

平成 25 年度
順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科 修士論文

精神障害者に求められるスポーツのあり方
ーソフトバレーボール大会からみえてくることー

所属系（領域） 健康科学系
氏 名 大井崇弘
論文指導教員 四方田清 准教授

合格年月日 平成 26 年 2 月 22 日

論文審査員 主査 松沢 正

副査 松山 毅

副査 四方田 清

目次

第1章	緒言.....	1
第1節	研究背景.....	1
第2節	問題の所在.....	1
第2章	文献考証.....	3
第1節	障害者スポーツのはじまりについて.....	3
第2節	日本での障害者スポーツのはじまりについて.....	4
第3節	精神障害者スポーツのはじまりについて.....	4
第4節	障害者スポーツの現状について.....	5
第5節	精神障害者スポーツの実態について.....	6
第6節	精神障害者スポーツの目的・効果について.....	7
第7節	施策について.....	10
第8節	スポーツの枠組みについて.....	11
第9節	仮説.....	11
第3章	研究目的.....	13
第4章	研究方法.....	14
第1節	対象.....	14
第2節	方法.....	14
第3節	内容.....	14
第4節	当事者の質問内容.....	14
第5節	指導者の質問内容.....	17
第6節	手続きおよび実施期間.....	20
第7節	データ解析方法.....	20
第5章	結果.....	22
第1節	回収状況.....	22
第2節	当事者属性の概要.....	22
第2節	当事者に対する質問について.....	24
第3節	指導者属性の概要.....	35
第4節	指導者に対する質問について.....	37

第6章	考察.....	46
第1節	当事者に対する質問について.....	46
第7章	今後の課題.....	51
第8章	結論.....	52
謝辞.....		53
引用・参考文献一覧.....		54
SUMMARY.....		57
資料		

第1章 緒言

第1節 研究背景

近年、精神疾患に身近なものとなってきている。そのことを表れているのが、2011年に厚生労働省が悪性腫瘍、急性心筋梗塞、脳卒中、糖尿病に精神疾患を加え「五大疾病」⁶⁾と位置づけたことにより、精神疾患が大きな注目を集めている。「障害者基本法」「精神保健福祉法」「障害者自立支援法」などの一連の法整備が進み、精神科領域においてもノーマライゼーションの考え方が浸透し、障害を抱えながらも生活の質を追及する動きが強まってきた。障害者の保健・福祉・医療に関しては、国や地方の施策においても、身体障害、知的障害、精神障害に関して別々に取り組むのではなく、三障害一括で推進する考え方が広がっている。

運動療法はリハビリテーションの一環で取り入れられている。そのリハビリテーションの中で障害者スポーツは発展してきた。障害者スポーツは東京オリンピック後、全国身体障害者スポーツ大会が開催され、同年に日本身体障害者スポーツ協会が設立され、障害者スポーツ指導員養成を開始した。「国連・障害者の10年最終年」⁵⁾の記念行事で、知的障害者スポーツ大会(ゆうあいピック)が開催された。障害者スポーツは、医学的リハビリテーションとしての機能回復、あるいはレクリエーションとして行われてきた。その後、身体障害者ではより競技性が高くなり、パラリンピックなどでアスリートとして活躍する選手もいて、新たな人生作りに大きく役立っている。

第2節 問題の所在

障害者スポーツ大会といえば、身体障害者を中心としたパラリンピック、知的障害者を中心としたスペシャルオリンピックがその代表である。精神障害者スポーツは日本国内での全国大会すら開催されていなかった。また、2001年から身体障害者・知的障害者が統合され国体の一環で全国障害者スポーツ大会が開催されたが、精神障害者は入っていなかった。1965年に身体障害、1992年知的障害がそれぞれ全国大会を開催してきた。精神障害は2001年より第1回全国精神障害者バレーボール大会開催から、毎年全国精神障害者スポーツ大会やブロック大会などの開催を続けてきた。その結果、第8回全国障害者スポーツ大会において、精神障害者バレーボールが正式競技となった。

障害者にとってスポーツとは、リハビリテーションであり、生きがい作りを目的としたアダプテッドスポーツの一つである。精神障害者スポーツは、精神疾患の患者に多くのストレスにならないため、主に楽しむことを目的の活動としてスポーツを奨励してきた。そのため、精神障害者スポーツは、障害者の全国大会や競技性の高いスポーツは長く実施されてこなかった。

千葉県では、千葉県・千葉市、精神障害者ソフトバレーボール大会の開催は 2013 年でそれぞれ、15 回目（千葉県）、10 回目（千葉市）を迎えている。そこで、精神障害者が運動やスポーツ活動を行うことによってもたらすさまざまな影響・効果について検討する必要がある。さらに、大会参加者の率直な意見を聞き、精神障害者が気軽に参加できるスポーツとは何か、スポーツを行う意義とは何かなどの研究がなされていないため、改めて障害者スポーツの振興のあり方を検討する必要があると考える。

第2章 文献考証

第1節 障害者スポーツのはじまりについて

障害者スポーツの歴史において最も早く発展したのは身体障害者の領域であり、今日ではパラリンピックを頂点とした広い裾野と世界的規模の組織をもつ。パラリンピック(Paralympic)は、元々ParaplegiaとOlympicの合成語であることからわかるように、脊髄損傷の後遺障害をもつ人の車椅子競技から発展した。第二次世界大戦負傷者のリハビリテーションにスポーツを取り入れて成果を上げていたロンドン郊外のストーク・マンデビル病院において、1948年のロンドンオリンピック開幕日に合わせてスポーツ・フェスティバルが開催されたのが起源である。その後の発展を経て1960年のローマオリンピックの際に、オリンピック開催年と開催地に合わせて車椅子使用者の国際的スポーツ大会を開催しようとの機運が高まり、1962年に国際身体障害者スポーツ大会の開催に向け準備委員会が設立された。1964年の東京オリンピックに合わせた第2回大会から「パラリンピック」の名称が正式に使われることになったという。1996年アトランタ大会からは初めて知的障害者部門も加わり、1998年長野での冬季大会によって、日本の市民にとっても身近な存在となったのである。

これら組織の発展からみると、1924年に設立された国際聾者スポーツ委員会(International Committee of Sports for the Deaf)が運営している聾者の国際総合競技大会が「デフリンピック(Deaflympics)」である。1960年に設立された車椅子使用者以外の四肢切断や機能障害者を対象とした国際ストーク・マンデビル車椅子競技連盟(ISMWSF)と1964年に設立された国際身体障害者スポーツ機構(ISOD)が、2004年に合併し、新たに国際車いす・切断者スポーツ連盟(IWAS)が設立された。また、1978年に国際脳性麻痺者スポーツ・レクリエーション協会(CP - ISRA)が設立した。1980年に国際視覚障害者スポーツ協会(IBSA)が設立した。1986年には、国際ろう者スポーツ連盟(Inas)が設立された。そして、これら分野ごとに国際組織が加盟する形で、国際パラリンピック委員会(IPC)が1989年に創立された。2003年には知的障害者スポーツ機構(INAS - FID)が設立された。その後、国際パラリンピック委員会の地域委員会として、2006年にアジアパラリンピック委員会(APC)が設立された。障害者スポーツ選手の競技力向上や障害者スポーツ振興の強化を図るため多くの組織が設立された。

第2節 日本での障害者スポーツはじまりについて

わが国の障害者スポーツのはじまりは、パラリンピック東京大会の翌年の1965年以来毎年、全国身体障害者スポーツ大会が行われ、1999年に財団法人日本精神保健福祉連盟はスポーツ推進委員会を発足させ、全国大会開催の取り組みを始めた²⁶⁾。2001年に知的障害部門との統合により全国障害者スポーツ大会となるまでに36回を数えている。身体障害に比べると歴史は浅いものの、知的障害者のスポーツ界においても、2003年には知的障害者スポーツ機構(INAS - FID)の前身が創設され、数年後には国際パラリンピック委員会(IPC)への加盟を果たしている。日本でも、「国連、障害者の10年」²⁵⁾の記念行事として1993年に第1回全国知的障害者スポーツ大会(ゆうあいピック)が開催されて以来、着実に発展を続けた。2001年に身体障害部門との統合を実現したのである。

第3節 精神障害者スポーツのはじまりについて

精神障害部門では、岡崎²¹⁾によれば、日本では1956年、神奈川県にて精神科病院間のソフトバレーボール大会が行われており、各都道府県・保健所・市町村レベルでの大会が行われていたが、全国レベルでのスポーツ大会は存在しなかった。2002年の全国障害者スポーツ大会にてオープン競技に認められ、第2回全国障害者スポーツ大会オープン競技・全国精神障害者スポーツ大会(15チーム)となった。2008年の第8回全国障害者スポーツ大会もオープン競技から正式競技となり、3障害が揃った初めての歴史的大会となった²⁶⁾。さらに、2006年からはJリーグ「ガンバ大阪」が主催した精神障害者を対象としたフットサル大会「第1回スカンビオカップ」がきっかけとなった。フットサルが広がりを見せている中、2011年千葉県では、精神障害者を対象とした競技種目のさらなる拡大を目的に、有志にて「千葉県精神障害者バスケットボール実行委員会」を結成した。実行委員は作業療法士理学療法士、精神保健福祉士、選手(当事者)を含む多職種で構成し、千葉県大会が開催された。2013年3月には全国で初となる精神障害者を対象としたバスケットボールの県大会「ちばドリームカップ2013」(第1回千葉県精神障害者バスケットボール大会)を開催した。プレ大会から時間が経過していないにもかかわらず競技レベルは格段に向上してきている²⁷⁾。

