

## 専門のNPO法人に依頼し定期的な活動を実現

### ～東深沢スポーツ・文化クラブ（東京都世田谷区）の事例～

「はじめの一步の会」は、様々なハンディのある子どもとその家族の会で、30年ほど前から児童館を中心に地域で活動をしていました。10年前、東深沢スポーツ・文化クラブ（以下、クラブ）の立ち上げの時に声をかけられ、障がいのある子どもたちが体を動かすために集まりたいという仲間の思いがかなえられると思い、クラブ内の組織に入ることになりました。

現在、（「はじめの一步の会」の）会員は、障がいのある方17名（うち子ども3名）、障がいのある子どもの兄弟5名、保護者16名、コーチ・スタッフ4名です。身体障がい、知的障がいと様々で、重度の障がいのある方、車椅子を使用している方もいます。最近では、ヘルパーさんと参加する方が増えています。

活動は、毎月1回、第3日曜日の午後、中学校の体育館とミーティングルームで行っています。体育館で皆一緒に体を動かしたあと、ミーティングルームで水分補給しながら、参加者全員が感想を発表します。プログラムの参加費は、一家族で500円です。

こうして定期的に活動できる場所が確保されたことにより、日頃体を動かすことの少ない子ども達は喜んで参加してくれるようになりました。さらに、毎日仕事や家事に追われる親にとっても、体を動かすよい機会であり、月1回のリフレッシュタイムと情報交換の場にもなっています。

クラブの設立当初は、近くの日本体育大学の学生さんたちに協力してもらって、体操・マット運動・ボールゲーム・フライングディスク・リレーゲーム等レクリエーション的な内容でのんびり活動を行っていました。しかし、5年目頃から会員が増え、障がいの程度も様々であることや、卒業や就職によって学生ボランティアの継続が難しくなったことから、主に障がい者にスポーツを体験させ、指導しているNPO法人アダプティブワールド（\*）に指導者の派遣を依頼することにしました。

インストラクターのリードで、ストレッチ・マット運



ミーティングルームでの様子



NPO 法人アダプティブワールドの斉藤コーチ



「マラソン」参加者全員が走ります

動・ジョギング・リレーゲーム・バランスボールなど、活動内容も充実してきました。クラブでは、ハンドサイクル（障がいがあっても乗れる自転車・三輪車）や手・サッカー（車椅子のサッカー）の講習会を開催しています。また、冬のスキー指導をNPO法人にお願いし、夏は、カヌーやラフティング体験を行っています。

普通の人には当たり前なのがなかなかできないメンバーにとっても、皆と一緒に何年もかけて少しずつできるようになります。他の人と一緒に活動していくことを目標にすることが、ハンディのある人たちにとってとても重要です。

活動中の参加者には、無理せず、やりたい時に、やれることをと声をかけています。



左から、平野副代表、川口代表、岩武副代表

肢体不自由で車椅子の青年や、知的に重いハンディのある青年たちは、自分から体を動かすことが難しく運動不足になりがちです。また、他の方たちに迷惑をかけることなく、思い切り体を動かせる環境がありません。知的障がいのある子たちが集団になると、走り回ったり大声を出したりして、他の方々、特に小さな子どもたちに迷惑をかけてしまうのが現実です。

ですから、クラブの皆さんにお世話になることが多いのですが、障がいのある方も、やれることは自分たちでやり、クラブの仲間として一緒に活動させていただくというスタンスで参加をしています。

地域の方が自主的に創り、運営している総合型地域スポーツクラブで、障がいのある人たちを同等に扱っていることをうれしく思います。

(\*)NPO法人アダプティブワールド

<http://www.adaptiveworld.org/>

(小内清子 東京都クラブ育成アドバイザー)

### 【東深沢スポーツ・文化クラブ プロフィール】

- 1. 設 立** 年月日：平成14年4月1日  
経緯：世田谷区立東深沢中学校を活動拠点とし10の自主クラブ会員80名でスタート
- 2. 地 域** 人口：約15,000人（東深沢・等々力コミュニティ、平成24年6月現在）  
東深沢・等々力コミュニティとは、平成4年12月東深沢中学校長の提案で発足した地域団体。同校を拠点として、地域・家庭・学校のパイプ役として相互の連携を深めることによる「生涯学習社会づくり」を目指す。
- 3. 運 営** 会員数：850人（平成24年12月現在）  
予算規模：約550万円（平成24年度）
- 4. 特 徴** 地域の小さい子どもからお年寄りまでが一緒になってスポーツや文化的活動をすることで、「青少年の健全育成」に寄与し、「豊かな地域社会をつくる事」を目指し、地域の活性化をはかっています。
- 5. 連絡先** 〒158-0081世田谷区深沢4-18-28 世田谷区立東深沢中学校内事務局  
TEL・FAX: 03-3703-0369  
URL: <http://hfsc.jp/>

関連リンク：小内清子氏プロフィール

<http://www.japan-sports.or.jp/local/tabid/472/Default.aspx>