

大阪府理学療法士会障害者保健福祉部情報誌

まあ、よんでみて!

第23号

発行：(社)大阪府理学療法士会 障害者保健福祉部
〒540-0028 大阪市中央区常盤町1-4-12-301 TEL 06-6942-7233
E-mail:disabled@physiotherapist-osk.or.jp
印刷所：身体障害者授産施設 大阪ワークセンター
〒594-0031 和泉市伏尾町5-10-11 TEL 072-557-0883

今号の特集は、CPサッカーです。日本代表チームは、惜しくも今回のパラリンピックへの出場を逃してしまいましたが、CPサッカーについて、またチーム「大坂PAZ」の紹介とともに、チームに関わり活躍されている理学療法士の村田さんの活動をご紹介します。

保健福祉局活動報告（第12回 大阪府障がい者スポーツ大会 コンディショニングサポート）やイギリス・ロンドンにて8月より開催されますパラリンピックについてもご紹介します。

目次：

CPサッカーの紹介	
CPサッカーとは?	1
「大坂PAZ」の紹介	2
理学療法士の関わり	3
保健福祉局活動報告	4
パラリンピック始まる!!	6

CPサッカーの紹介

CPサッカーとは?

比較的軽度な脳性麻痺者を対象として誕生したスポーツで、パラリンピックの正式種目にもなっている、7人で行うサッカーです。国際的には「Football 7-a-side」と呼ばれ、日本では「脳性まひ者7人制サッカー」とも呼ばれています。1982年に、初の世界選手権大会が開催され、1984年のパラリンピック・ニューヨーク大会で初めてパラリンピックのプログラムとなりました。パラリンピック前年に「世界選手権」が開催され、世界各国は、これらの予選大会を経てパラリンピック出場を目指します。残念ながら日本代表は現在までにパラリンピック出場はありません。日本国内の大会においては、2001年より2チームで始まりましたが、2010年には全国より8チームの参加で第10回CPサッカー全日本選手権大会として岐阜で行われました。

●ルール

基本はFIFAのルールに準じ、下記部分を一部修正がなされています。

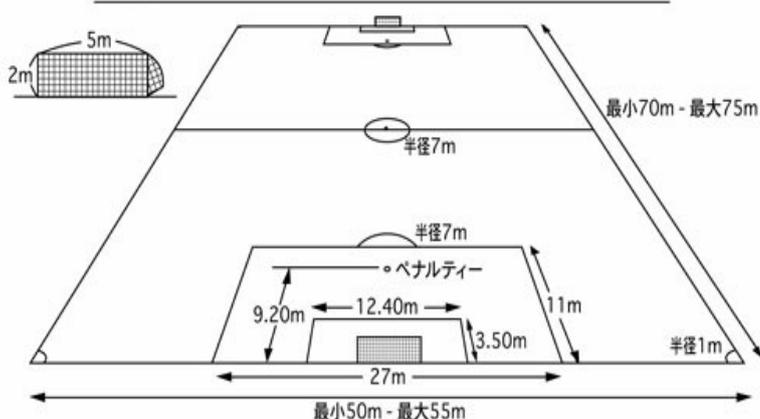
- ・ピッチ、ゴールポストを小さくする
- ・オフサイドルールは適用しない
- ・片手でアンダースローインを認める

公式試合においては、試合時間は、60分（前後半）で行います。



CPサッカー 試合風景

脳性麻痺7人制サッカー(CPサッカー)のフィールドの大きさ



●CPサッカーの対象となる選手
脳性麻痺だけでなく、脳卒中・脳損傷などの後天的な障害の罹患歴を持った人も対象となります。

●クラス分け

CPISRA (Cerebral Palsy International Sports & Recreation Association ; 国際脳性麻痺者スポーツ・レクリエーション協会) のクラス分けで、C5～C8クラスの選手が対象となります。

チームを構成する選手は、このクラス分けによる障害クラスを元に構成され、試合中は、必ずC5またはC6クラスの選手が出場しなければならず(いなければ6人で試合をする)、C8選手は、ピッチ上2名までしか出場できないというルールがあります。

C5	両下肢に麻痺があるが走可能
C6	四肢に不随的な動きがあるが走可能
C7	走可能な片麻痺
C8	極めて軽度な麻痺

(JCPFA日本脳性麻痺7人制サッカー協会ホームページより)

大阪のCPサッカーチーム「大坂PAZ」の紹介

現在、日本脳性麻痺7人制サッカー協会に所属しているチームは全国で8チームあります。その中で関西では神戸と大阪にチームがあります。今回、大阪のCPサッカーチームである「大坂PAZ」を紹介したいと思います。

