かけて青空をバックにお寺の建物を入れてみた。桜も満開できれいだったが、柳の新芽も撮りたいと思った。

このコンテストは、障害者の文化活動等の推進を図ることで技術の向上、自立への促進並びに積極的な社会参加を目的として、(財)日本障害者リハビリテーション協会(全国身体障害者総合福祉センター)の主催により毎年開催されているものです。第18回を迎えた今回のコンテストでも、全国各地より189点にのぼる素晴らしい作品の数々がよせられました。

2004年 4 月号

## 目 次

### 特集

「平成16年度の障害者スポーツ大会について」  
..... 中島 武範・塩沢 康雄・山本 豊・都倉 里江 1

### レクリエーション

「障害者のレクリエーションをどう理解するか(その1)」..... 藺田 碩哉 13

### 障害者の健康と栄養

「当施設における栄養指導の取り組み」..... 深谷 静香 15

社会保険情報 ..... 20

### お知らせ

「戸山サンライズ主催研修会 実施要綱」 ..... 21

## 『平成16年度の障害者スポーツ大会について』

日本障害者スポーツ協会

常務理事 中島 武範

平成16年度は、オリンピックイヤーと呼ばれていますが、障害者スポーツにとっても、大きな大会が目白押しです。

まず、ご承知のとおり、8月のオリンピックに引きつづき、9月17日から28日まで、ギリシャ・アテネにおいてアテネ・パラリンピック夏季大会が開催されます。

日本障害者スポーツ協会においては、前回のシドニー大会終了からこの大会に向けて、加盟の競技団体を通じ出場資格を得るための世界選手権大会への選手派遣や国内における強化合宿訓練等を続けて来ました。

近年のパラリンピック大会は回を重ねる毎に競技性を追及する傾向が強まり、出場資格を獲得するのは、容易なことではありません。

例えば、陸上、水泳競技等は、IPC（国際パラリンピック委員会）が定めた標準記録を世界選手権等公式な大会でクリアする必要がありますし、車いすテニス、卓球競技等は、世界大会等に出場し、ポイントを得、世界ランキングの上位にランクされることが条件となります。また、車いすバスケット等団体競技は、各地域毎に割り当てられた、予選会を勝ち抜いた上位2～3カ国に出場権が与えられるといった、厳しい関門があるといったように、この方式は、オリンピックと同様並大抵のことではありません。

特に標準記録の設定は、昨今の競技中の向上と相俟って毎回高く設定されるようになってきていることも事実です。

日本パラリンピック委員会では、アテネ大

会に出場する選手を去る4月15日の運営委員会において、各競技団体から提出された、リストに基づきその選考を行い、158名の選手を決定したところですが、最終5月12日に参加選手を決定し、選手163名、役員98名、ガイドなど9名を加え、その数は270名の選手団となります。

この数は、前回のシドニー大会の選手151名、役員89を大きく上回り、史上最大規模の選手団となります。

近代オリンピック発祥の地アテネにおけるパラリンピックの開催は初めてのことでありますが、日本選手の活躍が大いに期待される場所でもあります。

また、聴覚障害者のパラリンピックともいうべき「デフリンピック大会」が平成17年1月5日から16日間オーストラリア、メルボルンで開催されます。現在、ろう者スポーツ連盟から、選手104名、役員44名の要請がなされていますが、デフリンピックに成績をみますと、パラリンピック以上に、メダル獲得数等々が世界上位にあり、この大会への出場も是非実現させたいと考えています。

さらに、平成17年2月から5月にかけて、「スペシャルオリンピックス長野大会」がわが国で初めて、開催されます。

スペシャルオリンピックスはパラリンピックと違って、競技性を追及するものでなく、知的障害者とボランティア等がスポーツを通じ、お互いに理解を深めるという理念のもとに実施されるものですが、この大会には、80カ

国から、アスリート2,500名、コーチ650名、ボランティア10,000名、各国のメディア1,000名が予測されていますが、現地に組織委員会も設置され、着々と、その準備が進められています。

その他、冬季オリンピックもその中間年に当たり、2006年のトリノ大会に向けての競技大会も各地で開催されます。トリノ大会への参加資格もこれらの大会での成績が参考となりますので、手抜きは許されません。

一方、国内の障害者スポーツ大会に目を移すと、身体障害者と知的障害者の全国大会を一本化して、全国障害者スポーツ大会が第4回大会として、埼玉県で実施されます。

全国大会は、宮城、高知、静岡大会と3回

を終えています。3つの大会を通じて、種々の問題点が浮きぼりとなってきています。当スポーツ協会としましては、これらを解決し、より良い全国大会を目指すべく、検討委員会を設置し、これに対処することとしています。

いずれにしましても、前述のように今年、障害者スポーツの当たり年です。財政問題、人的問題等、乗り越えるべき課題は、山積していますが、裏返してみれば、障害者スポーツを、多くの人々にアピールするチャンスでもあります。

障害者スポーツに携わる人はもちろん、団体、企業、国民皆様の絶大なご支援、ご協力を切に願うものであります。

## 平成16年度に開催される各世界大会について



2004年アテネパラリンピック競技大会

..... 日本ウィルチェアーラグビー連盟 会長 塩沢 康雄

スペシャルオリンピックス(SO)をご存じですか?

..... 2005年SO冬季世界大会実行委員会 広報局長 山本 豊

デフリンピックとは?

..... 兵庫県立姫路豊学校 教諭

女子バレーボール監督 都倉 里江

# 2004年アテネパラリンピック競技大会

日本ウィルチェアーラグビー連盟

会長 塩沢 康雄

4年に1度の障害者スポーツの祭典、パラリンピック夏季大会（第12回大会）が9日17日（金）から28日（火）にかけて、ギリシャのアテネで開催されます。

世界の約140の国と地域から19競技に約4000人のアスリートの参加が見込まれ、2000年のシドニー大会を上回る過去最大規模の大会になる予定です。日本からは、16競技に約160人のアスリートと約100人の役員が参加することになっています。

大会はアテネ五輪の半月後に五輪と同じ施設を使用して開催され、陸上競技、車いすテニス、車椅子バスケットボール、水泳、自転車、セーリング、ゴールボール、アーチェリー、脳性麻痺者7人制サッカー、視覚障害者5人制サッカー、車いすフェンシング、シッティングバレーボール、ウィルチェアーラグビー、卓球、馬術、射撃、パワーリフティング、ボッチャ、柔道が行われます。

## シドニー大会からの公式種目ウィルチェアーラグビー

リハビリテーションスポーツから競技スポーツに移行し五輪化が進みつつある状況で、重度障害者のパラリンピックへの参加が難しくなっているようですが、主に頸髄損傷者（比較的障害が重いとされる）が競技対象となっている「ウィルチェアーラグビー」は、1996年のアトランタ大会で公開競技として初めて紹介され、2000年のシドニー大会から公

式種目になりました。

ウィルチェアーラグビーは、四肢麻痺者等（頸髄損傷や四肢の切断、脳性麻痺等で四肢に障害を持つ者）が、チームスポーツを行う機会を得るために1977年にカナダで考案され、欧米を中心に普及し約19カ国でプレイされています。

ウィルチェアーラグビーの発祥から約20年後の1997年4月、日本では競技の国内普及とパラリンピックや世界選手権等の国際大会への参戦を目標として連盟が設立され、活動が始まりました。

活動当初は、2000年のシドニー大会への出場を目指していましたが、日本と同じオセアニアゾーンに所属する南アフリカが地域予選会（ゾーン選手権）に参加できなかったことで、予選会の開催規定が満たされず、日本は予選会に参加することさえできませんでした。

日本が初参加となるアテネ大会では、アメリカ、ヨーロッパ、オセアニアの3つの地域（ゾーン）から合計8カ国が参加して競技が行われます。アメリカズゾーンからは、世界ランク1位のカナダと2位のUSAが、ヨーロッパゾーンからは、ヨーロッパチャンピオンで世界ランク4位のグレートブリテンと5位のベルギー、7位のドイツが、そしてオセアニアゾーンからは、世界ランク3位のオーストラリアと6位のニュージーランド、8位の日本が出場します。

【競技の紹介】

ウィルチェアーラグビーには、ラグビー、バスケットボール、バレーボール、アイスホッケー等の要素が組合せられており、バスケットボール用のコートで行います。

選手は、車いすの操作やボールを扱う能力（障害のレベル）により0.5、1.0、1.5、2.0、2.5、3.0、そして3.5の7クラスに分類され、コート上の4選手の持ち点の合計は8.0点を越えてはいけません。

