大阪府理学療法士会 公益事業部情報誌

まぁ、よんでみて！

第30号
2020年3月

ONE TEAM：障がい者スポーツと理学療法士の関わり

【活動報告】

・第9回大阪マラソン

・車いすテニス体験会

【インタビュー】

・アンプティサッカー・車いすテニス
　ボランティアスタッフインタビュー

・大阪府障がい者スポーツ大会事前講習会　講師インタビュー

発行：（公社）大阪府理学療法士会　公益事業部
〒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

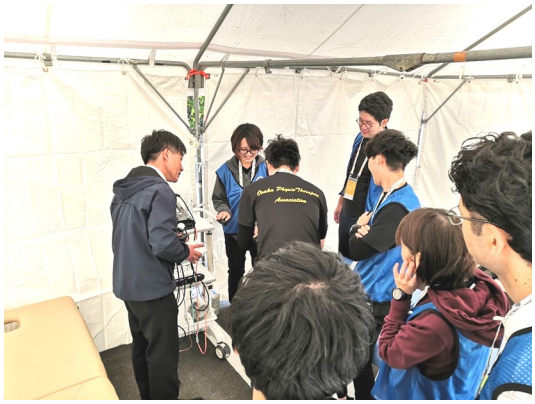
印刷所：身体障がい者支援施設　大阪ワークセンター
〒594-0031　和泉市伏屋町5-10-11　TEL　0725-57-0883

活動報告：

第9回大阪マラソンにコンディショニングスタッフとして参加して来ました！

大阪マラソンは、2011年10月30日に第1回大会が開催された、大規模な市民参加型マラソン大会で、車いすマラソンも実施される。第2回大会より大阪府理学療法士会が車いすマラソン選手のサポートとしてケアステーションを運営している。2019年12月1日に第9回大阪マラソンでも、理学療法士がゴール直後の選手のケアにあたった。

大会当日、レースを終えてトップ選手にとっても今年の新コースは難しかったという。坂を登ってはすぐカーブで減速しなければならないコースの連続で、気温は暖かくても記録は伸びにくい厳しいレースであった。選手のケアを行うことはやりがいを感じると共に、この経験とその時に聞ける選手やその家族からの貴重な話は日々の臨床に生きると思う。



大会当日の様子

車いすマラソンはレーサーという競技用車いすを使う。スピードが出るよう軽量で、かつ耐久性を備えた車いすだ。レースでは平均時速30km/hに達し、下り坂では時速50km/hを超えることもある。世界記録はスイスのハインツ・フライ選手の1時間20分14秒である。

このような驚きの身体能力を備えた選手たちを、間近で診て・聞いて・触ることができるのが、コンディショニングスタッフの醍醐味だ。実際に今回参加した選手1名を紹介したい。

2018年、車いすマラソンで優勝した西田宗城選手。現在大阪在住の35歳、日本パラ陸上車いすマラソン強化指定選手である。20歳の時に交通事故で第10胸髄完全損傷、車いす生活に。その後車いすマラソンに出会い、競技生活を開始、トラックで20km/h後半～30km/h、急な下りのコースでは最速80km/ｈを記録したことがある。自己ベスト記録は1時間20分28秒。2018年戦績はパリマラソン優勝(日本人車いす初優勝）、ソウル中央マラソン優勝等、世界ランキング4位となった。2019年のソウル中央マラソンでも3位となり、今後の活躍が期待される。

大阪回生病院　伊藤文香　PT

西田宗城　選手

理学療法士やボランティアの学生も気さくに話せ、車いすマラソンをより身近に感じさせてくれる存在だ。

車いすテニス体験会を開催しました！

大阪府理学療法士会公益事業部の活動の１つに、車いすテニスのコンディショニングサポートがある。ボランティアスタッフを中心に、大会期間中は数多くの選手に対してコンディショニングを実施している。

大会に先立ち今年度から新たな取り組みとして、車いすテニスの体験会を開催した（2019年7月15日）。当日は大阪車いすテニス協会会長：大前千代子　氏を中心に、数多くの車いすテニスの選手にも参加して頂いた。

内容として、競技で使用する車いすに乗車し、駆動やラリー、ミニゲーム等を実施した。実際の選手から指導を受けながら、座学ではイメージしづらい車いすテニスの競技特性や障がいリスク等を肌で感じることができた。また選手・ボランティアスタッフの交流により、大会当日のスムーズなコンディショニングサポートにも繋がったのではないだろうか。公益事業部では、今後もこのような実践的な講習・体験会を開催していきたいと考えている。

