

## 特別企画

### 障がい者スポーツに取り組むクラブ

#### ゆうポップスポーツクラブ 〈愛媛県松山市〉

総合型クラブは、障がい者スポーツの推進などの様々な地域課題の解決に向け、地域スポーツ団体等と連携を図ることが重要となってきます。また、地域コミュニティの核として期待されている総合型クラブは、地域の障がい者がスポーツに親しむことができる環境を今後さらに提供することも望まれております。

そこで今回は、障がいのある方も活動しているクラブについてご紹介いたします。

#### 1 クラブ概要

今から47年前の1974年、筆者自宅1階に日本空手松涛連盟永木道場(松山市土居田町)を構えました。それ以来「生涯空手」の理念を掲げ、技能レベルや目的に応じた指導を続けています。

##### 空手・車いす健康空手以外にポッチャ等のニュースポーツ教室も

2006年4月に空手のみならず、多種目のスポーツができる環境を整備し、地域に根差したクラブをつくるため、総合型地域スポーツクラブ「ゆうポップスポーツクラブ」を発足させました。現在は、空手、車いす健康空手、ニュースポーツ(ポッチャ、ディスコン等)の教室を開催しており、スポーツが持つ力で、地域の子どもから高齢者まで誰もが楽しめる活動を通じて、住民同士の交流や親睦を図っています。

##### コロナ禍で空手以外の教室は休止状態

現在は、新型コロナウイルス感染拡大の影響で高齢者施設などへの出入りが制限されているため、空手教室のみ感染予防対策を行った上で実施しているのが現実です。デイケアサービス利用者の参加が多い、車いす健康空手教室、ポッチャ教室、ディスコン教室は、お休みしている状況です。

## 2

## パラスポーツを応用した「車いす健康空手」を展開

### 障がい者以外にも高齢者や体が不自由な方も参加

日本空手松涛連盟では、「車いす空手」という分野に力を入れています。「車いす空手」は競技性があり、パラスポーツとして全国大会も開催されています。ゆうポップスポーツクラブでは、その車いす空手を応用した「車いす健康空手」を実施しています。「車いす健康空手」は、体操の要素を加え、車いすの代わりに通常のイスに座った状態で空手の稽古をします。障がい者だけでなく、高齢者や体が少し不自由な方でも、誰もが簡単にできます。

「車いす健康空手」はデイケアサービスの利用者によいと見え、教室を開設しました。参加者は主にデイケアサービスの利用者が中心ですが、希望があれば一般の方も参加することが可能です。加えて、ニュースポーツなども取り入れながら運動機会の場を提供しています。

### 障がい者の安全面への配慮を最優先

障がい者の方には、安全面への配慮を一番に考えています。安全に十分配慮しながらも、楽しんで参加してもらうことを目標としています。普段の稽古については、指導者、デイケアサービス職員等で参加者の補助等を行っています。

### 程よい配慮の下、健常者が障がい者をサポートして交流

一般の空手大会やイベントの際に「車いす健康空手」を発表していますが、一般の方には一緒に参加してもらったり、補助を手伝ってもらうことで交流を図っています。普段の稽古やイベントでは、障がい者が無理しない程度の活動量にしています。また、掛け声をゆっくりするなどの工夫もしています。しかし、意欲的に参加される方が多く、配慮しすぎると障がい者のやる気を邪魔してしまうこともあるため、できる限り最小限の配慮で、障がい者が自ら積極的に活動してもらうようにしています。

### 全国大会で「車いす健康空手」演武を披露

2018年7月には愛媛県武道館で開催された「第19回全国空手道選手権・全国車椅子空手道選手権大会」の場で、「車いす健康空手」の演武を披露しました。



全国空手道選手権・全国車椅子空手道選手権大会での演武

### 3

## 参加者・事務局からの声

### 【参加者からの声】

- 「大きな声を出しながら上半身(肩甲骨)を動かすので血行が良くなった」
- 「お腹の中から声を出すことで心と体がすっきりする」

### 【事務局側の声】

- 「デイケアサービス利用者が、車いす空手教室を楽しみにしてくれており、大好評です。また、ニュースポーツについても楽しんで活動していただいているようです」
- 「車いす空手道の発表の場をつくることで、教室に活気があふれるようになりました」
- 「障がいの有無を問わず、誰もが参加できるスポーツクラブでありたいと考えているため、今後も教室を実施していきたいです」

### 4

## 通常教室と車いす健康教室との合同イベントの更なる開催を

### 参加者はコロナ禍好転後の教室再開を心待ち

新型コロナウイルスが終息後の、教室再開を心待ちにしてくれている高齢者、障がい者、健常者ら皆様の気持ちの発散のためにも、早く全ての教室を再開したいです。

## 成果発表・交流の場を創設し、参加者が目標を持てる活動に

教室で活動したことを、成果として発表ができる場を少しずつ増やしていきたいです。そうすることで、さらなる交流の場となるだけでなく、参加者にも目標ができ、今以上の活動ができると考えております。

また、今後の目標は、空手教室と車いす健康空手教室の定期的な合同のイベントを今まで以上に開催することです。高齢者、障がい者がお腹からの発声をして楽しく体を動かし、今以上の健康な生活が送れるような環境づくりを目指します。

(ゆうポップスポーツクラブ 代表 永木 満)

## クラブプロフィール

**設立年月日** 平成18年4月23日

**所在地** 愛媛県松山市土居田町583

**運営** 会員数50名(令和2年9月現在)、予算規模50万円(令和1年度)

**特徴** 空手教室を中心に、車いす健康空手やニュースポーツ(ボッチャ、ディスコン等)の教室を開催しており、スポーツが持つ力で、地域の子どもから高齢者まで誰もが楽しめる活動を通じて、住民同士の交流や親睦を図っています。

**連絡先** 〒790-0056 愛媛県松山市土居田町583  
TEL 089-906-1712 FAX 089-906-1712  
E-Mail [nagaki-shinobu@md.pikara.ne.jp](mailto:nagaki-shinobu@md.pikara.ne.jp)



地域の敬老会で日頃の練習の成果を披露



日頃の稽古の様子