車いすは、専用の車いすを使用します。車いすには、相手の車いすを止めるためのバンパーや、相手の車いすから逃れるためのウィングが取り付けられています。（写真1参照）

ボールはバレーボールの公式5号球を元に開発された専用球を使用し、投げたり、打撃をしたり、転がしたり、ヒザの上などに乗せて運ぶことができ、ルールの規定内であればあらゆる方向にパスすることが可能です。

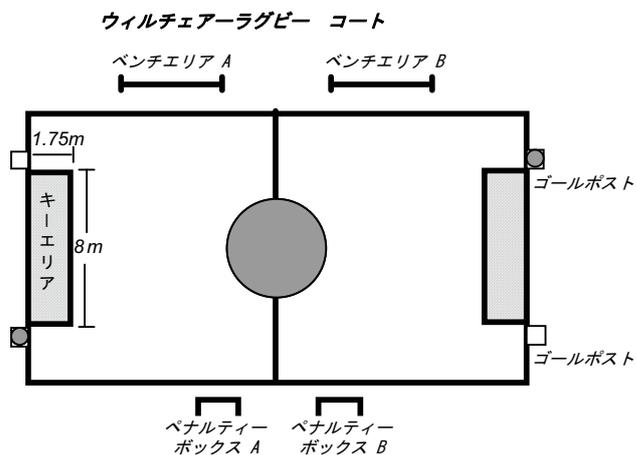
ルールではタックル（相手の車いすに自分の車いすを衝突させたり引っ掛けたりすること）により相手の攻撃や防御を阻止することが認められています。

【基本ルール】

- 1) 競技時間は、1ピリオドが8分間で4ピリオド行われます。延長の場合、延長ピリオドは3分間ごとに区切られておこなわれます。
- 2) ゴールは、攻撃側ボール保持者の車いすの前後輪4輪のうち2輪が相手側のゴールライン（2つのゴールポスト間の8mのライン）上に達するか通過している状態で得点となります。（図参照）
- 3) ボール保持者は、何回車いすを漕いでも構いませんが、10秒以内に1回はドリブルするか、パスを行わなければいけません。
- 4) スローインは、ゴールやバイオレーションまたはファウルの後に試合を再開する時

や、第2、第3、第4ピリオドの開始時に行います。スローインする場合、レフリーのホイッスルの後に、ボールが10秒以内にオフェンスかディフェンスに触れなければなりません。

- 5) スピニング：車いすによるタックル（相手の車いすに自分の車いすを衝突させて妨害すること）がルールで認められていますが、後輪車軸より後方へのタックルによって、相手の車いすを回転させてバランスを失わせたり、転倒させるような場合は、スピニングのファウルになります。
- 6) オフェンスがバックコートでボールを入手した場合、15秒以内にフロントコート（相手側コート）にボールを持ち込まなければなりません。
- 7) フロントコートでボールを所有している選手は、ボールを保持している間にバックコートに戻ったり、バックコートにいる味方選手にパスをしてはいけません。
- 8) 手や腕が、相手選手（所有するボールを除く）に触れると違法な手の使用となりイリガル・ユーズ・オブ・ザ・ハンズのファウルになります。また、手や身体により相手選手の身体や車いすを押さえるとホールディングのファウルになります。
- 9) ボール保持者が相手選手の車いすによりトラップされた（捕まった）場合は、10秒以内にパスをするか、その状況から逃れな



ければなりません。

10) キーエリア（制限区域）内での制限（図参照）

① ディフェンスの場合、キーエリア内に同時に入れる人数は3人以下です。4人目がキーエリアに入った場合はフォー・イン・ザ・キーのファウルになります。

② オフェンスは、10秒までエリア内に留まることができます。10秒を越えた場合は相手チームにボールの所有権が渡ります。

11) 両チームの選手がボールを奪いあっている時、両チームの選手の間や車いすの間にボールが留まった時、ボールが車いすの下に挟まった時、あるいは、両チームの選手が同時にボールをコート外に出したと判断された時等はヘルドボールとなり、サイドラインの指示された場所から、両者がスローインする権利を交互に得ます。

12) チームがボールを所有している時は、1試合に4回まで、1分間のタイムアウトを取ることができます。

## メダルゲームを目指して

シドニー大会以降2002年にスウェーデンで開催された世界選手権を経て、日本を含む世界トップ8の国々の競技レベルは急速に向上し、また急接近しています。

シドニー大会までは、長年に渡って USA



写真1

〈写真左〉ブロッカー用車いすに乗る日本選手

〈写真右〉アタッカー用車いすに乗るオーストラリアの選手

の1強時代が続いていましたが、アテネ大会ではメダルの予想が非常に難しい状況になってきました。

競技は中日1日を挟んで6日間行われ、前半の3日間は4チームずつ2組に分かれてプールゲーム（予選）が行われます。世界ランク8位の日本は、世界チャンピオンのカナダと世界ランク3位のオーストラリア、そして、昨年10月に開催されたWWG（ワールド・ウィルチェアー・ゲーム）以降負なしで3大会を制しているニュージーランドと同じプールで戦うこととなります。

プールゲームでの1勝はかなり厳しいように感じられますが、3カ国とも現在の日本の実力から判断すると決して勝てない相手ではありません。メダルゲームに進出できる可能性も充分にあると考えられますので、1つ1つのゲームを大切にして良い成績を目指したいと思います。

ウィルチェアーラグビーはパラリンピックでの歴史が浅い種目ですが、集客力がある競技として世界中で注目されていますので、日本でもなるべく多くのメディアに取り上げていただけることを期待し、日本ではまだまだマイナーなウィルチェアーラグビーが、アテネ大会を機会に一気にブレイクすることを望みます。



写真2

ルール上車いすと車いすによるコンタクトが認められている

写真提供：清水一ニ / フォトサービス・ワン

# スペシャルオリンピックス（SO）をご存知ですか？

2005年 SO 冬季世界大会実行委員会

広報局長 山本 豊

## 1. 「スペシャルオリンピックス」という 国際スポーツ大会

今、全世界で知的発達障害のある人の数は、全人口の2%強、約1.7億人といわれています。スペシャルオリンピックス（SO）は、こうした人達の自立と社会参加をめざし、日常的な、さまざまなスポーツトレーニング・プログラムと、その成果の発表の場である競技会を年間を通じて提供している国際的なスポーツ組織です。

SOでは、これらスポーツ活動に参加する選手を「アスリート」と呼んでいます。SOが提供する継続的なスポーツ活動は、アスリート達の健康や体力増進、スキルの向上を促進するばかりでなく、多くの人達との交流は豊かな社会性を育てていきます。アスリートたちの上達や、自立への意識を高めてゆくためには、適切な指導と皆様の暖かい励ましは是非とも必要なのです。

※アスリートの多くを占めるダウン症や自閉症は先天的なもので、また遺伝でもありません。常にどの夫婦からもこのような障害のある子供が生まれる可能性があるのです。

SOもオリンピックやパラリンピックと同じように、世界大会としての競技会が4年毎に開かれます。2年毎に夏季大会と冬季大会が開かれるのも同じです。2005年に長野で開催される世界大会は、8回目の冬季世界大会です。予定されている競技と会場は、次の通りです。

スノー競技……志賀高原、白馬、飯綱

アルペンスキー、クロスカントリースキー、スノーボーディング、スノーシューイング

アイス競技……Mウェーブ、ビッグハット  
スピードスケート、フィギュアスケート

フロアー競技……ホワイトリング  
フロアホッケー

SOはこのように、オリンピックやパラリンピックと共通した競技内容もありますが、異なっている点もあります。SOの競技会の特徴は次に述べますが、先ず知っていただきたい点は、「スペシャルオリンピックス」と複数形で呼ばれていることです。SOの競技会は、世界大会だけでなく、国内大会や地区大会もあります。そしてSOが重視しているのは、年間を通じて提供しているさまざまな日常のスポーツトレーニング・プログラムです。これらの競技会だけでなく、日常のスポーツトレーニング・プログラムも全てSOの活動なのです。だから、オリンピックと複数形で呼ばれるのです。