体験会の様子

体験会は大阪市舞洲障がい者スポーツセンターで開催。皆、チェアワークの難しさにヘトヘト…

インタビュー：

アンプティサッカー・車いすテニス

大阪府理学療法士会公益事業部の活動には、毎年多くの府士会員ボランティアスタッフに参加して頂いています。2019年度も、アンプティサッカー・大阪府障がい者スポーツ大会・車いすテニス・車いすマラソン等に延べ92名に参加して頂きました。

その中からボランティアスタッフの感想を、また後半では大阪府障がい者スポーツ大会事前講習会講師のインタビューも紹介させて頂きます。次年度以降、府士会事業に参加を考えている方々の参考になればと思います。是非、一緒に障がい者スポーツに関わる楽しさ・やりがいを経験しましょう！

ボランティアスタッフの声

昨年度、知人の勧誘がきっかけでアンプティサッカーのボランティアに参加させて頂き、今年度は二度目の参加でした。前回はあっという間に終わってしまい、心残りに思っていました。今年度はその場限りではなく、選手と関わることを目標にし参加させて頂きました。

事前講習会では障がい者スポーツのこと、アンプティサッカーの現状等を学ぶことができ、また来年度のパラリンピックを見据えた講習内容であり、大変勉強になりました。

大会当日は多くの選手との関わりの中で、競技特性やコンディショニング・普段の生活についてまで、多くのことを選手から学ばせて頂きました。

大阪府理学療法士会では他の障がい者スポーツのサポートもされているため、来年度もまた参加していきたいと思います。お忙しい中準備・運営を含め、ありがとうございました。

JCHO　星ヶ丘医療センター　小澤茉侑　PT

アンプティサッカー事前講習会の様子

当日は座学だけでなく、森ノ宮医療大学のグラウンドで体験会も開催しました！

まぁ、よんでみて！

私は、今回大阪府障がい者スポーツ大会の事前講習会とアンプティサッカーの大会に参加させて頂きました。理学療法士として障がい者スポーツや選手に関わることは今回が初めてでした。以前から切断障がい者の理学療法やスポーツ分野に興味があり、職場の先輩に声をかけていただいたことがきっかけで参加することになりました。大会参加にあたって現場の雰囲気や流れ、選手へのケア内容について知識不足で不安がありましたが、事前講習会では障がい者スポーツについてなどの座学だけでなく実際に選手にお会いし、お話をしたり試合後の体に触れることができました。また、実際にクラッチを使用した練習を体験することもできました。クラッチ２本と一脚の３点でダッシュしたり、ボールを蹴りながら走るということが見た目以上に難しく改めて選手の身体能力や技術力の高さを感じました。

講習会を受講したため、大会当日は緊張感も少し和らいで参加できたように感じ、選手とコミュニケーションがとりやすく、問診もスムーズにでき、その後のケアへ繋げやすかったと感じます。一日を通して３～４人の選手のケアをさせて頂きました。経験不足なテーピングの依頼などもありましたが、ボランティアスタッフの方々が必ず近くにいるのでケアで困った場面があればアドバイスを頂くことができました。初めての経験だったので限られた時間内で問診をし選手の症状に対してケアを開始することは緊張しましたが、私の勤務する病院ではスポーツ障がいや四肢切断者を診る機会が無いため、とても貴重な経験となりました。理学療法士として貴重な経験ができたことだけでなく、アンプティサッカー自体がとても魅力的で選手の技術力の高さに感動し、どのチームのプレーも観戦していてとても楽しかったです。なのでアンプティサッカーだけでなく、他の車いすテニスや水泳なども今後参加していきたいと思いました。スポーツが好きな方は、楽しみながら理学療法士として選手に携われる貴重な機会になるかと思います。

一般財団法人　住友病院　幸田夏子　PT

アンプティサッカー大会当日

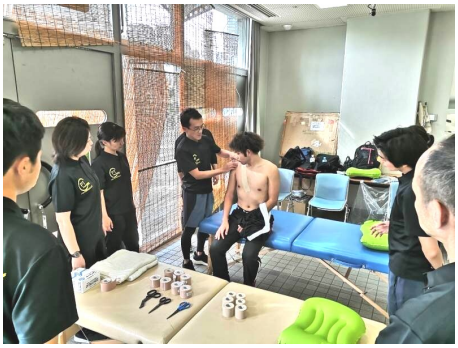
障がい者スポーツに興味を持ち、サポートに参加したいと思ったきっかけは理学療法士学生時代に参加した大阪府理学療法士会での障がい者スポーツについての発表を聞いたことでした。以前からブラインドサッカーや車いすバスケット、陸上競技があることなどは知っていましたが、その発表を聞いたときに初めてアンプティサッカーという競技があることを知りました。元々整形分野やスポーツ現場での治療に興味があり、臨床に出た際には障がい者スポーツに携わりたいと思いました。その後は学生でも参加可能な講習会へ参加し、障がい者スポーツについて学び、障がい者スポーツ指導員の資格を取得しました。また、講習会がきっかけでツインバスケットボールのボランティアに参加し、障がい者スポーツへの関心はさらに深まりました。