第4節 障害者スポーツの現状について

さて、こうした身体・知的障害者スポーツ界の歩みに比べ、精神障害者のスポーツは著しく立ち後れた状況にある。数年前までは都道府県ごとの精神障害者スポーツ振興組織も全く整備されておらず、もちろん全国1組織も存在しなかった。他の2障害分野のように、パラリンピックを頂点としてトップアスリートたちが記録や勝負を競う、つまり競技性を追求するスポーツという点で、これまでに見るべき展開はないに等しかった。1993年に行われた第1回全国障害者スポーツ大会に精神障害者の参加枠がほとんどなかった。しかし、これまで精神障害者スポーツの実践が乏しかったわけではなかった。病院においては、入院患者のレクリエーションとしてスポーツが取り入れられるのがむしろ当たり前の光景であり、その歴史も古い。種目としては、ラジオ体操やストレッチ運動など特に設備や器具を要しない手軽なものから、卓球、バレーボール(ソフトバレーボールを含む)、ソフトボール、さまざまな競技を組み合わせた運動会などが、各病院の条件に合わせながら広く行われてきたのは周知のことである。これらは単に入院中の運動不足解消やレクリエーションとしてばかりではなく、社会的対人的機能の回復を目的としたリハビリテーションとして、集団療法の形でも行われてきた。また近年地域で患者を支える社会資源の発展に伴い、デイケアのプログラムとして、あるいは作業所などの行事として取り入れられることも多く、次第にこれらの施設間の対抗試合や交流大会も盛んになってきたのである。このように精神障害者のスポーツ活動は、レクリエーション、リハビリテーション、親睦といった範囲に限っても相当の成果を上げてきた。しかし、競技スポーツとしての可能性を追求するという視点がほとんどなかったために、身体、知的障害分野の基盤整備に比べて大きく後れをとることになった。結果的に、三障害を平等に位置づけて施策展開するという障害者基本法の理念からも隔たる状況を生んだのである¹⁹⁾。

第5節 精神障害者スポーツの実態について

濱野ら²⁾の精神障害者のスポーツ活動の研究では、スポーツ行うにより精神障害者の QOL の向上に影響が報告されているが、精神障害者のスポーツ振興は全国的な取り組みへと発展してきている。しかし、精神障害者のスポーツ活動は、これまで医療やリハビリテーションを主たる目的としてなされてきたことから、他の障害に比べて社会参加の促進や余暇充実の観点におけるスポーツ活動の意義や役割に関する知見は非常に限られている。その結果、精神障害者のスポーツ振興は基盤整備の面で大きく遅れた現状である。

高畑²⁷⁾は一年間の障害者スポーツ大会の開催頻度に関して、市町村レベルは 125 ヶ所(1 県あたり 5.4 回)、保健所レベルは 194 ヶ所(1 県あたり 5.87 回)であり、保健所レベルの大会は、約 168 ヶ所(86.6%)が精神障害のある人の単独大会である。都道府県・政令指定都市は 80 ヶ所(1 県あたり 1.9 回)の計 399 ヶ所である。最も開催数が多いのは、保健所レベルの大会である。399 ヶ所の大会開始年は、1990 年代以前が 23%、1990～1994 年が 11%、1995～1999 年が 45%である。したがって、大会開始年は半数が 1995 年以降の開催である。1993 年に障害者基本法ができ、1995 年の精神保健福祉法改正によって精神障害者保健福祉手帳ができ、精神障害のある人も障害者として位置付けられた事が大きく影響した。市町村レベルの 125 ヶ所の大会では、精神障害のある人が身体障害・知的障害・高齢者・一般市民と一緒に実施する合同大会が 55.2%、精神障害のある人だけの単独大会が約 48 ヶ所(38.4%)である。市町村では、精神障害のある人だけの大会よりも他の人々との合同大会が多くなっている。都道府県レベルの大会は、約 73 ヶ所(91%)が精神障害のある人の単独大会である。(表 1)全国で行われる 1 年間の大会数は 399 ヶ所で、1 ヶ所平均の参加者数は 150 人規模である。これから推計すると 1 年間では、スポーツ大会に参加する精神障害のある人が全国で約 5 万人参加していると思われる。都道府県大会レベルの大会は、平均 1.9 回と 1 県あたり複数の大会が実施されている。大会参加者数は 1 ヶ所が 300 人～500 人規模の大会が最も多く、2,000 人規模の大会もあると報告されている。精神障害者には、多くの大会参加機会が存在するが、種目数が少ないということが問題である。

表 1 障害者スポーツ大会開催頻度

障害者スポーツ大会開催頻度(年間)		1県あたり開催回数	精神障害者の単独大会	単独大会の回数
都道府県・政令指定都市	80ヶ所	1.9回	91%	73ヶ所
市長村レベル	125ヶ所	5.4回	38.4%	48ヶ所
保健所レベル	194ヶ所	5.87回	86.6%	168ヶ所
合計	399ヶ所			289ヶ所

第 6 節 精神障害者スポーツの目的・効果について

障害者スポーツの生活質について、濱野ら²³⁾はソフトバレーボールを通じた対人交流は、メンバー間の相互作用をより促進される可能性があるとして報告されている。他者から受け入れられる経験や集団の一員として共に助け合う経験を通して、信頼感、自尊心や自信の強化、人間関係における満足感の高まりが考えられる。また、ソフトバレーボールは、他競技と比べ攻守の切り替えが非常に速く、そのうえ一人のボールタッチに限られることから、メンバー間の声かけや連携が強くと求められる競技である。対人交流を中心としたスポーツ活動を行う精神障害者を対象にWHOが定義したQOL-26(主観的幸福感、生活の質を測定するための尺度。全26項目から構成される。)を行った結果、下位尺度の中でも社会的関係の満足度に影響を与えるということが報告されている。

ソフトバレーボールを対象とした研究から障害者スポーツ大会に参加している当事者を対象とした調査において、坂井²⁴⁾は、障害者スポーツの参加目的は「体力がつく、運動不足の解消」が最も多く、次いで、「仲間作り」「気分転換」「ストレス解消」「集中力がつく」「適度に疲れると気持ちよい」「体が楽になり、動きやすくなる」の順であった。また、ソフトバレーボールにより変化・改善したことは、「体力」が最も多く、次いで、「自信」「交流」「感情表出」「意欲」「積極的」「明朗さ」の順であった。目的、変化・改善した点からは、体力が上位であった。競技性が高まるにつれて練習量、内容も濃いものとなる。多くのチームが3時間の練習時間で、障害者クラブという特別な扱いではなく、一般のバレーボールクラブと同じような練習時間を行っているという結果であった。次に仲間作り、自信、人との交流は、バレーボールはチームプレー、チームワークが重要な競技であることと、大会参加には宿泊を伴うことも影響していると考えられている。一般のバレーボールよりチームワークを必要としており、選手間のコミュニケーション、ポジションチェンジがより必要になっている。全国大会では3泊から5泊が必要で、ブロック大会でも地域によっては宿泊が

必要になる。精神障害者は社会的経験が少なく、またコミュニケーションの障害と言われることもあるが、スポーツを通して人との交流が増加し、仲間が出来、体力・意欲の向上や自信につながっている。さらに、障害者スポーツ大会に参加することで、新幹線・飛行機・ビジネスホテル宿泊などの社会的経験、地域社会や家族からの評価をうけることでの自尊心の向上、満足感、所属感などの精神的健康感につながっている。変化・改善した点についてマイナス評価がほとんどなく、プラス評価が多かったことは、障害者スポーツが精神障害者の地域社会参加に貢献していることが伺えた。濱野ら²⁾が報告したSF-36v2(健康について万人に共通した概念のもとに36項目の質問から構成された包括的尺度)において、身体的日常生活機能、社会生活機能、精神的日常生活機能が低い傾向であったことは、精神障害者の社会生活機能の問題と考える。しかし、国民標準値と有意差は認められず、現在の健康状態と1年前と比べての健康状態の項目が良好であり、障害者スポーツに参加することが、精神障害者のQOLを向上させ、地域社会生活が充実し、QOL向上にも関連していることが考えられる。

表2 障害者スポーツの歴史

	世界の出来事	日本の出来事
1924	国際聾者スポーツ委員会の設立	
1948	ロンドンにて戦争負傷者に対してスポーツによるリハビリテーションとして導入	
1956		神奈川県にて精神科病院間のソフトバレーボール大会の開催
1960	初めての障害者のための国際的なスポーツ大会（ロンドン）	
1960	国際ストーク・マンデビル車椅子競技連盟(ISMWSF)の設立	
1964		東京オリンピックにてパラリンピックの名称が正式採用
1964	国際身体障害者スポーツ機構(ISOD)	
1965		全国身体障害者スポーツ大会開催
1978	国際脳性麻痺者スポーツ・レクリエーション協会(CP-ISRA)の設立	
1983		国連・障害者の10年の採択
1986	国際ろう者スポーツ連盟(Inas)の設立	
1989	国際パラリンピック委員会(IPC)の設立	
1992		全国的障害者スポーツ大会開催
1993		第1回全国的障害者スポーツ大会(ゆうあいピック)の開催
1996	アトランタ大会より知的障害部門の参加	
1999		財団法人日本精神保健福祉連盟はスポーツ推進委員会を発足
2001		身体・知的障害者の全国障害者スポーツ大会 精神障害者部門が国民体育大会にオープン競技で参加
2003	知的障害者スポーツ機構(INAS-FID)	
2004	国際車いす・切断者スポーツ連盟(IWAS)の設立	
2006	アジアパラリンピック委員会(APC)の設立	
2006		ガンバ大阪主催によるフットサル大会の開催
2008		21世紀の国民スポーツ振興方策
2008		第8回全国障害者スポーツ大会から精神障害部門が正式競技に採用
2011		厚生労働省が精神疾患を五大疾病と位置づけ
2011		千葉県精神障害者バスケットボール実行委員会の結成
2013		千葉県にて全国初の精神障害者バスケットボール大会の開催