## 2. SO 競技会の特徴

SOの競技会が他のスポーツ大会と基本的に異なるところは、次の5点です。

ひとつには、競技能力の違うアスリートが、各々のレベルで競技会に参加できるように、ディビジョニングと呼ばれるクラス分けがあ

ります。これは、各競技において、年齢、性別、競技能力の到達度などに応じてクラス分けをして、ほぼ同じ競技能力レベルで競い合うためです。

ふたつ目に、予選落ちがなく、参加者全員が決勝に進み、全員が表彰されます。順位はつきませんが、それぞれの選手が頑張ったことに対して表彰があるのです。

三つ目に、オネストエフォートというルールがあります。ディビジョニングの予選において加減をし、自分の能力よりも下のクラスに入り、決勝で1位を狙う、といった事はフェアではない、ということ強くアスリートに認識してもらいます。もし決勝で予選の時よりも15%以上良い成績が出た場合は、失格となります。

四つ目には、国単位の表彰がないということです。表彰されるのはアスリート個人であって、国ではありません。会場には国旗もありませんし、国歌も演奏されません。アスリートが「自分が目標とした事ができた」ということが表彰されるのです。

最後に、SOの競技にはユニファイドスポーツというものがあります。バスケットボールやサッカーのような団体スポーツでは、パートナーと呼ばれる、競技能力が同程度の健常者がメンバーとして試合に参加します。皆おなじだ、何の違もないチームメイトだ、という環境で競技をすることが第一義です。はやくルールを覚え、試合の流れが良くなるという効果もあります。SOではアスリートたちが健常者と共に歩むことを重視します。障害者は弱者ではありません。

### 3. スポーツ以外の活動

SOの世界大会には競技以外にも次のようなプログラムが用意されています。

大会期間中に参加全アスリートを対象に、大勢の医師、歯科医師による健康診断が行わ

れます。これは、「ヘルシーアスリートプログラム」と呼ばれます。知的発達障害のある人は身体的障害、特に視聴覚器官や歯に障害があることが多く、またそれを的確に表現できないことから、適切な治療を受ける機会を失っているケースがままあります。「ヘルシーアスリートプログラム」により、的確な対処法が伝えられます。症状に適した眼鏡や補聴器を使用することで、アスリートの世界が輝きます。

また、「グローバル・ユースサミット」と呼ばれるプログラムは、知的発達障害のある人（アスリートに限らない）とパートナー、シャペロン（付添い人）と呼ばれる三名がチームを組み、競技の取材、地元の学校を訪問して生徒たちと意見交換し、チーム同士の合同会議での報告、ディスカッションなどを行うものです。彼らに秘められ顕在化されなかった能力を引き出し、活用し社会参加の促進を図る大切なプログラムです。

「ホストタウンプログラム」とは、世界中から参加したアスリート達が、開催国への入国から選手村入村までの間にコンディションを調整し、開催地特有の文化に触れ、更には地域の人達との国際交流の機会を得るためのSO独自のプログラムです。県内の市町村（ホストタウン）に選手団が滞在し、地域の人たちとの交流を深めます。2005年大会でも、2月22日から25日までの4日間を予定しております。

「トーチラン」とは、いわゆる聖火リレーのことです。SOの理解の促進、認知向上、知的発達障害のある人達と健常者の交流により心のバリアを取り除くこと、ボランティアの啓発、大会の広報、資金の調達を目的としています。これには次の二種類があります。そのひとつは、「国際法執行者トーチラン」と呼ばれるもので、世界中の警察官、消防士、森林警備隊などが大会一ヶ月前にギリシャの

アテネで採火される聖火を持って、ヨーロッパから東南アジアを駆け抜け、開会式の一週間前から東京をスタートし、ホストタウンを巡りながら開会式場までやって来ます。もうひとつは、「500万人トーチラン」というもので、これは今回の長野大会独自のものです。日本におけるSOの知名度を上げることを目的に、本大会の開かれる半年前から、日本国内各地でトーチランを行います。出来るだけ多くの方々に参加していただきたく500万人トーチランとして、上記のトーチランとは別に行うものです。熊本（SO日本の本部所在地）の阿蘇で採火された聖火は分火されて日本各地を回り、東京でまた一つになったあと、アテネから運ばれた聖火と合体し、長野に向けて出発します。これを「ファイナルレグ」と呼んでいます。

また、SOには「体験プログラム」というものが用意されています。まだSOに参加していない知的発達障害者の方に、競技会場の一画で競技体験をしていただき、SOの輪を広げよう、というものです。

大会開催期間中、知的発達障害のある人達の絵画、彫刻、手芸などの作品展を「アート展」として開く予定です。目を見張る作品が集まります。

#### 4. 長野大会の特徴

2005年2月26日から3月5日の8日間開催される長野大会には、世界の80の国と地域から、2,500人の選手と650人のコーチ、10,000人のボランティア、約1,000人の各国メディア、そして、15万人の観客が予想されています。この世界大会は、欧米以外で開かれる最初の世界大会です。海外のメディアが注目しております。

また、オリンピックが行われた競技施設を使って開かれるのは、SOの大会でも初めてのことで、世界中の関係者が期待し、楽し

みにしています。オリンピック、パラリンピック、そしてスペシャルオリンピックとIOC（国際オリンピック委員会）が認めた三つのオリンピックが開かれるのは、長野が世界で初めてです。

参加選手数では、過去の二つのオリンピックより多くなります。

大会は一万人のボランティアに支えられて開かれます。長野にある競技施設の魅力もさることながら、二つのオリンピックを成功に導いたボランティアの力、ホスピタリティー溢れる県民性が長野開催の決め手となりました。

リロイ・ニーマンのポスターも特徴のひとつです。現代アメリカを代表するイラストレーターの彼に描いてもらえれば、それが一流のタレントの証明、といわれるくらいの巨匠です。2005年大会のために、愛らしいアスリートのポスターを描いてくれました。

大会の成功は、アスリートたちの輝く笑顔の数で決まります。アスリートの日常の努力の成果が大会で発揮され、大勢の観客の声援と惜しみない拍手こそ、彼らがそれを充分達成した、と伝えます。かれらにとっての最大のご褒美とお土産は、この声援と拍手です。

応援に来てください。

目標を達成したアスリートと感動を分かち合いましょう。



メダルを獲得して誇らしげなアスリート

## デフリンピックとは？

兵庫県立姫路聾学校

教諭 都倉 里江

### デフリンピックとは？

聴覚障害者のオリンピックのことで、英語の「Deaf」（ろう 耳が聞こえない）と「Olympic」を合成した言葉です。

障害者のオリンピックは「パラリンピック」と呼ばれ、4年に1回、オリンピックの約2週間後に同競技場にて開かれています。選手の活動、成績情報などもTVやインターネットなどの情報メディアを通して世界・日本各地の人々に提供されます。

さて、パラリンピックに出られない障害者が存在していることをご存じでしょうか？

「聴覚障害者」です。なぜなら、聴覚障害は他の障害に比べて身体能力が高いという理由が第一にあげられているからだそうです。ですが、やはり、聴覚障害からくる第二次障害と言われているコミュニケーション障害が切に重い障害であることはあまり知られてはいないでしょう。バレーボールのような集団競技においては、意志の疎通が重要となるため、眼と眼のアイコンタクトが普段から欠かせないのです。その為、いくら身体能力が優れている選手でもオリンピックのようなレベルの高い大会への出場はとて厳しい現状がありました。こうしたなかで、戦前から「世界ろう者競技大会」を4年ごとに開催、2001年イタリア・ローマ大会 IOC（国際オリンピック委員会）より承認を受け「デフリンピック」に改称されています。2005年1月に開催されるメルボルン大会は第20回目にあた

ります。パラリンピックが開催年以前から実在していたということになります。しかし、残念ながら「デフリンピック」の知名度はまだまだ低いようです。同じ障害者アスリートとしてパラリンピックと同レベルに値するデフリンピックがなぜこんなに知られていないのでしょうか？これを機に、少しでも多くの方に「デフリンピック」の存在を知っていただき、世界一を目指して賢明に努力しているデフアスリートを応援して頂きたいと思っています。

### 全日本ろう者女子バレーボールチームの現状

全日本ろう者女子バレーボールチームは1993年ニュージーランドで銅メダル、2001年ローマ大会で日本初の金メダルを獲得しています。2005年のメルボルン大会で本当の強さを証明するためには更なる強化が必要となってきます。ですが、国内においてはろう者バレーの関心は薄く、選手を集めることさえ非常に厳しい状況が続いています。