わたしが府士会のサポートに参加するようになったのは、学生時代の臨床実習中に指導者の先生と障がい者スポーツについてお話させていただく機会があったことからです。指導者の先生が障がい者スポーツのサポートをされていてアンプティサッカーの大会で、選手の治療見学をさせて頂きました。試合の合間に選手が来られるため限られた時間の中での治療で、試合前・試合後、翌日も試合があるかなど、選手１人１人の状況に応じて評価・治療をされている先生方を見て、私もこんな風に選手をサポートできるようになりたいと思うようになりました。

現在は理学療法士となり、サポートに参加できるようになりました。今年はアンプティサッカー、車いすテニスに参加しましたが、スポーツ現場では病院での術後の患者さんとはケアの方法も異なり、難しいなと感じることもあります。しかし選手から学べること、サポートされている他の先生方から学べることが多くありました。

障がい者スポーツの分野は幅広いですが、コンディショニングルームが設置されているスポーツは少ないのではないかと感じています。わたしはツインバスケットの大会にも参加したことがありますが、コンディショニングルームはありませんでした。その大会では低血糖や、熱中症、痙性など起こす選手もおられ、コンディショニングルームの必要性を感じることがありました。今後、車いすバスケット、水泳や車いすラグビーなど他のスポーツにおいても選手のサポートが行えるよう参加していきたいと考えています。

JCHO　大阪病院　中川志保　PT



車いすテニス大会当日

まぁ、よんでみて！

大阪府障がい者スポーツ大会
事前講習会
講師インタビュー

講習会の様子

・4月7日開催の事前講習会について

大阪府障がい者スポーツ大会について、概要や実施競技、障がい区分等、お話しさせていただく機会を設けていただきありがとうございます。競技の様子・用具の紹介等も含め、大会の内容や取組み等をご理解いただけたのではないかと考えます。あわせて障がい者スポーツへの理解につながればありがたいです。

・理学療法士が、障がい者スポーツ大会へコンディショニングスタッフとして参加することについて

陸上競技や水泳など、大阪府障がい者スポーツ大会に参加いただいている選手のコンディショニングや、パフォーマンスの向上等につながるものであり、理学療法士の皆さまにサポートいただけることは大変心強く感謝しております。

参加選手からも「体が軽くなった」「動きが良くなった」など好評であり、今後も障がい者スポーツ大会におけるサポートをお願いいたします。

・大阪府障がい者スポーツ大会や障がい者スポーツに関する情報提供、理学療法士に対するご意見など

重度身体障がい者のスポーツ参加を目的に、2021年の全国障害者スポーツ大会から「ボッチャ」が実施されます。大阪府障がい者スポーツ大会については、全国障害者スポーツ大会の選考会も兼ねていることから、「ボッチャ」の実施に向けて準備をしているところです。

障がい者をはじめ多くの方がスポーツに取り組む機会が増えるにつれ、理学療法士の皆さまの専門性も必要とされます。障がい者スポーツは、気軽に参加できるものから、競技性を求めるものまでさまざまです。身近に取り組めるものとなるよう、障がいのある方にもスポーツを勧めていただき、理学療法士の皆さまにも障がい者スポーツへ携わっていただけると幸いです。

大阪府障がい者スポーツ協会では、大阪府障がい者スポーツ大会をはじめ、全国障害者スポーツ大会への選手団派遣・障がい者スポーツ指導員養成講習会、各種障がい者スポーツ事業等を実施しております。今後も大阪府理学療法士会の皆さまとの連携や協力が必要ですのでよろしくお願いいたします。

大阪府障がい者スポーツ協会　井上惠輔　様

編集委員：井上拓弥、植田良、木村公英、朽木友佳子、河野竜也、小杰武陛、須藤由佳、高尾弘志、高森宣行、西之原隆宏、
東山学史、藤野文崇、前田薫、山川雅史　（50音順）