第7節 施策について

2010年に文部科学省において、「スポーツ振興法(昭和36年制定)」を見直し、新たに「スポーツ基本法」の検討を視野に入れた「スポーツ立国戦略」がとりまとめられた。「スポーツ立国戦略」の中では、障害者スポーツに関して、パラリンピックなどの競技性の高い障害者スポーツについて、将来的にオリンピックなどのトップスポーツとの一体的支援を見据えた連携強化の在り方について、関係省が相互連携する総合的なスポーツ体制の在り方などの検討が打ち出されており、文部科学省及び厚生労働省で連携し検討を進めている。

障害者がスポーツを生活の中で楽しむことができるようにするには、自治体と各地域の障害者スポーツ協会が連携して身近な地域で障害者も障害のない人と共にスポーツを楽しむことができるような機会を設けることや、地域にあるスポーツ施設の使用を容易にすること、地域における障害者スポーツの指導者を養成してスポーツ施設に配置する実現に向け、また、スポーツのみならず社会全体がノーマライゼーションの理念を達成させるよう目指している。

2011年に施行されたスポーツ基本法では、障がいのある人を含めて、すべての国民のスポーツ権が明文化されるとともに、「スポーツを通じてすべての人々が幸福で豊かな生活を営むことができる社会」¹⁰⁾を目指し、国家戦略としてスポーツ施策を推進する方針が示された。そして、スポーツ基本法の理念の具現化に向け、国・地方公共団体・スポーツ団体等の関係者が一体となって、総合的にスポーツ施策を推進していくための指針となる、スポーツ基本計画が2012年3月に策定された。さらに、スポーツ基本計画においては、「年齢・性別・障がいの有無等を問わず、広く人々が関心・適性等に応じてスポーツに参画できる環境を整備すること」が基本的な政策課題とされ、中長期的に取り組むべき具体策が示された。

しかし、これらの施策は、身体障害、知的障害の障害者スポーツとして発展を遂げたものに焦点を当てたものばかりであり、精神障害は障害者スポーツとして認知がされていない状況である。

第8節 スポーツの枠組みについて

本調査では、スポーツを3つに分類することができる。競技スポーツ、生涯スポーツ、リハビリテーションである。文部科学省は競技スポーツを、人間の体を動かすという本源的な欲求に応えるとともに、爽快感、達成感、他者との連帯感等の精神的充足や、楽しさ、喜びを与えるなど、人類の創造的な文化活動の一つと定義している¹¹⁾。文部科学省は生涯スポーツを、生涯を通じて、健康の保持・増進やレクリエーションを目的に「だれもが、いつでも、どこでも気軽に参加できる」スポーツと定義している¹²⁾。さらに、WHOはリハビリテーションを、医学的、社会的、教育的、職業的手段を組み合わせ、かつ相互に調整して、訓練あるいは再訓練することによって、障害者の機能的能力を可能な最高レベルに達せしめることであると定義している³⁸⁾。

心身の両面に影響を与える文化としてのスポーツは、健康の保持増進、体力の向上に資するとともに、明るく豊かで活力に満ちた社会の形成や、とりわけ青少年にとっては、スポーツが人間形成に多大な影響を与えるなど、心身の両面にわたる健全な発達に不可欠なものとなっている。一方、スポーツには、人間の可能性の極限を追求するという側面があり、このようなスポーツは、自らの能力と技術の限界に挑む活動であると同時に、その優れた成果は、国民に夢と感動を与えるなど、人々のスポーツへの関心を高め、スポーツの振興に資するとともに、活力ある健全な社会の形成にも貢献している。

第9節 仮説

本章で述べてきたように、日本の障害者スポーツの起源では、精神障害がスポーツをいち早く取り入れているが、スポーツ振興という視点では身体障害、知的障害に比べ、精神障害は大きく後れをとっている。しかしながら、精神障害者スポーツをリハビリテーションという視点から考えると精神障害者のQOLの向上や坂井²⁴⁾の研究によれば、ソフトバレーボールにより変化・改善したことは、「体力」「自信」「交流」「感情表出」といった社会復帰への手助け等に大きく役立っていると考えられる。また、生涯スポーツの視点では、精神障害者のスポーツの参加目的は「体力がつく」「運動不足の解消」「仲間作り」「気分転換」等は、障害のない人変わらないことがわかる。さらに、競技スポーツという視点では、2008年に全国障害者スポーツ大会にて、正式種目となったばかりであり、まだまだ未知であると考えられる。以上のことから、

精神障害者は勝敗にこだわらず、「生きがい」「リハビリテーション」「社会復帰への手助け」ということ目的や目標として障害者スポーツに取り組んでいると考えられる。今後の精神障害者スポーツの振興を進めるにあたり、競技スポーツ、生涯スポーツ、リハビリテーションという視点から精神障害者の直接的な意見を聞き、スポーツ振興に反映させる必要があると考えられる。

表3 障害者スポーツの可能性

	競技スポーツ	生涯スポーツ	リハビリテーション
身体障害	○	○	○
知的障害	○	△	○
精神障害	?	?	○

第3章 研究目的

第2章で述べたように、障害者スポーツに関しては、東京パラリンピック後に1965年に全国身体障害者スポーツ大会が開催され、1992年身体・知的障害者もふれあいピック等の大会が開催されてきた。また、全国規模のカップ杯大会や国際大会も開催されてきた。2001年には、身体障害者と知的障害者が統合され、国体の一環として全国障害者スポーツ大会が開催された。しかし、障害種別を越えた大会としての障害者スポーツ大会には正式競技に精神障害のある人の参加が閉ざされており、なぜ精神障害者スポーツが発展しなかった理由を明確にする。

千葉県・千葉市主催、精神障害者ソフトバレーボール大会の開催は2013年でそれぞれ、15回目（千葉県）、10回目（千葉市）を迎える。大会には計24チームが参加した。年々参加者が増加している障害者スポーツの中でも、特に精神障害者ソフトバレーボールの参加者を対象に、スポーツ参加の意義や目的、課題等についての調査をすることにより、精神障害者スポーツの目的はどこにあるかを明確にするとともに精神障害者スポーツに競技としての意義はあるのかを提言するために実施した。本調査では、大会参加者の率直な意見を聞くことから、精神障害者が気軽に参加できるスポーツとは何かなど、改めて障害者スポーツの振興のあり方を提起することを目的としている。

第4章 研究方法

第1節 対象

本研究では、第15回千葉県障害者スポーツ大会ソフトバレーボール大会、第10回千葉県精神障害者ソフトバレーボール大会に参加している全24チーム(千葉県20チーム、千葉市4チーム)の当事者及び指導者288名を調査対象とした。

第2節 方法

本研究では、質問紙によるアンケート調査を行った。回答は、調査者が精神障害者ソフトバレーボール大会開催日に訪問し、各チームに配布した。回答を郵送にてアンケート調査を依頼した。

第3節 内容

調査内容については、坂井²³⁾の先行研究を参考にし、当事者及び指導者に対して目的などを問う設問を設け作成した。

質問紙の具体的な質問項目については、資料通りである。

第4節 当事者の質問内容

(1)回答者属性

ソフトバレーボール大会に参加している当事者の属性は「性別」「所属チーム」「年齢」「就労の有無」「治療状況」の5項目について回答を求めた。

(2)スポーツについて

スポーツはお好きですか「好き」「嫌い」の2件法から回答を求めた。その後「好き」と答えた当事者に対して「観戦が好き」「自分でするのが好き」「両方好き」の3つの選択肢の中から、該当する回答を求め、当事者がスポーツの何が好きかを調査した。

(3)スポーツのイメージ

スポーツのイメージは、「楽しい」「感動するもの」「面白くない」「夢がある」「希望がある」「元気がある」「やる気がでる」「その他」の8つの選択肢の中から該当する選択肢を複数回答で求めた。さらに「面白くない」と回答した当事者に対して自由記述にて理由を問うものとし、当事者のスポーツのイメージを調査した。

(4)好きなスポーツ

好きなスポーツは、「野球」「サッカー」「バレーボール」「陸上競技」「フットサル」「バトミントン」「ハンドボール」「卓球」「水泳」「バスケットボール」「ラグビー」「スキー」「テニス」「柔道」「剣道」「空手」「レスリング」「その他」の22つの選択肢の中から該当する好きなスポーツの種目3つを回答で求めた。当事者の好きなスポーツは何かを調査した。

(5)ソフトバレーボール実施の状況

ソフトバレーボールの実施状況は、「開催頻度」「活動場所」「指導者の人数」「参加人数」の4つ項目で回答を求めた。活動場所は「病院や施設内」「市町村の体育館」「その他」の3つの選択肢の中から回答を求めた。「開催頻度」「指導者の人数」「参加人数」はそれぞれ人数を自由記述にて回答を求め、各病院、各施設のソフトバレーボール実施の状況を調査した。

(6)チームの目標

所属しているチーム目標は、「大会で優勝する」「健康増進」「リハビリテーション」「生きがい」「気分転換」「ストレス解消」「仲間作り」「自信をつける」「その他」の9つの選択肢の中から該当する選択肢を複数回答で求め、チーム目標は何かを調査した。

(7)スポーツを始めたキッカケ

現在のスポーツを始めたキッカケは、「病院のプログラム」「家族の勧め」「リハビリテーション」「他に参加できるものがなかった」「治療の一環」「その他」の6つの選択肢の中から、該当する選択肢を複数回答で求め、当事者が現在のスポーツを始めたキッカケを調査した。