筋力トレーニングについても知識を深める

また、資金面においても強化合宿や遠征費用などのほとんどは自己負担が大きく、全日本メンバーに選考されても辞退する選手が何人もいます。職場においても「デフリンピックに出場する」と話しても、合宿参加の為に休暇を取ることも難しい状態です。

現在、全日本ろう者代表を取り巻く環境は非常に厳しいですが、世界の強豪チームとの戦いだけではなく、多くのハードルを一つひとつクリアしていきながら、選手がもっと思い切りバレーボールに打ち込める環境作りにも力を注ぎたいと思っています。

平成16年4月30日現在

## 第20回デフリンピック派遣候補選手強化合宿計画《女子バレーボール競技》

1. 目的 デフリンピック二連覇を目標に強化計画に取り組む
2. デフリンピックへの選考会及び強化合宿計画について

		期 日	実施予定場所	備 考
1	第1次選考合宿	平成15年1月11日～平成15年1月13日	アミテイ舞洲	大阪市
2	第2次選考合宿	平成15年5月3日～平成15年5月5日	サン・アビリティーズ千葉	千葉県
3	第3次選考合宿	平成15年8月14日～平成15年8月17日	アミテイ舞洲	大阪市
4	最終選考会	平成15年11月28日～平成15年11月30日	日本エアロビクスセンター	千葉県
5	第1回強化合宿	平成16年1月9日～平成16年1月12日	兵庫県立総合リハビリテーションセンター	兵庫県
	アジア大会	平成16年3月9日～平成16年3月18日	クウェート	中止
6	第2回強化合宿	平成16年2月27日～平成16年2月29日	貝塚ナショナルトレーニングセンター	大阪府
	公開試合	平成16年3月20日 対 大阪体育大学	泉佐野市総合体育館	大阪府
7	第3回強化合宿	平成16年4月30日～平成16年5月5日	花脊山の家	京都市
8	第4回強化合宿	平成16年6月12日～平成16年6月13日	三菱電機静岡体育館	静岡市
9	第5回強化合宿	平成16年7月17日～平成16年7月19日	九十九里浜	千葉県
10	第6回強化合宿	平成16年8月13日～平成16年8月16日	シーガルズ	岡山市
11	第7回強化合宿	平成16年10月9日～平成16年10月11日	未定	
12	第8回強化合宿	平成16年11月13日～平成16年11月14日	未定	
13	最終強化合宿	平成16年12月18日～平成16年12月19日	未定	
	第20回デフリンピック	平成17年1月6日～平成17年1月16日	オーストラリア・メルボルン	



## バレーボール戦績

## 男子

年代			金	銀	銅	日本成績
1969	ユーゴスラビア	ベオグラード	イタリア	ユーゴスラビア	ブルガリア	—
1973	スウェーデン	マルメ	ブルガリア	イラン	イタリア	—
1977	ルーマニア	ブカレスト	ソ 連	イラン	ルーマニア	4位
1981	西ドイツ	ケルン	ソ 連	イタリア	ブルガリア	7位
1985	アメリカ	ロサンゼルス	フィンランド	日 本	イタリア	銀
1989	ニュージーランド	クライストチャーチ	フィンランド	イタリア	イラン	5位
1993	ブルガリア	ソフィア	イタリア	アメリカ	ブルガリア	10位
1997	デンマーク	コペンハーゲン	ウクライナ	イラン	イタリア	9位
2001	イタリア	ローマ	イタリア	ウクライナ	ロシア	6位
2005	オーストラリア	メルボルン				
2009	台 湾					

## 女子

年代			金	銀	銅	日本成績
1969	ユーゴスラビア	ベオグラード	デンマーク	アルゼンチン	アメリカ	—
1973	スウェーデン	マルメ	デンマーク	アメリカ	カナダ	—
1977	ルーマニア	ブカレスト	ソ 連	アメリカ	ルーマニア	—
1981	西ドイツ	ケルン	ソ 連	アメリカ	デンマーク	5位
1985	アメリカ	ロサンゼルス	アメリカ	西ドイツ	日 本	銅
1989	ニュージーランド	クライストチャーチ	西ドイツ	アメリカ	日 本	銅
1993	ブルガリア	ソフィア	アメリカ	ロシア	ウクライナ	4位
1997	デンマーク	コペンハーゲン	ロシア	ウクライナ	アメリカ	5位
2001	イタリア	ローマ	日 本	アメリカ	ウクライナ	金
2005	オーストラリア	メルボルン				
2009	台 湾					

## 【デフリンピック（Deaflympics）解説】

1. 世界ろう者競技大会デフリンピック  
（Deaflympics）とは

世界ろう者競技大会とは、4年に1度行われる聴覚障害者のオリンピックです。この大会を主催する CISS（国際ろう者スポーツ委員会）は1942年に設立された、障害者のスポーツ組織の中では世界で最も古い組織です。

## ◆大 会

世界ろう者競技大会は夏季大会と冬季大会があります。夏季大会は1924年にフランスで初めて開催され、冬季大会は1949年にオース

トリアで初めて開催されました。ろう者スポーツの発展に伴い、大会規模も大きくなっており、第20回大会は約90カ国から3500名程の参加が見込まれています。参加国は年々増加しています。

## ◆日本選手団の歴史

日本選手団が初めて世界ろう者競技大会に参加したのは1965年の夏季大会（アメリカ）です。冬季大会には1967年（旧西ドイツ）に初めて参加しました。1971年の冬季大会以外、日本選手団は毎回参加をしており、今回は15名の選手が出場します。

◆名 称

「世界ろう者競技大会 (Deaf World Games)」の名称は2001年5月16日に IOC (国際オリンピック委員会) の承認を得て、「デフリンピック (Deaflympics)」に変更されます。一人でも多くの皆さんに聴覚障害者のオリンピック「世界ろう者競技大会」を知っていただき、日本選手団にあたたかいご声援をよろしくお願い致します。

2. 大会概要

1. 目的

国際親善・友愛の精神を養うとともに、聴覚障害者スポーツの発展と向上に寄与するために、4年に1回各国持ち回りで開催される。

2. 名 称

第20回世界ろう者競技大会 (20th Deaf World Games)

3. 主 催

国際ろう者スポーツ委員会  
(Comite International des Sports des Sourds/  
略称: CISS)  
英名: International Committee of Sports for  
the Deaf)

4. 主 管

オーストラリアろう者スポーツ協会

5. 派遣者

日本ろう者スポーツ協会

6. 開催期間

2005年1月5日(水)～1月16日(日) 12日間  
(開会式 2005年1月5日(水) /  
閉会式 2005年1月16日(日))

7. 開催地

オーストラリア・メルボルン

8. 参加国数

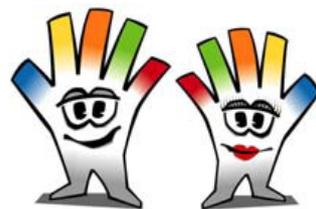
90カ国 (予定)

9. 参加人数

約3,500人 (予定)

10. 開催競技

全15競技 (予定)



“Vic & Mel”  
the official Game's mascots

陸上・バドミントン・バスケットボール (男女)・ボウリング・自転車競技・サッカー・ハンドボール (男女)・オリエンテーリング・射撃・水泳・卓球・テニス・バレーボール (男女)・水球・レスリング

11. 日本参加種目

全8競技 (予定)

陸上・バドミントン・※バスケットボール (男女)・ボウリング・サッカー・水泳・卓球・テニス・バレーボール (男女)

※バスケットボールはサッカーが予選敗退の場合参加

12. 日本選手団、及び役員・スタッフ (予定)

【選手団】

競 技	男 子	女 子	計
バレーボール	12	12	24
卓球	5	5	10
バドミントン	4	4	8
ボウリング	5	5	10
水泳	2	2	4
テニス	2	2	4
陸上	2	2	4
サッカー (※バスケットボール)	20		20
選手合計	52	32	84

【役員・スタッフ】

団長	1		1
副団長	1		1
総監督	1		1
競技監督	8	4	12
(内訳)バレーボール	1	1	2
卓球	1	1	2
バドミントン	1	1	2
ボウリング	1	1	2
水泳	1		1
テニス	1		1
陸上	1		1
サッカー	1		1
医師	1		1
看護師		1	1
トレーナー	9		9
事務局	4		4
手話通訳	4		4
役員・スタッフ合計	29	5	34

