

私のおすすめ

スポーツでリフレッシュ！ 障害のある人に優しいスポーツ施設

健康増進やストレス解消には、スポーツがもってこいですね。しかし、障害のある人にはスポーツ施設の設備等のハードルが高いことも少なくありません。でも、あきらめないでください。県内には、スイミング・テニス・ボウリング・フィットネスジム・ロッククライミングなど、さまざまなジャンルの施設が、障害のある人への配慮や工夫をしています。

さあ、スポーツでリフレッシュしましょう！

❖ ボルダリングで新しい体験を！

経験したことのない新しいジャンルにチャレンジしたいという方には、「ボルダリング」がお勧めです。これは、もともとフリークライミングの練習として始まった、人工の岩場を素手だけで登るスポーツです。

よじ登るための順路の理解が難しいときには、お気に入りのアニメキャラクターのイラスト等を岩場に置き、その順番に登っていくことができるように工夫している施設もあります。また、視覚に障害がある人には、触って分かるマグネットボードで道案内するなど、スポーツ施設の温かい思いやりが伝わります。



(上)マグネットボードで岩場の順路を確認



(右)イラストは間近に見ても見つけやすい

❖ ボールを持たなくてもできるボウリング

障害のある人に配慮されたスポーツ施設として最も多いものは、ボウリング場でした。

障害があるため投球が困難な人には、投球台が用意されています。また、車いす利用者が投球レーンの段差を上がることができるように、持ち運び可能なスロープを常備している施設もありました。



投球台の使用イメージ

今月は

⇒ (N)神奈川県障害者自立生活支援センター

がお伝えします！

通称K I L C (キルク)。1997年4月設立。障害者の自立生活を目指してピアカウンセリング(障害者による相談事業)や各種情報提供、障害者施策の研究・提言など障害当事者の目線で共生社会の実現を目指した活動を展開。現在、厚木・平塚等4カ所の事業所で活動中。

〈連絡先〉〔法人本部〕厚木市愛甲1-7-6

TEL: 046-247-7503 FAX: 046-247-7508

URL: <http://www.kilc.org> E-mail: info@kilc.org



設備の改修が難しくても、ちょっとした工夫により、障害のある人もスポーツを楽しむことができることに気づかされました。

❖ 障害のある人への配慮や工夫のヒントをまとめた冊子を配布中

私たちの団体では、県内の民間スポーツ施設約350カ所の調査を行い、『障害者のためのスポーツ施設・好事例集2014』(県委託事業)を作成しました。

この事例集では、駐車場・受付・スポーツ用具・コミュニケーションツールなど、ハード面・ソフト面でさまざまな工夫をしている民間スポーツ施設を紹介しています。また、障害者スポーツの種目や歴史のほか、障害者スポーツを支えるチェアスキー開発者や競技審判の方へのインタビューも掲載しています。

平成23年にスポーツ基本法が制定され、障害のある人も含めたすべての国民にとって、「スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むこと」は権利であることが明記されました。障害があっても、身近な地域に、いつでも気軽に安心してスポーツを楽しむことのできる施設が、一つでも増えていくことを期待します。



インフォメーション

■ 『障害者のためのスポーツ施設・好事例集2014』(A4判・27ページ)

- ・ホームページからダウンロード可能
- ・冊子版をご希望の方は上記までご連絡ください
- ・S Pコード版もあります



障害者のための
スポーツ施設・好事例集