(8)現在のソフトバレーボールに対しての満足度

現在のソフトバレーボールに満足しているかは、「満足している」「満足していない」の2件法から回答を求めた。その後、自由記述にてその理由を問うものとした。現在のソフトバレーボールに満足に活動できているかを調査した。

(9)ソフトバレーボールを続ける目的

ソフトバレーボールを続ける目的は、「体力がつく」「運動不足解消」「気分転換」「集中力がつく」「適度の疲れが心地よい」「体が楽になる、動きやすくなる」「ストレス解消」「仲間作り」「リハビリテーション」「生きがい」「その他」の11つの選択肢の中から、該当する選択肢を複数回答で求め、当事者がソフトバレーボールを続ける目的を調査した。

(10)ソフトバレーボールで変化したこと(身体面)

ソフトバレーボールで変化したこと(身体面)は、「体力がついた」「肥満が解消された」「ぐっすり眠れるようになった」「食欲が増えた」「疲れないようになった」「日常生活で動きやすくなった」「筋力がついた」「技術が向上した」「その他」の9つの選択肢の中から、該当する選択肢を複数回答で求め、当事者がソフトバレーボールにより身体面で変化したことを調査した。

(11)ソフトバレーボールで変化したこと(精神面)

ソフトバレーボールで変化したこと(精神面)は、「自信がついた」「積極的・意欲的になれた」「集中力がついた」「イライラしなくなった」「感情が出せるようになった」「リラックスできるようになった」「対人緊張がなくなった」「落ち込んだ時も乗り越えられるようになった」「何事も楽しめるようになった」「感情の浮き沈みがなくなった」「落ち着きがでてきた」「何が起こっても動じなくなった」「その他」の13つの選択肢の中から、該当する選択肢を複数回答で求め、当事者がソフトバレーボールにより精神面で変化したことを調査した。

(12)ソフトバレーボールで変化したこと(生活面)

ソフトバレーボールで変化したこと(生活面)は、「生活リズムがよくなった」「家族との会話が増えた」「人との交流が増えた」「身の回りのことを一人でできるようになった」「毎日が楽しい」「よい方向に向かっているという実感がある」「社会復帰ができそうだ」「その他」の8つの選択肢の中から、該当する選択肢を複数回答で求め、当事者がソフトバレーボールにより生活面で変化したことを調査した。

(13)今後、ソフトバレーボールに求めるもの

今後、ソフトバレーボールに何を求めるか、「自信をつけたい」「仲間を作りたい」「体力をつけたい」「生きがいにしたい」「社会参加への手助け」「その他」の6つの選択肢の中から、該当する選択肢を複数回答で求め、当事者が今後ソフトバレーボールに求めるものは何かを調査した。

(14)スポーツを通して将来の目標

ソフトバレーボール(スポーツ)を通して将来の目標を自由記述にて調査した。

(15)スポーツについての意見

ソフトバレーボール(スポーツ)についての意見を自由記述にて調査した。

第5節 指導者の質問内容

(1)回答者属性

「性別」「所属チーム」「年齢」「職種」「指導経験」の5項目について回答を求め、ソフトバレーボール大会に参加している指導者の属性について調査した。

(2)ソフトバレーボール実施の状況

ソフトバレーボールの実施の状況は「開催頻度」「活動場所」「参加人数」「練習方法」「指導者の人数」「予算」「予算内訳」の7項目について回答を求めた。「開催頻度」「参加人数」に関しては自由記述にて回答を求めた。参加場所は「施設内」「市町村の体育館」「両方」「その他」の4つの選択肢の中から、該当する選択肢を複数回答で回答を求めた。練習方法は「試合が中心」「専門的な練習が中心」「基礎練習が中心」「その他」

の4つの選択肢の中から、該当する選択肢を複数回答で求めた。指導者人数は人数を自由記述にて回答を求め、その人数に対して「ちょうどよい」「多い」「少ない」の3つの選択肢の中から、該当する選択肢を1つ選択で回答を求めた。活動予算は年間予算を自由記述にて回答を求め、その活動予算の内訳を自由記述にて回答を求め、各病院、各施設のソフトバレーボール実施の状況を調査した。

(3) 今後、障害者スポーツで増えてほしい種目

今後、障害者スポーツで増えてほしい種目は「団体スポーツ」「個人スポーツ」「両方」の3つの選択肢の中から、該当する選択肢を1つ選択で回答を求め、今後、障害者スポーツで増えてほしい種目を調査した。

(4) 増やしてほしい具体的な種目

増やしてほしい具体的な種目は、自由記述にて回答を求め、増やしてほしい具体的な種目を調査した。

(5) 当事者のソフトバレーボール参加意欲

当事者の方のソフトバレーボールに積極的に参加しているかは、「大変積極的」「積極的」「どちらでもない」「消極的」「大変積極的」の5つの選択肢の中から該当する選択肢を1つ回答で求め、当事者の方の参加意欲について調査した。

(6) ソフトバレーボールの活動に関して、病院または施設等の活動目的

ソフトバレーボールの活動に関して、病院または施設等の活動目的は、自由記述にて回答を求め、ソフトバレーボールの活動に関して、病院または施設等の活動目的について調査した。

(7) 所属しているチームの目標

所属しているチームの目標は、「大会で優勝する」「健康増進」「リハビリテーション」「生きがい」「ストレス解消」「仲間作り」「自信をつける」「その他」の9つの選択肢の中から、該当する選択肢を複数回答で求め、所属しているチームの目標について調査した。

(8)障害者スポーツに求めるもの

障害者スポーツに求めるものは、「体力向上」「運動不足解消」「気分転換」「集中力」「適度の疲れ」「ストレス解消」「仲間作り」「リハビリテーション」「生きがい」「自立」「社会参加」「その他」の12つの選択肢の中から、該当する選択肢を複数回答で求め、障害者スポーツに求めるものについて調査した。

(9)ソフトバレーボールを通して当事者に現れた変化

ソフトバレーボールを通して現れた変化は、「体力がついた」「肥満が解消された」「ぐっすり眠れるようになった」「イライラしなくなった」「積極的・意欲的になれた」「集中力がついた」「自信がついた」「感情が出せるようになった」「対人緊張がなくなった」「リラックスできるようになった」「落ち込んだ時乗り越えられるようになった」「人との交流が増えた」「特に現れなかった」「その他」の16つの選択肢の中から、該当する選択肢を複数回答で求め、ソフトバレーボールを通して当事者に現れた変化について調査した。

(10)ソフトバレーボールを通して指導者の考えの変化

ソフトバレーボールを通して指導者の考えの変化は、「はい」「いいえ」の2件方より回答を求めた。さらに、「はい」と回答した指導者に対して、どのように変化したかを自由記述にて回答を求め、ソフトバレーボールを通して指導者の考えが変化したかを調査した。

(11)当事者がスポーツ活動を行う目的

当事者がスポーツ活動を行う目的は、「自信がほしい」「仲間がほしい」「体力をつけたい」「生きがいにしたい」「社会参加への手助け」「健康な体を作りたい」「試合で勝ちたい」「ひま潰し」「リハビリテーション」「気晴らし」「その他」の11つの選択肢の中から、該当する選択肢を複数回答で求め、当事者がスポーツ活動を行う目的はなにかを調査した。

(12)当事者がスポーツ活動を行う目的の具体的な理由

当事者がスポーツ活動を行う目的で該当した選択肢について、具体的な理由を自由記述にて回答を求めた。

(13)障害者スポーツの現状での課題

障害者スポーツの現状での課題は、「場所がない」「人が集まらない」「資金不足」「周りからの偏見がある」「道具がない」「指導者がいない」「大会が少ない」「特にない」「その他」の9つの選択肢の中から、該当する選択肢を複数回答で求め、障害者スポーツの現状の課題を調査した。

(14)障害者スポーツについて

障害者スポーツについて意見等を自由記述にて回答で求め、指導者から直接の意見等を調査した。

第6節 手続きおよび実施期間

調査は、大会実行委員会に対して、事前に調査の主旨を説明した。調査用紙については、被調査チームの代表者に対して、それぞれ口頭と書面で調査の主旨を説明し、同意を得た当事者、指導者に対して配布、郵送で回収を行った。

なお、本調査は順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科研究等倫理委員会の審査を経て、承諾を得た上で行われた。(院 25-27)

本調査は、平成 25 年 9 月 25 日から 12 月にかけて実施した。

第7節 データ解析方法

当事者の質問「回答者属性」「スポーツについて」「スポーツのイメージ」「好きなスポーツ」「ソフトバレーボール実施の状況」「チームの目標」「スポーツを始めたキッカケ」「現在のソフトバレーボールに対しての満足度」「ソフトバレーボールを続ける目的」「ソフトバレーボールで変化したこと(身体面)」「ソフトバレーボールで変化したこと(精神面)」「ソフトバレーボールで変化したこと(生活面)」「今後、ソフトバレーボールに求めるもの」指導者の質問「回答者属性」「ソフトバレーボール実施の状況」「今後、障害者スポーツで増えてほしい種目」「当事者のソフトバレーボール参加意欲」「所

属しているチームの目標」「障害者スポーツに求めるもの」「ソフトバレーボールを通して当事者に現れた変化」「ソフトバレーボールを通して指導者の考えの変化」「当事者がスポーツ活動を行う目的」「障害者スポーツの現状での課題」について、回答者数の割合を求めた。