## 障害者のレクリエーションをどう理解するか（その1）

実践女子短期大学 生活福祉学科

教授 藺田 碩哉

### ●レクリエーションといえば「みんなで楽しく」？

レクリエーションという言葉は小学生でもよく知っているが、その内容を尋ねると、ほとんどの人がゲームや歌やフォークダンスを思い浮かべるようだ。簡単に言えば「みんなで楽しく」過ごすプログラムとしてレクリエーションを捉えているということである。

かつて全国の障害者施設の「レクリエーション調査」を行ったことがあるが、アンケートに「レクリエーションはしていない」という答えがいくつも見受けられた。しかし、その施設の活動内容を見ていくと、集会型のレクリエーションは行っていなくても、本を読んだり画を描いたり、一人一人でする趣味の時間はちゃんと設定されていた。つまり、個人的な楽しみを追求することは「レクリエーション」ではないと思われていたのである。どうしてそういう認識が広がってしまったのだろうか。

辞書を引いてみるまでもなく、レクリエーションという言葉は「イキイキと元気になるための楽しみ」のことであって、集団という条件は少しも含まれていない。確かに、同じことをするなら、一人よりはみんなでした方が楽しいに決まっている。気のあった仲間なら、集まること自体で十分に楽しくなれるのは、若い娘さんを見ていればよく分かる。だからといってレクリエーションは集団でしなければならないということはない。個人的な楽しみ追求も立派なレクリエーションのはずである。

欧米のレクリエーションには、日本のような集団に偏ったイメージは見受けられない。アメリカの障害者のレクリエーション・プログラムには、個人的なスポーツやホビーもあれば、サイクリングやカヌーなどの野外活動、さらにはスキューバダイビングやスカイダイビングまである。身体を動かし、心が豊かになる多様なアクティビティがもれなく含まれている。日本でも近年は、レクリエーションの狭いイメージを嫌って「アクティビティ」という用語を使うケースも見られるようになった。とはいえ、アクティビティは何ととっても「活動」である。のんびり昼寝をしたり、静かに瞑想に耽ったりするのはアクティビティとはいいいにくい。そしてレクリエーションはそれらも包含する幅の広い用語なのである。せっかくレクリエーションという用語があるのだから、この言葉を本来の広い意味で使い、障害者の生活を幅広いものにするように努めたいと思っている。

### ●ノーマライゼーションは「遊び＝悪」という認識から脱皮すること

レクリエーションのイメージが集団中心の狭いものになってしまった背景には、わが国の社会と生活のありようが色濃く反映している。それは「楽しむことを否定する」倫理観である。いまの若者にはピンと来ないだろうが、明治この方、昭和30年代ぐらいまでは、働くことが善、遊ぶことは悪という価値観が社会をリードしていた。小学校の校庭には薪を背負って本を読んでいる二宮金次郎の石像

が建てられていた。暇を惜しんで勉強するのが正しい生き方で、遊び呆けている怠け者は決してえらくはなれないと、教師たちは口を酸っぱくして説いたものだ。

遊びが許されるのは、休み時間に校庭でみんなそろって遊ぶとき。これは勉強の疲れを癒し、元気を取り戻すことができるからよいのである。一人でこっそり遊ぶのは悪い子である。だいたいそういう遊びはどこか後ろ暗い、アヤシイ遊びだと見られていた。みんなであらば悪くない。先生の奨励する健康的な集団遊びが「レクリエーション」として推奨されてきた。それがレクリエーションのイメージをつくってしまった。

それでも近年は、国民生活が豊かになって、遊びが悪という認識は薄らいできた。だれでも自分の時間とお金で、好き勝手な楽しみを手にすることができる。やみくもに働くことばかりが人生ではない、という「遊びを承認する価値観」が特に若い層には定着してきた（それでも中高年は相変わらず遊びには目もくれない働き蜂的な人も多い）。ただ、若い人々はレクリエーションの健全イメージに違和感を感じて、個人的な楽しみには「レジャー」という用語を当てることが多くなった。

一般社会では遊び楽しむことが承認されても、社会福祉の現場はそう簡単には行かなかった。19世紀以来の「弱者救済」の社会福祉が抱えてきた「劣等処遇原則」があったからである。福祉サービスを受ける人は、税金のお世話になる以上、世間の普通の人よりは低い水準に甘んじなさい、というこの原則は、社会全体が貧しいうちはやむを得ざる指針であったかもしれない。社会の恩恵にすがって生きる福祉サービス受給者は、清く正しく、ぜいたくを敵として暮らすことが当然と、一般人はもとより当の受給者も考えてきたのであった。

しかし、国民生活の水準が向上すると、考

え方も変わってくる。高齢であろうが障害があろうが、社会的なサービスに差があってはならないというノーマライゼーションの主張が20世紀後半から起こり始め、今では世界的な準則になろうとしている。そしてノーマライゼーションの中には「生活を楽しむ」権利の平等ということももちろん含まれている。車椅子の生活者も自由に街を歩けなくてはならないわけだし、スポーツをしたり旅に出たり、野外活動を楽しむのもノーマライゼーションの一環でなければならない。

福祉現場でのレクリエーションのイメージが集団的であるのは、見ようによれば「劣等処遇」の1つであったとも言えるだろう。個々人が勝手に趣味や遊びを追求するのは「ぜいたく」なことと考えられたのである。もちろん、福祉サービス受給者にも楽しみがあつてよい。それには施設が提供する集団型のレクリエーションが適切だ。これは誰もが平等に参加できるし、健康的だし、互いのコミュニケーションを円滑にすることにもつながる。施設のプログラムの中に、週に一回程度「レクリエーション」の時間を設けるのが望ましい、というのがこれまでの方針になっていたと思われる。

だが、いま、ノーマライゼーションが課題となる中で、レクリエーションにおけるノーマライゼーションも重要なテーマの1つである。一般の市民がそうであるように、個々人の好みにあった個別レクリエーション（レジャーといってもよい）を、集団生活の中でもどのように保証していくのか、ということは福祉サービスの柱の1つである。

社会福祉援助といえば衣食住の提供が中心であった時代はもはや昔の話である。これからは余暇と遊びに注目した福祉サービスをどのように展開していくかという問題が福祉援助者の大切なテーマになってきたのである。

(次号に続く)

## 当施設における栄養指導の取り組み

知的障害者更生施設 すわ緑風園

深谷 静香

### はじめに

当施設は、埼玉県の南部に位置しており、比較的都市部に在る利用者50名の知的障害者の入所更生施設です。週末帰省で、75～80%の利用者は自宅に帰ります。

栄養指導への取り組みは、開所1年経過後（平成3年）の利用者健康診断の結果、肥満等による成人病（現在の生活習慣病）が心配されました。そこで、利用者全員の生活活動指数による摂取カロリー表を作成し、食事量の見直しから始めました。特に糖尿病の疑いのある人、高脂血症、肥満（肥満度45%以上）者4名に対しては、帰省時と帰園時に体重チェックを看護師や支援員の協力で行いました。これらの実施により、自宅での食生活に問題の多くが起因していることが判りました。しかし利用者に理解を得る事が難しいため、利用者本人を取り巻く家族を対象に栄養指導を開始し、今日に至っています。栄養指導をどのような形式で、アプローチしていくべきか悩みながら現在まで、様々なことを試みてきました。その年々課題を決め、看護師や支援員の協力を得ることで実行し、成果をあげることができました。また、利用者の栄養相談や家族会主催の研修会は、栄養指導を開始した当初から必要に応じて実施してきました。

以下は、平成14年～15年にかけて行った栄養指導の取り組みです。

### 利用者の栄養相談

施設では年に一度、利用者とその家族に

個々の支援方針の骨子である、個別サービス計画書の説明を行なう面接を実施しています。その内容（例えば肥満）や健康診断の結果により、家族が面接を希望することがあります。また、栄養士の方から面接希望を出すこともあります。

その他、食事内容の変更（普通食から治療食へ）が必要と判断された場合、家族の不安を取り除くためと理解を得るために、食事を実際に見せて説明と栄養指導を行なうこともあります。これら栄養相談は、利用者の家族が食事内容や栄養状態について相談を希望されたとき、日程を決め随時、栄養士との面接という形で実施しています。

終了後は、面接記録に記入します。

（参考資料1）

### 在宅者の栄養相談

当園の運営方針に地域福祉の拠点施設として施設機能の拡充という項目があります。その中に、在宅の知的障害者に対する在宅支援サービスの一環として、在宅援助相談があり栄養士の栄養相談も含まれています。