2006年4月『サッカーの意味・サッカーの楽しさを障がい者に伝えたい』『今までは主に障がい者にとって観るものであったサッカーを自分もプレーできるんだと伝えたい』という熱い思いのもと「大坂PAZ」というチームは発足されました。チーム名は、これから大阪で歴史を作るぞという意味もこめてこの「大坂」という字が用いられ、ポルトガル語で平和という意味のほかにも、友情や絆という意味のある「PAZ (パス)」とを混合させて出来ました。

- 所属メンバー ; 選手11人 11歳から36歳
(日本代表選手、経験者5名)
サポーター5人
- 練習時間 ; 第3日曜日を中心におよそ月2回 ; 13:00~
- 場所 ; 摂津三宅スポーツセンター、大阪城公園、難波宮跡地
- その他 ; 年間を通じて、全日本選手権大会の参加や小大会や交流戦を行っています。(大坂PAZホームページ参照して下さい。)



「大坂PAZ」の皆さん

大坂PAZ選手兼チーム代表者の岩佐氏から

多くの方にCPサッカーを知って頂き関わって頂きたいと思っています。しかし、障がい者に対しては選手として自立心と責任感を促すためにも自ら門戸を叩いて欲しいです。ただ、自信がなかったりきっかけがなかったりすることも多いと思います。CPを知り、深く関わる理学療法士の方から障がい者に声をかけすすめていってもらい輪が広がることはありがたいことです。そうなることを望みます。

多くの障がい者にとっては『スポーツ＝苦手＝見るもの』といった感覚がありますが、そういった視点から『スポーツ＝楽しい＝するもの』への転換を、実際にCPサッカーを通して（同じ障害を持ち同じ土俵の上でサッカーをする中で）感じて欲しいと思っています。

大坂PAZホームページ <http://www.asint.jp/~boasorte/>

現在サポーターとして関わる理学療法士から

大阪府済生会 泉尾病院

理学療法士 村田 臣徳

(E-mail : iqsayina@yahoo.co.jp)

現在、大坂PAZに理学療法士として身体面のサポート、そして一プレイヤーとして関わらせていただいています。個人的には学生時代から長く地域の少年サッカーの指導に関わってきた経験がありますが、それとは全く異なるCPサッカーの面白さと難しさを感じています。サッカーをするにあたり、コンディショニングだけでなく動作の特徴を考慮することや、障がいの影響やプレー特徴との関係を常に考える必要があります、理学療法士が関われることにも深さがあると思います。

また、一方で選手の皆さんが、仕事や学校生活の合間に取り組むサッカーは余暇や運動といったものだけでなく「スポーツ」だと感じます。同じフィールドに立ち、一緒にボールを蹴っているとパラリンピックを目指す選手達はまさにアスリートなんだなあ実感します。そして、サッカーの持つ全身運動やチームプレーは障がい者にとって多くのものをもたらせてくれる可能性があると感じます。

皆さんが関わっている障がい者の方々にも、スポーツを行うことで社会参加を実現し、自分自身で決めて行動する力を獲得する一つのきっかけの場を提供できることになればと思います。また興味がある方と一緒にサッカーができればとも思います。

最後に取材者から

大阪府済生会 泉尾病院

理学療法士 村上 加緒理

今回「まあ、よんでみて！」を作成するに当たり、初めて大坂PAZの皆さんと、お会いしました。選手から話を聞くだけでなく、一緒にサッカーをさせていただきました。大坂PAZの皆さんと1日一緒に過ごさせていただく中で、サッカーが好き、楽しみたいという自主性を強く感じました。また、年齢や障がいのレベルなどは関係なく、サッカーが好きという気持ちで団結されており、垣根がないアットホームな雰囲気を感じました。何より皆さんが生き生きとされていることが、印象的でした。多くの方にCPサッカーや、大坂PAZの活動を知っていただきたいと思いました。今回、協力していただきました大坂PAZのみなさん、本当に有難う御座いました。

保健福祉局活動報告

第12回 大阪府障がい者スポーツ大会 コンディショニングサポート

大阪府の自立支援課からの依頼により、第12回大阪府障がい者スポーツ大会のコンディショニングサポートを実施しました。

サポートを実施したのは、5月13日に万博記念競技場で開催された陸上競技、5月19日に大阪府立門真スポーツセンター（なみはやドーム）で開催された水泳および卓球、5月20日に大阪府立障がい者交流促進センター（ファインプラザ大阪）にて開催されたフライングディスクの4競技で、各会場にて参加選手を対象としたコンディショニングコーナーを開設しました。

参加スタッフは大阪府理学療法士会 保健福祉局員および府士会員の皆様で、5月13日9名、5月19日9名、5月20日6名でした。

今回、府士会として初めてのサポートであり、大会までの準備期間が短い中での実施になりました。そのために、選手へのアナウンスがうまくいかなかったことや、「コンディショニング」という意味が分かってもらえなかったことが、反省点として挙げられます。