自由記述については回答を求め、当事者を対象とした「スポーツのイメージの面白くないと回答した当事者」、指導者を対象とした「ソフトバレーボール実施の状況、活動予算の内訳」「増やしてほしい具体的な種目」について、同様の内容のものを集約し、整理を行った。また、「その他」の記述に関しても、同様の内容のものを集約し、整理を行った。さらに、当事者を対象とした「スポーツを通して将来の目標」「スポーツについての意見」、指導者を対象とした「ソフトバレーボールの活動に関して、病院または施設等の活動目的」「ソフトバレーボールを通して指導者の考えの変化をはいと回答した指導者」「当事者がスポーツ活動を行う目的の具体的な理由」「障害者スポーツについて」の自由記述に関しては、「競技スポーツ」「生涯スポーツ」「リハビリテーション」の3つの観点から整理・分類を行った。

第5章 結果

第1節 回収状況

第15回千葉県障害者スポーツ大会ソフトバレーボール大会、第10回千葉市精神障害者ソフトバレーボール大会に参加している24チームの選手288名および指導者72名の360名に対して、21チーム(87.5%)の選手121名(42.0%)、指導者38名(52.7%)の159名(44.1%)の回答を得られた。

選手の「回答者属性」「当事者に対する質問について」、121名のうち未記入等の不備から有効回答となったのは72名(59.5%)であった。

指導者の「回答者属性」「指導者に対する質問について」、72名のうち未記入等から有効回答となったのは23名(60.5%)であった。

当事者と指導者を合わせた159名のうち有効回答数は、95名(59.7%)であった。

第2節 当事者属性の概要

調査対象となった当事者属性は次の通りである。(表4)

(1)性別

性別では、「男性」が50名(69.4%)、「女性」は22名(30.6%)であり、「男性」が3分の2以上占めていた。

(2)所属チーム

所属チームでは、「病院」が60名(83.3%)、「施設」が9名(12.5%)、「クラブチーム」が1名(1.4%)、「クリニック」は、2名(2.8%)であり、8割以上が「病院」所属であった。

(3)年齢

年齢では、「20代」が11名(15.3%)「30代」が27名(37.5%)、「40代」が29名(40.3%)、「50代」が3名(4.2%)、「60代」は2名(2.8%)であり、「30代」と「40代」が約4分の3占めていた。

(4)就労

就労では、「有」が17名(23.6%)、「無」は55名(76.6%)であり、就労が「無」約4分の3占めていた。

(5)治療の状況

治療の状況では、「入院」が3名(2.0%)、「通院」は69名(95.8%)であり、「通院」がほとんど占めていた。

表4 当事者の概要

性別	有効回答数 (72)
男	50(69.4%)
女	22(30.6%)
所属チーム(21 チーム)	
病院	60(83.3%)
施設	9(12.5%)
クラブチーム	1(1.4%)
クリニック	2(2.8%)
年齢	
20代	11(15.3%)
30代	27(37.5%)
40代	29(40.3%)
50代	3(4.2%)
60代	2(2.8%)
就労	
有	17(23.6%)
無	55(76.6%)
治療の状況	
入院	3(2.0%)
通院	69(95.8%)

第2節 当事者に対する質問について

(1) スポーツについて

スポーツについては、「好き」が71名(98.6%)、「嫌い」は1名(1.4%)であり、「好き」がほぼ全員であった。「好き」と回答した当事者に対して、スポーツの何が好きの質問では、「スポーツを行うのと観戦するとの両方」の48名(66.7%)が最も多く、次いで、「自分がするのが好き」が22名(30.6%)、「観戦するのが好き」は2名(2.8%)であった。(表5)

表5 スポーツについて

好き	71(98.6%)
嫌い	1(1.4%)

(2) スポーツのイメージ

スポーツのイメージでは、「楽しい」の63名(87.5%)が最も多く、次いで、「元気が出る」が43名(59.7%)、「やる気がでる」が35名(48.6%)、「感動する」が34名(47.2%)、「希望がある」が29名(40.3%)、「夢がある」が22名(30.6%)、「面白くない」が3名(2.0%)、「その他」は7名(9.7%)であり、その内訳は「健康に良い」「身体能力があがる」「強くなりたい」「疲れる」「ダイエット」であった。面白くない理由として、「ミスばかりすると悩む」という理由であった。(図1)

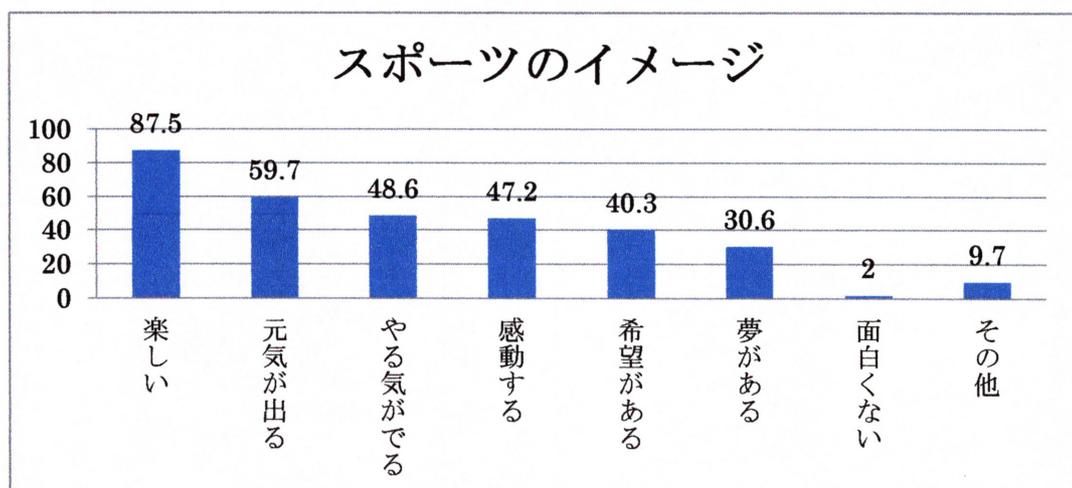


図1 スポーツのイメージ

(3)好きなスポーツ

好きなスポーツでは、「バレーボール」の54名(75.0%)が最も多く、次いで、「野球」が34名(47.2%)、「卓球」が28名(38.9%)、「サッカー」が24名(33.3%)、「バトミントン」が18名(25.0%)、「バスケットボール」が15名(20.8%)、「テニス」が14名(9.5%)、「陸上競技」「フットサル」の8名(11.1%)が同じ割合であり、「水泳」「剣道」の7名(9.7%)が同じ割合であり、「柔道」が6名(8.3%)「スキー」「空手」の4名(5.6%)が同じ割合あり、「ハンドボール」が3名(4.2%)、「ラグビー」が2名(2.8%)、「レスリング」が1名(1.4%)、「その他」が7名(7.9%)であり、その内訳は「スノーボード」「プロレス」「サーフィン」「相撲」「弓道」であった。(表6)

表6 好きなスポーツ

バレーボール	54(75.0%)
野球	34(47.2%)
卓球	28(38.9%)
サッカー	24(33.3%)
バトミントン	18(25.0%)
バスケットボール	15(20.8%)
テニス	14(19.4%)
陸上競技	8(11.1%)
フットサル	8(11.1%)
水泳	7(9.7%)
剣道	7(9.7%)
柔道	6(8.3%)
スキー	4(5.6%)
空手	4(5.6%)
ハンドボール	3(4.2%)
ラグビー	2(2.8%)
レスリング	1(1.4%)
その他	7(7.9%)

(4)ソフトバレーボール実施の状況

a)開催頻度

開催頻度では、「週1回」の30名(41.7%)が最も多く、次いで、「週2回」が15名(20.8%)、「週3回」が13名(18.1%)、「週5回」が5名(6.9%)、「月1回」が4名(5.6%)、「週4回」「週6回」の2名(2.8%)が同じ割合であり、「月1回」は1名(1.4%)であった。(表7)

b)活動場所

活動場所では、「病院や施設内」の38名(52.8%)が最も多く、次いで、「市町村の体育館」が33名(45.8%)、「その他」は1名(1.4%)であった。(表7)

c)指導者の人数

指導者の人数では、最大的人数が5名、最小的人数が1名であり、チーム平均の人数は2名であった。(表7)

d)参加人数

参加人数では、最大参加人数が18名、最小参加人数が4名であり、チームの参加平均人数は11名であった。(表7)

表7 ソフトバレーボール実施の状況

開催頻度	
週1	30(41.7%)
週2	15(20.8%)
週3	13(18.1%)
週5	5(6.9%)
月1	4(5.6%)
週4	2(2.8%)
週6	2(2.8%)
月1	1(1.4%)
活動場所	
病院や施設内	38(52.8%)
地域の体育館	33(45.8%)
その他	1(1.4%)

指導者の人数	
最大人数	5
最小人数	1
平均人数	2
参加人数	
最大人数	18
最小人数	4
平均人数	11

(5) チーム目標

チーム目標では、「大会で優勝する」の41名(56.9%)が最も多く、次いで、「健康増進」が26名(36.1%)、「仲間作り」「自信をつける」の22名(30.6%)が同じ割合であり、「気分転換」が19名(26.4%)、「リハビリテーション」が18名(25.0%)、「生きがい」が14名(19.4%)、「その他」は4名(5.4%)であり、その内訳は「全国制覇」「自分の居場所、安心できる場所」「楽しむ」であった。(図2)