平成14年度9月に市役所からの依頼で実施しました。

このケースは、肥満状態が急激に悪化して足に痛みがある事により、このままの状態では日常生活に支障を来すと、市役所の担当ケースワーカーが判断したため、家族と相談した上で、当園に相談依頼を申し込まれました。

栄養相談は、家族を対象に実施しました。  
(参考資料2)

### 食事試食会

以前に家族会から、当園で自分の子どもがどのような食事を食べているのか、食事会を開いて欲しいと要望が出されました。

平成14年度後半に栄養士が家族会研修会を実施しました。また、平成15年度も家族会研修会が予定されていたことや、利用者の誤嚥など食事理解の必要性が出てきたことで、実施することにしました。

家族の方に色々な食事例を知らせる方法として、試食会を行う事にしました。その方法は、5月に家族とグループ別懇談会（支援が3グループに分かれている）が開催されることに決まっていたので、それを利用して実施しました。

当日は、治療食（肥満食・肺炎食・塩分制限7g食・嚥下食）が普通食と違うことで、利用者の心理的不安やこだわりの誘引になることを理解して頂くため、見た目大きく変化した献立ではないことを分かりやすく説明しました。またミキサー食の見た目と味に対する偏見を見直してもらうため、利用者と同じ昼食を普通食と治療食の各種類一食ずつ用意し、それぞれを一口程度、試食を行いました。

(参考資料3)

懇談会を利用したため時間が限られた事もあり、後日、家族会主催の研修会で詳しく内容説明をしました。

### 家族会主催の研修会

家族会は自主的に研修会を開催しており、栄養士による研修会は、要望があるときに日程調整を行ない実施しています。最近の実施内容は次のとおりです。

平成15年1月28日 利用者の高齢化に伴う栄養指導パート1…参加者約40名

生活習慣と高齢化に伴う食事における、摂食機能と誤嚥についての説明と献立の中でどのようにトロミを使用するか、リーフレットの利用と実際のもを提供し指導を行いました。また、自己免疫力を高める食事について指導しました。

平成15年5月28日 利用者の高齢化に伴う栄養指導パート2…参加者36名

試食会を終え、普通食・肥満食・肺炎食・塩分制限食・嚥下食・ミキサー食の内容と料理方法の違いについて説明しました。また、家族に食事会するとき、利用者本人と同じ食札内容が書かれたもの（家族にご飯の量や食事内容の文章）を配布していたので、摂取カロリーと主食の量について説明しました。

### まとめ

障害者施設における栄養指導を様々な形で行ってきました。指導をする側とされる側に周りを取り巻く環境の変化等、制約があります。それをそのまま継続し続けて行くことは、難しいことです。しかし、様々な指導方法を取り入れ、栄養の大切さを伝え継続していく努力は必要です。直接的のやり取りが難しい利用者に、どのような栄養指導が効果的であるのか決定的なものは見つかりません。利用者の嗜好や食事摂取状況を把握し、家族に利用者の食事を理解し、帰省時にどこまで対応して頂くかが、ポイントになると思います。何が必要で、どうすれば改善できるか、個々人の特性（こだわり・食事の咀嚼力・嚥下状態）を知った上で、相談することが重要と考えます。

平成15年度から支援費制度が導入され、栄養士は、施設内で一層良質なサービス提供をして行かなくてはなりません。そして地域福祉の立場から、施設を利用して頂くために、専門性を在宅の生活支援に生かせるよう努力するかは、我々自身が、どれだけ知識の引出

しを持っているかが問われるのではないかと思います。そのためにも常に自己研鑽を続けることが必要だと思います。

今後も施設を利用し、積極的に入所や在宅者の栄養相談に関わっていきたいと思います。

利用者の面談報告書事例（参考資料1）

面談報告書					
氏名	〇〇〇〇	保護者	母	日時	平成15年4月14日（月） 自 10時00分 至 10時45分
面談者	深谷静香				
<p>内容〔肥満による栄養相談〕</p> <p>利用者の体重57.2kg（平成14年1月現在）を知らせる。入所時から17kgの増加、ここ2～3年では、7～8kgの増加であることを伝え、自宅でも食事内容を聞く。自宅では、生野菜、きんぴら、酢の物、ブロッコリーが好きでよく食べる。ブロッコリーはマヨネーズをかける。</p> <p>焼き魚が多く、帰省中の1回は刺身にしている。肉はほとんど食べていない。</p> <p>コーヒーに角砂糖2個入れ、1日に3杯を飲んでいる。御飯は1回に茶碗1.5杯（園の普通食と同じ位と想像する）を食べている</p> <p>母親は、御飯よりも麺が好きで、特にインスタントラーメンが多い様子が見られた。うどんは好きでない。自分はココアを飲む。家庭は、食事を全介助で摂取している。帰宅すると、〇〇さんに掛かりきりになっている。まず、園の御飯量を実際に見せて、自宅との量の違いを認識してもらった。今後、自宅での量を減らすと言われた。本生が醤油系のものを好きなために、マヨネーズの代用品として、味ボンとノンオイルドレッシングの実物をみせて、カロリーが少ない等の内容を説明し使用を奨めた。</p> <p>「やせると身体の皮が、たるんでしまうのではないかと心配し聞かれた。「急激に体重を減らすのではなく、動きながら少しずつ減らすことで、その心配はあまり考えなくてもよいのでは」と、例をあげ説明し、食事を、自分でとることも小さな運動であることと伝える。簡単な食事の注意点をメモされ、何度も「頑張ります。」と言葉がありました。頑張ると思っていると大変に思えてくると考えた。</p> <p>今回は、3つの約束をした。①コーヒーは薄くする②サラダにマヨネーズを止め、味ボンを使用する。③御飯の量を園と同じ位にする。出来れば食べ始めは、御飯からではなく、好きな野菜を先にすることを理由添えて伝え説明した。</p>					
<p>〔面談所見〕</p> <p>〇〇さんは、御飯をたべているとのことでしたが、母親がインスタント麺好きということを見ると、一緒に食べていることも否定出来ないと思われました。また、砂糖無しのコーヒーも母親にとっては考えられない様子でした。すぐに肥満を解消することは難しく、これ以上の肥満に成らないことを主に考え、無理のない程度でほんの少しずつ進めることにしました。今日、実物を見たりすることでヒントを得、家庭で気をつけようとする前向きな姿勢が見られました。</p>					

在宅の事例（参考資料2）

栄養相談表 在宅 実施日平成14年 9月12日

氏名	(相談者 母親)	男・ <input checked="" type="checkbox"/> 女
生年月日	S. H 60年 月 日	
住所	新座市	TEL

健康・栄養状況

身長	145.0cm	歯の状況	
体重	95.0kg	排便の状況	
標準体重	46.3kg	食物アレルギー	1. ある ( ) 2. ない
肥満度	51%		
BMI	45	足のサイズ	23.5cm
体重減少	過去30日間で5%以上減少 1. ある ( ) kg 2. ない		
体重増加	過去30日間で2kg以上増加 1. ある ( ) kg 2. ない		
疾病と服薬			
睡眠	1. よい 2. <input checked="" type="checkbox"/> 普通 3. 悪い		
栄養障害	1. 咀嚼困難 2. 嚥下障害 3. 開口困難 4. 食欲不振 5. 脱水症状 6. 過食 7. 拒食 8. 異食 9. 腹部膨満 10. 味覚異常 11. 便秘 12. 下痢 13. 疾病を伴う諸問題		
食欲	1. 旺盛 2. <input checked="" type="checkbox"/> 普通 3. ない		
活動	1. <input checked="" type="checkbox"/> 歩行 2. 車椅子 3. 寝たきり 4. その他 ( )		