今回は、残念ながら利用者が少なかったことから、もう少し多くの選手に利用していただくことが今後の課題となりました。

<陸上競技>

利用者は肢体不自由、知的障害、視覚障害の選手計16名で、ストレッチやリラクゼーションを中心としたコンディショニングを一人15分～20分程度実施しました。

主訴の多くは、筋肉の張りで、投てき（砲丸投げ・ソフトボール投げ・ジャベリックスロー・ビーンバック投げ）選手は肩甲帯周囲、短距離選手は下肢（特に下腿三頭筋）、長距離選手は下肢と腰背部など出場種目と関連する部位に症状が現れていました。



フライングディスク 競技風景



コンディショニング風景（陸上）

サポートを実施しての印象は、今大会では社会参加目的で出場されている選手から競技志向が高い選手までの競技レベルの差が大きく、これまでにコンディショニングを受けた経験がない選手が多いようでした。コンディショニングコーナーは午前中より開設していましたが、選手へのアナウンスが徹底できていなかったこともあり、ほとんどの選手が午後からの利用で出場選手数の割に利用者が少なく残念でした。

利用された選手に対しては、指導も含めた対応をさせていただいたことで、改めて普段からの身体のメンテナンスの重要性を理解していただく良いきっかけとなったのではないかと思います。また我々理学療法士が、今後もこのようなサポートをとおして、より多くの選手のスポーツ活動の継続を支援し、QOLの向上、社会参加の一助になればと思います。

<水泳>

利用者は肢体不自由、知的障害の選手計10名で、主訴の多くは、疲労や筋肉の張り、疼痛でした。

症状が現れている部位は、肩や肩甲帯周辺が最も多く、ついで腰部、下腿の順に筋スパズム・硬結がほとんどの選手にあり、可動域制限・低下、疼痛といった症状が多く認められましたので、モビライゼーション、ストレッチ、リラクゼーションを実施しました。

問診のなかで日々の練習前後にストレッチなどを行っていない選手もおられ、身体のメンテナンスについて意識の低下を実感し、必要な選手については運動・ストレッチ指導を行いました。

また、水泳選手は複数種目にエントリーされている場合が多く、試合と試合の間に利用される方が6名で試合前が3名、試合後の利用は1名でした。特に試合と試合の間に利用される方に対しては、次の試合への影響を考慮し実施しました。

会場のなみはやドームの協力もあり、パーテーションや椅子などはスムーズに手配できましたが、当初、主催者側に準備していただいたコンディショニングコーナーは、観覧席のある2階に設置されており、開始から1時間ほどは前を通る人もまばらで、選手はほとんど通りませんでした。そのため担当者と相談し、少しでも多くの選手のサポートを行うためにも競技会場の前に移動させてもらいました。

大会パンフレットにはコンディショニングコーナーの設置について掲載していただいていたのですが、今回、初の試みということもあり選手・家族の方ともに「コンディショニング」が何を意味するのかご存じでなく、「何をしてくれる所ですか？」との質問を多くいただき、「身体の状態を整えます」と説明すると「じゃ、お願いしてみようかな？」ということで初めて施術を受ける方がほとんどでした。

競技終了後、獲得したメダルを見せに来てくださる選手の笑顔が印象的でした。



コンディショニングコーナー（水泳）

ロンドン 2012 パラリンピック始まる！！

4年に一度の障がい者スポーツの祭典、パラリンピックが平成24年8月29日から9月9日までパラリンピック発祥の地イギリスで開催されます。

参加国は165カ国、参加者数約6,200人（選手4,200人、役員2,000人）のうち、日本人選手は130名、役員121名、計251名です。

日本人選手は、実施20競技中、16競技に参加します。（平成24年7月現在）

今回のパラリンピックより、知的障害選手を対象とした陸上競技、水泳、卓球の一部種目が公式に実施される予定です。



大会マスコット
(マンデビル)

NHK等で放映予定となっています。みんなで応援しましょう！！

《競技スケジュール》

(日本障害者スポーツ協会ホームページ参照)

2012年8月-9月	29日	30日	31日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日	
開会式	↔												
アーチェリー		↔											
陸上競技		↔											
ボッチャ					↔								
自転車競技		↔								↔			
馬術		↔											
ゴールボール		↔											
視覚障害者5人制サッカー			↔		↔		↔		↔		↔		
脳性麻痺7人制サッカー				↔		↔		↔		↔		↔	
柔道		↔											
パワーリフティング		↔											
ボート						予備日							
セーリング				↔									
射撃		↔											
競泳		↔											
卓球		↔								↔			
シッティングバレーボール男子		↔											
シッティングバレーボール女子		↔											
車椅子バスケットボール男子		↔											
車椅子バスケットボール女子		↔											
車椅子フェンシング							↔						
ウィルチェアラグビー								↔					
車いすテニス				↔									
閉会式												↔	

日本選手、参加競技