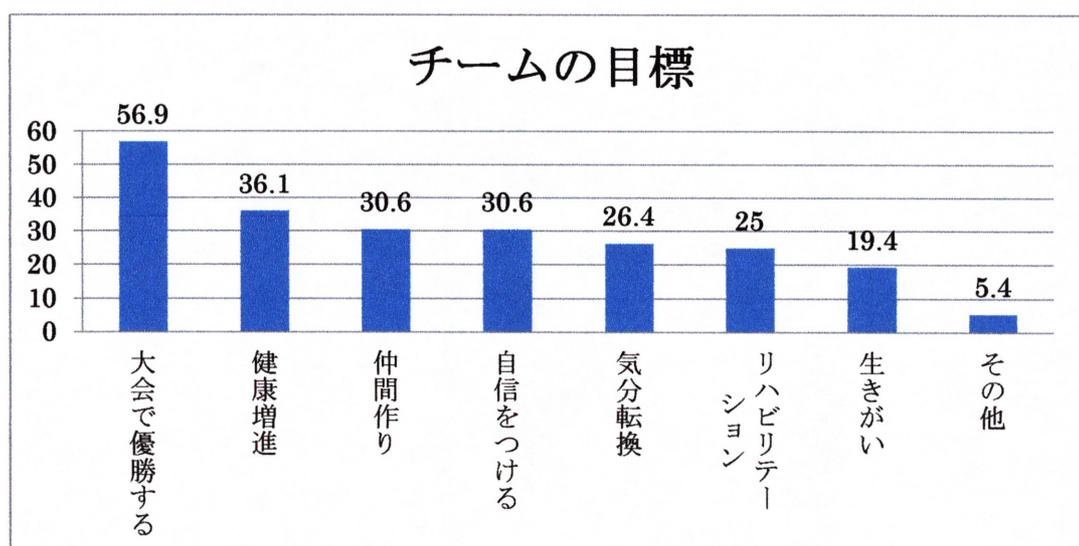


図2 チーム目標

(6)スポーツを始めたキッカケ

スポーツを始めたキッカケでは、「病院のプログラム」の 50 名(69.4%)が最も多く、次いで、「リハビリテーション」が 16 名(22.2%)、「治療の一環」が 10 名(13.9%)、「他に参加できるものがなかった」が 1 名(1.4%)、「その他」が 10 名(13.9%)であり、その内訳は「好きだから」「知人の勧め」「健康のため」「体を動かすのが好き」「ダイエットのため」「楽しむため」であった。「家族の勧め」は 0 名(0%)であった。(図 3)

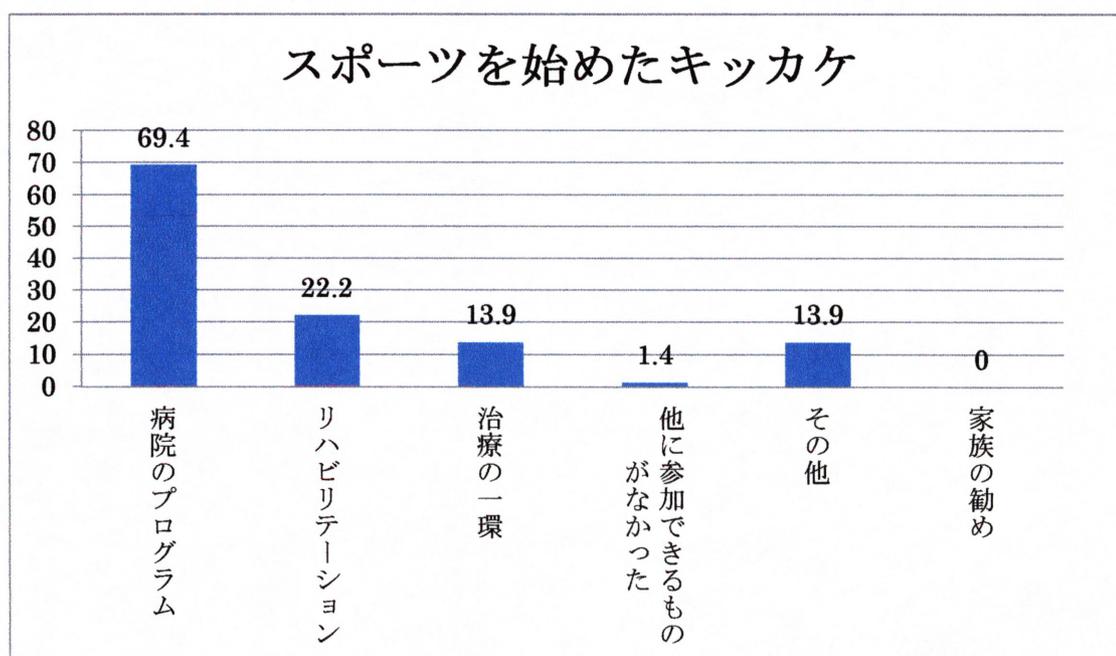


図 3 スポーツを始めたキッカケ

(7)現在のソフトバレーボールに対する満足度

現在のソフトバレーボールに対する満足度では、「満足している」が 51 名(70.8%)、「満足していない」は 21 名(29.2%)であった。その理由として、「大会が近づかないと練習しない」「若い人に体力的についていけない」「練習が楽しいし、色々役立つことがある」「生活習慣病の予防になっている」「練習の仕方に納得していない」「練習回数が少ない」であった。(図 4)

現在のソフトバレーボール に対しての満足度

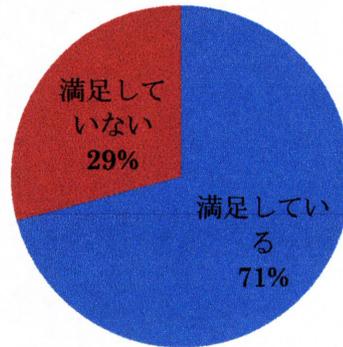


図4 現在のソフトバレーボールに対しての満足度

(8)ソフトバレーボールを続ける目的

ソフトバレーボールを続ける目的では、「体力がつく」の52名(72.2%)が最も多く、次いで、「運動不足解消」が43名(59.7%)、「気分転換」が34名(47.2%)、「仲間作り」が32名(44.4%)、「ストレス解消」が30名(41.7%)、「適度の疲れが心地よい」が25名(34.7%)、「集中力がつく」「体が楽になる、動くやすくなる」が23名(31.9%)の同じ割合であり、「生きがい」が20名(27.8%)、「リハビリテーション」が19名(26.4%)、「その他」は5名(6.9%)であり、内訳は「運動が好き」が2名(2.8%)、「自分の生き方と類似している」「プログラムを正面から取り組み、自分を磨く」であった。(図5)

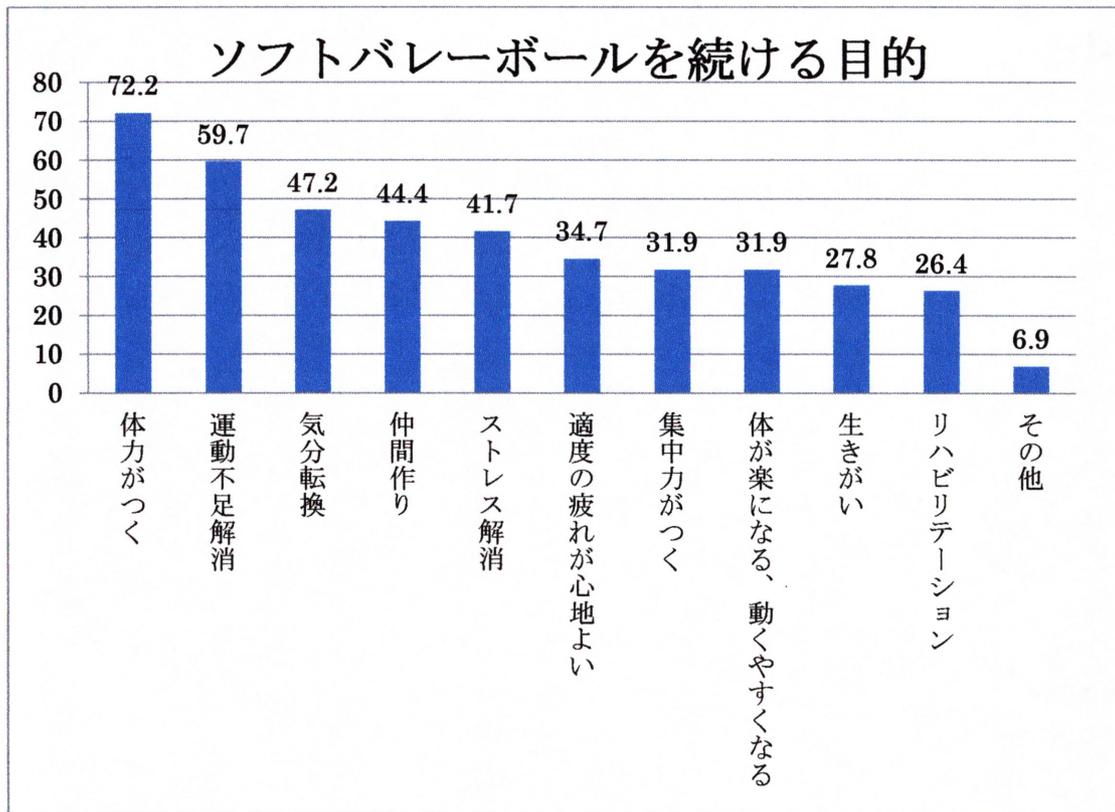


図5 ソフトバレーボールを続ける目的

(9)ソフトバレーボールで変化したこと(身体面)

ソフトバレーボールで変化したこと(身体面)では、「体力がついた」の41名(56.9%)が最も多く、次いで、「技術が向上した」が29名(40.3%)、「ぐっすり眠れるようになった」が26名(36.1%)、「日常生活で動きやすくなった」が20名(27.8%)、「肥満が解消された」「筋力がついた」の16名(22.2%)が同じ割合であり、「疲れなくなった」が14名(19.4%)、「食欲が増えた」が13名(18.1%)、「その他」は4名(5.6%)であり、その内訳は「暑さ寒さに強くなった」「特になし」であった。(図6)