食事摂取状況

好きな料理	1. <input checked="" type="checkbox"/> 和食 2. 中華 3. <input checked="" type="checkbox"/> 洋食		
食事量	1. 少ない 2. <input checked="" type="checkbox"/> 普通 3. 多い 4. その他(食べさせた量食べる)		
空腹感	1. ある 2. ない ※あげると全部たべる。無くてもよい。		
味つけ	1. 薄い 2. 普通 3. <input checked="" type="checkbox"/> 濃い ※しっかりした味でないと食べない。		
好きな飲食物	うどん、トンカツ、から揚げ、はらす、※肉が好き		
嫌いな飲食物	1. ある 2. ない ※家に牛乳が無い。牛乳は飲まない。		
嗜好飲料	1. 酒類 何 ( ) が ( ) ml 2. <input checked="" type="checkbox"/> その他 何(コーヒー砂糖2杯入り)が(与えるだけ) ml		
香辛料	1. 好む 2. 普通 3. 嫌い		
間食	1. <input checked="" type="checkbox"/> する 何(カルピス、塩せんべい、夕食後毎日甘いもの) 2. ときどき 3. しない		
摂食回数	1. <input checked="" type="checkbox"/> 朝食 2. <input checked="" type="checkbox"/> 昼食 3. 間食 4. <input checked="" type="checkbox"/> 夕食 5. <input checked="" type="checkbox"/> 夜食		
摂食時間	とにかく早食い 親が食べる時終わりにかける 分位		
調理能力	1. 自分で調理ができる 2. 自分で調理はできない 3. 自分でできるがしない		
摂食行動	1. <input checked="" type="checkbox"/> はしが使え 2. スプーン、フォークなら使える 3. 手に持たせれば食べる 4. 手で食べる 5. 介助が必要 6. その他 ( )		
摂取行動	1. 落ち着いて食べる 2. 落ち着いて食べない 3. 食べ散らかす 4. だらだら食べる 5. 口から食物が流		

## 9月12日の献立（参考資料3）

前日の夕食：混ぜご飯2杯、そうめん汁、マグロ赤身の刺身

当日の朝食：ご飯3杯、塩鮭、マグロ赤身の刺身（前日の残り）

※ご飯は、子供茶碗に1杯を3等分（一口くらい）にして、一回の量にしている。だから量はあまり食べていない。ほとんど噛まずに飲む。

- トンカツ、から揚げは、よく食べる。
- 肉はコーラで煮たのを食べる。脂を抜いて。
- コーヒーは、ポットで作り自由に飲む。自分で出来るが作らず、母親が作ると飲む。作ってあげないと飲まない。
- スーパー等で、出来たものや冷凍の物は買わず、母親が自分で作る。
- 鮭の腹身をよく食べる。
- 春雨の酢の物、野菜の煮物、ほうれん草の胡麻和えをよく食べる。
- 麺をよく食べる。特にうどんが多い。
- 夕食後、必ず甘いものを欲しがり食べる。

## 所 感

会話中に話に変化することが多く、母親の中で用心しながら話している様子が見て取れた。母親に食べ過ぎであることの思いあったのか、否定部分の中につじつまの合わないことが多く見られた。約1時間で、どのくらい解明できたかわからないが肥満度50%になる理由は、摂取量の多さと糖質、脂肪の取り過ぎによるものと思われた。

食べていけないではなく、その量と料理法に問題がある。食べていけないものはない。このことを資料に沿って会話していく間に、自分から困ったことを少し話すようになった。今日の相談で体重がこれ以上にならないか減少が見られるようになるには、量的に減らすことは難しいと思われるので、食事内容を少し変える方が実行しやすいと思われた。本人を見てはいないが、これ以上の肥満は病気に移行のおそれあり、肥満解消されるよう母親が意識を持って少しでも改善することが望ましい。（母親の体型もなし型肥満であった。）相談の詳細内容は別紙記載。



## 社会保険情報

**(問)** 4月に20歳になる大学生です。先日、障害年金が支給されないことから裁判になったということを新聞で知りました。

年金というものは、老後の生活のためぐらいついしか意識していなかったのですが、人ごとではないように思いました。

障害年金について、基本となることを教えてください。

**(答)** 国民年金や厚生年金保険など公的年金に加入している人が、病気やけがで一定の障害状態になった場合、支給要件を満たしていれば、障害年金が受けられます。

年金といいますと、年を取ってからの老齢年金を考えがちですが、万一、障害の状態になったときにも公的年金が役に立ちます。しかも、給付は年金で支給され、その障害の状態が続いている限り、一生受給できるのです。

ここでは、学生であることに着目して、障害基礎年金のことについて、お話しします。

### 1 障害基礎年金額（平成15年度）

1級障害	996,300円
2級障害	797,700円

障害基礎年金を受けられるようになったときに、その人に生計を維持されている子がいる場合は、加算があります。

子の加算額

1人目、2人目	各229,300円
3人目以降各	76,400円

これらの金額は、現在、国会で法律の改正案が審議されていますので、変更になることがあります。

### 2 障害基礎年金の受給要件

障害基礎年金を受給するためには、次の要件を満たしていることが必要になります。

(1) 国民年金に加入している間に初めて医師の診療を受けた病気やけがによる障害であること。この初めて医師にかかった日を「初

診日」といいます。

(2) 初診日の前々月までの1年間に保険料の未納がないこと。(平成18年3月31日まで(学生納付特例期間を含みます。))

保険料を納めなくて未納になっている人が、病気やけがをしてから、あわてて保険料を納めても、保険料の納付日を病気やけがの前々月にさかのぼることができず、障害基礎年金を受けることはできません。

(1)、(2)の要件を満たした人が、障害認定日(障害の程度を認定する日のことで、初診日から1年6ヶ月経過した日又はそれまでに症状が固定した日をいいます。)に国民年金法に定める1級又は2級の障害の状態となったときに支給されます。

### 3 20歳前の病気やけがによる障害

20歳前に初診日があるときは、20歳になったとき又は20歳以降の障害認定日に1級又は2級の障害の状態になっていれば、障害基礎年金が受けられます。ただし、本人に一定額を超える所得があれば、全額又は半額が支給停止されます。

### 4 事後重症制度

障害認定日に1級又は2級の障害の程度に該当しないで年金を受給できなかった場合、その後、65歳になるまでの間に症状が悪化して2級以上の障害の程度に該当するようになったとき、障害基礎年金の請求をすることができます。ことになっています。

したがって、これを「事後重症制度」といいます。

障害基礎年金の基本のことについては、こんなところですよ。保険料は、きちんと納めておきたいものです。(学生納付特例の申請をしておくといいでしょう。)

〔回答・社会保険労務士〕  
高橋 利夫

## 平成16年度 第1回 障害者スポーツ指導員養成研修会 実施要綱

1. 目的 障害者の適性に合った運動競技種目及び身体運動の実施方法並びにリハビリテーションとの関連性等について研修を行い、障害者スポーツの指導に習熟した指導者の育成を図ることにより、障害者スポーツの推進に寄与する。
2. 主催 全国身体障害者総合福祉センター（戸山サンライズ）
3. 後援 社団法人 日本社会福祉教育学校連盟  
（予定）
4. 開催場所 全国身体障害者総合福祉センター（戸山サンライズ）  
〒162-0052 東京都新宿区戸山1-22-1  
TEL 03(3204)3611（代） FAX 03(3232)3621
5. 期間 平成16年7月20日（火）～7月23日（金）
6. 対象者 社団法人日本社会福祉教育学校連盟加盟校の学生で社会福祉を専攻し、かつ障害者のスポーツ・レクリエーション活動に興味があり今後の障害者スポーツ活動の振興に貢献する意欲のある者で各主任教員等の推薦する者。及び受講が適当であると主催者が認めた者。
7. 定員 100名
8. カリキュラム 下記のとおり
9. 必要経費 ①研修費 13,500円  
②宿泊費（1泊朝食付き） 5,000円（希望者のみ）
10. 申込方法 受講申込書・推薦書に記入し、各学校で一括して全国身体障害者総合福祉センターへ郵送のこと。  
なお、2名以上の申し込みがある場合は受講希望回ごとに優先順位を必ずつけて下さい。
11. 申込〆切 平成16年6月30日（水）**必着**
12. 受講決定 審査後、平成16年7月5日（月）頃別途通知書を発送する。
13. 修了証書 全課程修了者には全国身体障害者総合福祉センター館長より修了証書を授与する。（欠席・遅刻・早退の著しい者には授与しない場合もありますのでご注意ください）  
なお、修了者は財団法人日本障害者スポーツ協会公認初級スポーツ指導員としての資格申請をすることができる。
14. 宿泊申込 戸山サンライズに宿泊を希望する受講者は、宿泊申込書により申し込む。（できる限りキャンセル等変更がないようにお願いします）

### カリキュラム

講義名	時間数	講義名	時間数
1. 福祉行政と障害者スポーツ	2.0	7. 障害児の体育指導	3.0
2. 体力・健康づくり	2.0	8. 視覚障害者とスポーツ	3.0
3. 障害者スポーツ原理	2.0	9. 肢体不自由者とスポーツ	3.0
4. 安全管理	2.0	10. 高齢障害者とスポーツ	2.5
5. リハビリテーション医学概論	2.0	11. 障害者とレクリエーション活動	2.5
6. リハビリテーション医療におけるスポーツ	2.0		