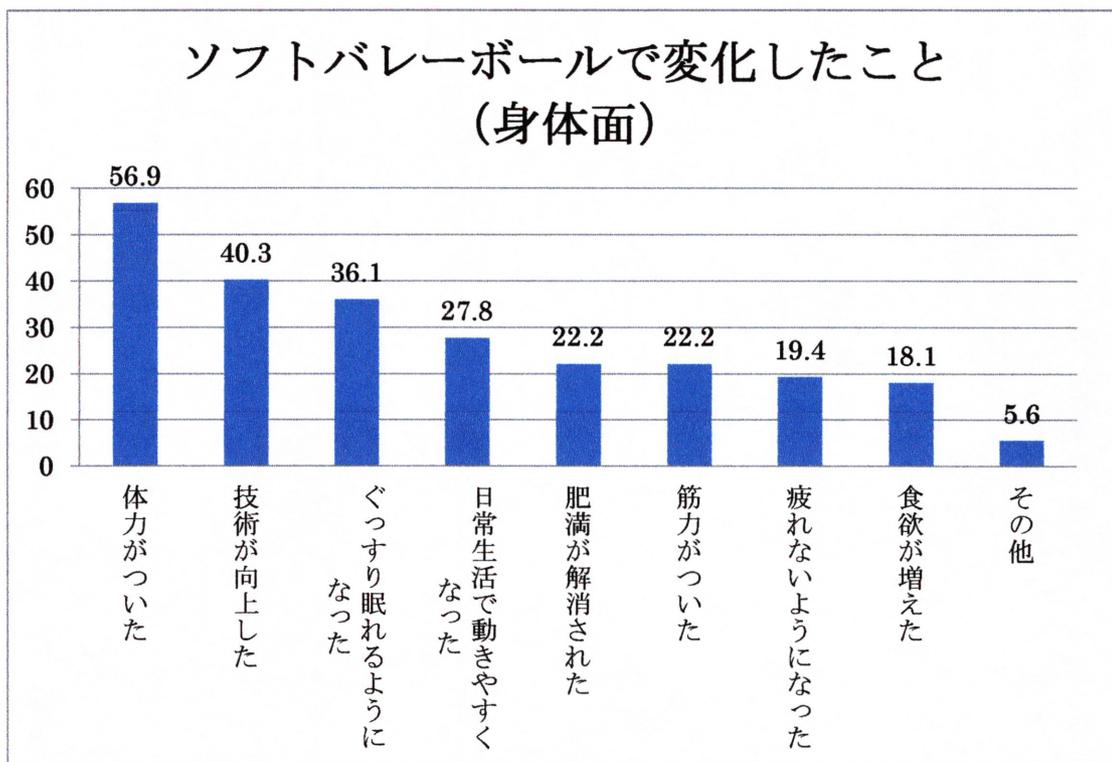


図5 ソフトバレーボールで変化したこと (身体面)

(10)ソフトバレーボールで変化したこと(精神面)

ソフトバレーボールで変化したこと(精神面)では、「自信がついた」の33名(45.8%)が最も多く、次いで、「積極的・意欲的になれた」が28名(38.9%)、「何事も楽しめるようになった」が26名(36.1%)、「集中力がついた」が22名(30.6%)、「リラックスできるようになった」が15名(20.8%)、「感情が出せるようになった」「落ち込んでも、立ち直れるようになった」の14名(19.4%)が同じ割合であり、「落ち着けるようになった」が13名(18.1%)、「イライラしなくなった」が9名(12.5%)、「対人緊張がなくなった」が8名(11.1%)、「何が起こっても動じなくなった」が6名(8.3%)、「感情を出せるようになった」2名(2.8%)、「その他」は6名(8.3%)であり、その内訳は「毎日楽しい」「目標ができた」「緊張感に対応できるようになった」「自立しようと思った」「特になし」であった。(図6)

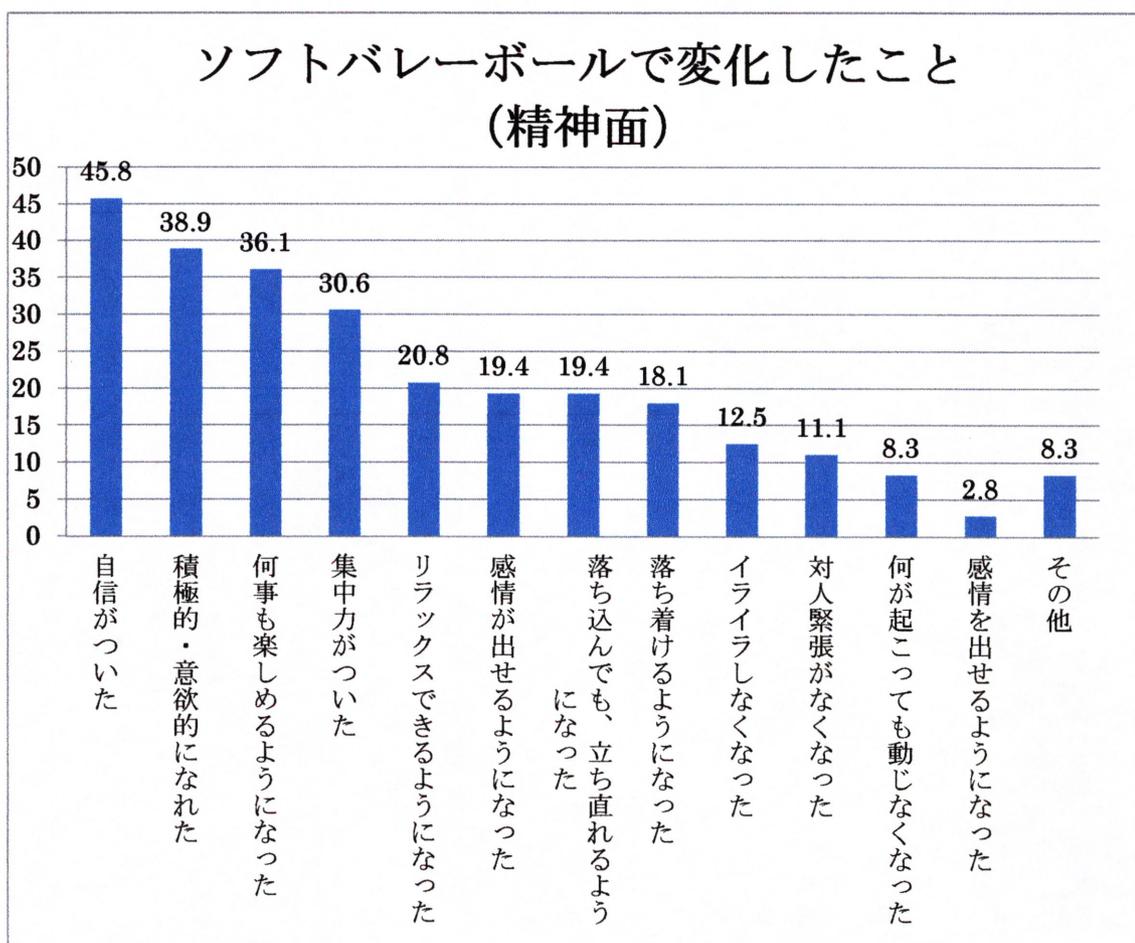


図 6 ソフトバレーボールで変化したこと (精神面)

(11)ソフトバレーボールで変化したこと(生活面)

ソフトバレーボールで変化したこと(生活面)では、「人との交流が増えた」の 37 名 (51.4%)が最も多く、次いで、「生活のリズムがよくなった」が 34 名(47.2%)、「よい方向に向かっているという実感がある」が 33 名(45.8%)、「毎日が楽しい」が 24 名 (33.3%)、「家族との会話が増えた」が 19 名(26.4%)、「社会復帰ができそうだ」が 11 名(15.3%)、「身の周りのことを一人でできるようになった」が 8 名(11.1%)、「その他」は 3 名(4.2%)であった。(図 7)

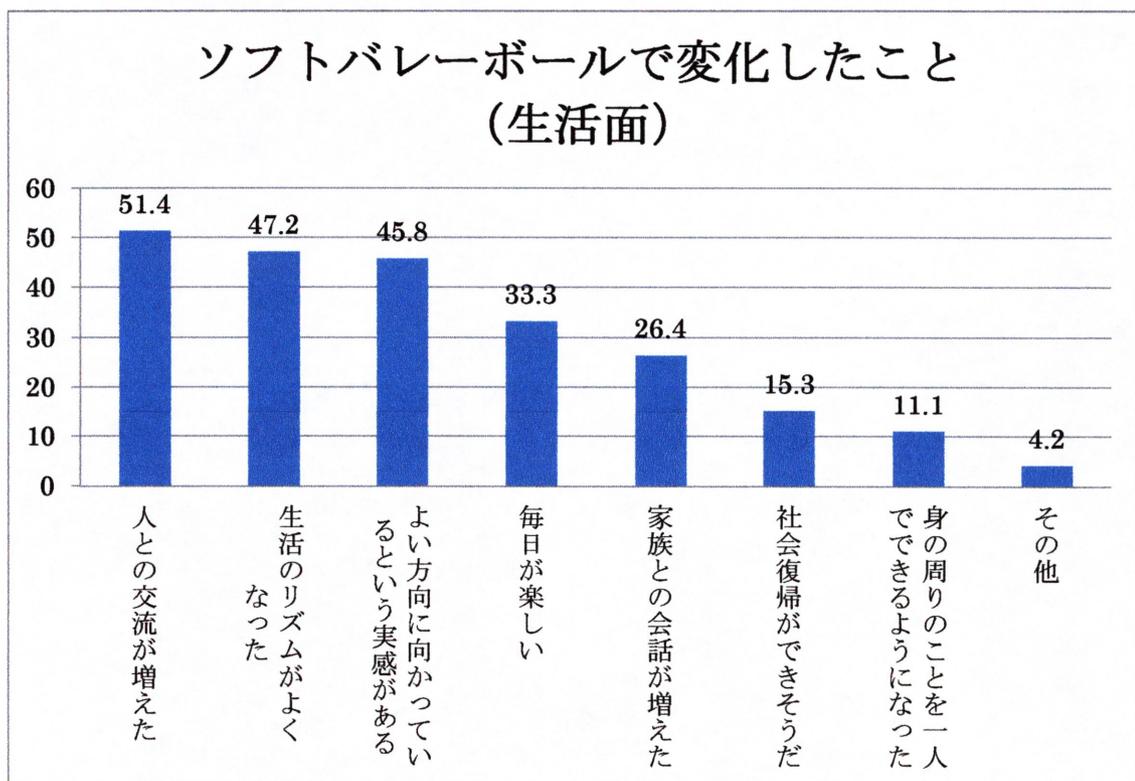


図7 ソフトバレーボールで変化したこと (生活面)