※本カリキュラムは都合により変更することがあります。

## 平成16年度 第2回 障害者スポーツ指導員養成研修会 実施要綱

1. 目的 障害者の適性に応じた運動競技種目及び身体運動の実施方法並びにリハビリテーションとの関連性等について研修を行い、障害者スポーツの指導に習熟した指導者の育成を図ることにより、障害者スポーツの推進に寄与する。
2. 主催 全国身体障害者総合福祉センター（戸山サンライズ）
3. 後援 社団法人 日本社会福祉教育学校連盟  
（予定）
4. 開催場所 全国身体障害者総合福祉センター（戸山サンライズ）  
〒162-0052 東京都新宿区戸山1-22-1  
TEL 03(3204)3611（代） FAX 03(3232)3621
5. 期間 平成16年8月3日（火）～8月6日（金）
6. 対象者 社団法人日本社会福祉教育学校連盟加盟校の学生で社会福祉を専攻し、かつ障害者のスポーツ・レクリエーション活動に興味があり今後の障害者スポーツ活動の振興に貢献する意欲のある者で各主任教員等の推薦する者。及び受講が適当であると主催者が認めた者。
7. 定員 100名
8. カリキュラム 下記のとおり
9. 必要経費 ①研修費 13,500円  
②宿泊費（1泊朝食付き） 5,000円（希望者のみ）
10. 申込方法 受講申込書・推薦書に記入し、各学校で一括して全国身体障害者総合福祉センターへ郵送のこと。  
なお、2名以上の申し込みがある場合は受講希望回ごとに優先順位を必ずつけて下さい。
11. 申込〆切 平成16年6月30日（水）**必着**
12. 受講決定 審査後、平成16年7月5日（月）頃別途通知書を発送する。
13. 修了証書 全課程修了者には全国身体障害者総合福祉センター館長より修了証書を授与する。（欠席・遅刻・早退の著しい者には授与しない場合もありますのでご注意ください）  
なお、修了者は財団法人日本障害者スポーツ協会公認初級スポーツ指導員としての資格申請をすることができる。
14. 宿泊申込 戸山サンライズに宿泊を希望する受講者は、宿泊申込書により申し込む。（できる限りキャンセル等変更がないようにお願いします）

### カリキュラム

講 義 名	時間数	講 義 名	時間数
1. 福祉行政と障害者スポーツ	2.0	7. 障害児の体育指導	3.0
2. 体力・健康づくり	2.0	8. 視覚障害者とスポーツ	3.0
3. 障害者スポーツ原理	2.0	9. 肢体不自由者とスポーツ	3.0
4. 安全管理	2.0	10. 高齢障害者とスポーツ	2.5
5. リハビリテーション医学概論	2.0	11. 障害者とレクリエーション活動	2.5
6. リハビリテーション医療におけるスポーツ	2.0		

※本カリキュラムは都合により変更することがあります。

## 平成16年度 第2回 障害者のためのレクリエーション支援者養成研修会 実施要綱

1. 目的 障害者の適性に応じたレクリエーション種目及びレク・ワークの実施方法並びにリハビリテーションと余暇生活との関連性等について研修を行い、障害者レクリエーション活動の支援に習熟した援助者を育成することにより、障害者の生きがいつくりや社会参加の推進に寄与することを目的とする。
2. 主催 全国身体障害者総合福祉センター（戸山サンライズ）
3. 後援 財団法人 日本レクリエーション協会  
（予定） 社団法人 東京都レクリエーション協会
4. 開催場所 全国身体障害者総合福祉センター（戸山サンライズ）  
〒162-0052 東京都新宿区戸山1-22-1  
TEL 03(3204)3611（代） FAX 03(3232)3621
5. 期間 平成16年8月24日（火）～8月27日（金）
6. 対象者 身体障害者更生施設等における指導員・各種セラピスト等のうち、とくにレクリエーションワークの研究開発等に関心のある者で各都道府県・指定都市・中核市障害保健福祉主管課長の推薦する者。
7. 定員 50名
8. カリキュラム 下記のとおり
9. 必要経費 ①研修費 13,500円  
②宿泊費（1泊朝食付き） 5,000円（希望者のみ）
10. 申込方法 各都道府県・指定都市・中核市障害保健福祉主管課、または、全国身体障害者総合福祉センターまでお問い合わせ下さい。
11. 申込締切 平成16年7月12日（月）**必着**
12. 受講決定 平成16年7月16日（金）受講者決定通知を発送予定。  
（書類は受講者ご本人宛に郵送します）
13. 修了証書 全課程修了者には厚生労働省社会・援護局障害保健福祉部長より修了証書を授与する。（欠席・遅刻・早退の著しい者には授与しない場合がありますのでご注意ください。）
14. 宿泊申込 当センターに宿泊を希望する受講者は、宿泊申込書により申し込む。（相部屋となりますのでご了承下さい。）  
なお、できる限りキャンセル等変更がないようにお願いします。
15. その他 本研修会は（財）日本レクリエーション協会公認「レクリエーション・インストラクター」資格取得の対象となります。（ただし、すべての課程は取得できません。）

### カリキュラム

講義名	時間数	講義名	時間数
1. 障害者レクリエーションの基礎的理解	1.5	6. レクリエーション実技(2) ～ダンス～	3.0
2. 【演習】～レクリエーションプログラムの作成と実施～	3.0	7. レクリエーション実技(3) ～クラフト～	2.0
3. コミュニケーション・ワーク	1.5	8. レクリエーション支援実習Ⅰ	3.0
4. 障害者への個人支援	3.0	9. レクリエーション支援実習Ⅱ	3.0
5. レクリエーション実技(1)	3.0		

※本カリキュラムは都合により変更することがあります。

# 戸山サンライズをご愛読の皆様へ

いつも「戸山サンライズ」をご愛読いただきましてありがとうございます。

本誌は、障害福祉に携わる各関係機関に対し、障害者福祉施策等に関する情報を全国各地に発信し、障害者が質の高い地域生活を営めるよう支援することを目的としております。ご覧いただきましたら、障害をお持ちの方やご家族の方にも御一読いただけるよう、閲覧可能な場所に設置していただけますと幸いに存じます。

また、平成16年度より、より多くの方々が「戸山サンライズ」をご覧いただけるようホームページにおいても掲載いたします。また、ホームページにおける情報誌に関するデータ更新の通知を電子メールにてお知らせいたします。ご希望の方は、お名前、ご住所、ご連絡先、年齢、ご職業を明記の上、下記アドレスまでご連絡ください。電子メールでのお申し込みのみ受けさせていただきますのでご了承ください。

戸山サンライズでは、障害者の健康づくりと社会参加支援を目的とした研修会の開催や、情報誌の発行、各種相談事業、障害者の書道・写真全国コンテストの開催等を行っています。

当センター内には、3・4階に洋室・和室の宿泊室や浴室、1階にはレストランがあり、ご宿泊やお食事にもご利用いただけます。研修室・会議室の設備も充実しておりますので、会議や研修会等の際は是非ご利用ください。

研修会、宿泊・会議室、さらに、スポーツ教室や体育館等のご案内もホームページに掲載しております。お気軽にアクセスしてください。

HomePage <http://www.normanet.ne.jp/~ww100006/index.htm>

E-mail [nishida@abox23.so-net.ne.jp](mailto:nishida@abox23.so-net.ne.jp) 情報誌担当 西田

## 編集後記

みなさん、こんにちは！本誌を担当しております西田です。天気も良く、風も気持ち良いですね。

本号より初めてお会いする方も多くいらっしゃると思います。障害者福祉に係る全国的機関として、当センターより皆様に各種情報をお届けいたします。より良い情報誌となるよう心懸けていきますので今後ともよろしく願います。(西田)

## 戸山サンライズ (通巻第210号)

発行 平成16年4月10日 (毎月10日発行)

発行人 (財)日本障害者リハビリテーション協会  
会長 金田一郎

編集 全国身体障害者総合福祉センター  
〒162-0052 東京都新宿区戸山1-22-1  
TEL. 03(3204)3611 (代表)  
FAX. 03(3232)3621  
<http://www.normanet.ne.jp/~ww100006/index.htm>