(12) 今後、ソフトバレーボールに求めるもの

今後、ソフトバレーボールに求めるものでは、「体力をつけたい」の41名(56.9%)が最も多く、次いで、「自信をつけたい」が38名(52.8%)、「生きがいにしたい」が23名(31.9%)、「社会復帰への手助け」が17名(23.6%)、「その他」は8名(11.1%)であり、「強いチームに勝てるようにしたい」「極めたい」「技術のレベルアップ」「リハビリテーション」「楽しみたい」であった。(図8)

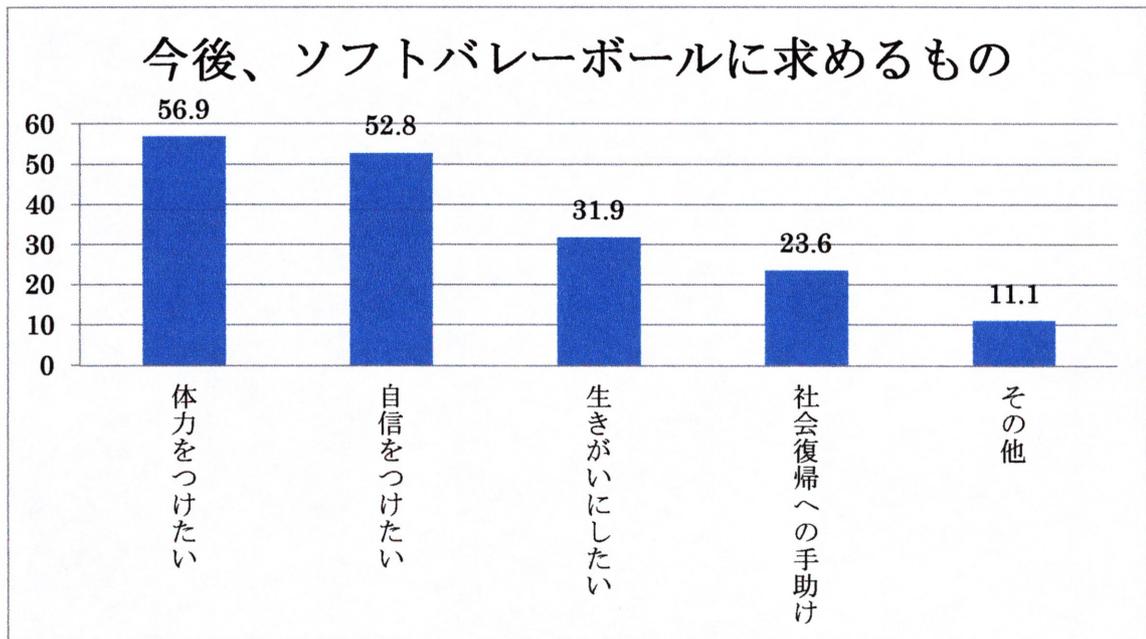


図8 今後、ソフトバレーボールに求めるもの

(13)スポーツを通して見た将来の目標

スポーツを通して将来の目標を、競技スポーツの観点では、「自分の Best を尽くす」「大会で勝って優勝したい」「上手になりたい」「レギュラーになる」「名プレイヤーになる」「集中力を鍛えたい」「体力、精神力の強化」「試合にでてみたい」「関東大会、全国大会に出たい」であった。

生涯スポーツの観点からでは、「長く続けること」「ストレス発散」「対人関係に悩んだ時の励みにしたい」「人との交流（コミュニケーション）を増やしたい」「仲間を増やしたい」「体が動き続ける限り続けたい」であった。

リハビリテーションの観点からでは、「社会復帰したい」「自信をつけたい」「社会復帰のためメンタルを鍛えたい」「自分のメンタルと感情を良い方向に向けたい」「洞察力などの人間としての力を磨き、鍛える」「物事を前向きに受け止めたい」「仲間との交流が社会参加の手助けになっている」であった。

その他は、「ソフトバレーボールの人口を増やしたい」「当事者主体の運営によるスポーツリカバリーを広めたい」であった。

(14)スポーツについての意見

スポーツについての意見を、競技スポーツの観点では、「もっと試合を増やしてほしい」「ルールをはっきり教えてほしい」「練習時間と日数を増やして欲しい」「これからもみんなが一人一人上達して、上手くなって盛り上がるような試合をして見ている人が感動する試合がしたい」「体力をつけたい」「公式球（固い玉）でやりたい」「今後も大会を開催してほしい」「練習がマンネリ化しているので、もっといろいろな種類の練習に励みたい」「技術向上したい」「作業所にもバレーボール専門の指導者が欲しい」「上手になれるように指導してほしい」であった。

生涯スポーツでは、「今、病気を患っているが、運動して汗をたくさんかきたい」「楽しみの一つとしてやっているので大会がある限り参加したい」「楽しくて、交流できて仲間が増える」「生きがいにしたい」「チームワークできていい」「もう少し皆が元気でやってほしい」であった。

リハビリテーションでは、「就職にプラスになる」「社会復帰に繋がればいい」

その他、「障害者に対する差別、偏見をなくし、ノーマライゼーションを確立、実現を図りたい」「一部、二部とかではなく、シニア（50歳以上）とそれ以外（50歳未満）にわけてほしい」「暗い感じがして盛り上がらない」であった。

第3節 指導者属性の概要

調査対象となった指導者属性は次の通りである。（表8）

(1)性別

性別では、「男性」が11名(47.8%)、「女性」は12名(52.2%)であり、「男」「女」とほぼ同じ割合であった。

(2)所属チーム

所属チームでは、「病院」が14名(60.9%)、「施設」が4名(17.4%)、「クラブチーム」が3名(13.0%)、「クリニック」は、2名(8.7%)であり、半数以上が「病院」所属であった。

(3)年齢

年齢では、「20代」「30代」「40代」の7名(30.4%)が同じ割合であり、「50代」は2名(8.7%)であった。年齢でのばらつきはなかった。

(4)職種

職種では、「作業療法士」が4名(17.4%)、「精神保健福祉士」が10名(43.5%)、「臨床心理士」「看護師」「放射線技師」の1名(4.3%)が同じ割合であり、「事務員」は6名(26.1%)であった。

(5)指導経験

指導経験では、「有」が5名(21.7%)、「無」は18名(78.3%)であり、指導経験が「無」がほとんど占めていた。

表8 指導者の属性

性別	有効回答数 (23)
男	11(47.8%)
女	12(52.2%)
所属チーム	
病院	14(60.9%)
施設	4(17.4%)
クラブチーム	3(13.0%)
クリニック	2(8.7%)
年齢	
20代	7(30.4%)
30代	7(30.4%)
40代	7(30.4%)
50代	2(8.7%)
職種	
作業療法士	4(17.4%)
精神保健福祉士	10(43.5%)
事務員	6(26.1%)
臨床心理士	1(4.3%)
看護師	1(4.3%)
放射線技師	1(4.3%)

第4節 指導者に対する質問について

(1) ソフトバレーボール実施の状況

a) 開催頻度

開催頻度では、「週1回」の10名(43.5%)が最も多く、次いで、「週2回」の7名(30.4%)、「月2回」が4名(17.4%)、「週3回」「不定期」の1名(4.3%)が同じ割合であった。(表9)

b) 活動場所

活動場所では、「市町村の体育館」の15名(65.2%)が最も多く、次いで、「施設内」が7名(30.4%)、「両方」は1名(4.3%)、「その他」は0名(0%)であった。(表9)

c) 参加人数

参加人数では、最大の参加人数が20名、最小の参加人数が5名、チームの参加平均人数は9.9名であった。(表9)

d) 練習方法

練習方法では、「基礎練習」の12名(52.2%)が最も多く、次いで、「試合が中心」が8名(34.8%)、「専門的な練習が中心」が0名(0%)、「その他」は3名(12.9%)であった。「その他」の3名は3つの練習を組み合わせるものであった。(表9)

e) 指導者の人数

指導者の人数では、最大的人数が4名、最小的人数が1名であった。その人数に対して、「ちょうどよい」の16名(69.6%)最も多く、次いで、「少ない」が7名(30.4%)、「多い」は、0名(0%)であった。(表9)

f) 活動予算

活動予算では、年間予算金額の最大が10万円、最小の金額が100円(1回)、活動平均金額は37,396円であった。

g) 活動予算の内訳

活動予算の内訳では、「大会参加費」「交通費」「弁当代」「体育館使用料」「保険代」「運営費」「用具費」「その他雑費」であった。

表9 ソフトバレーボール実施の状況

開催頻度	
週 1	10(43.5%)
週 2	7 (30.4%)
週 3	1(4.3%)
不定期	1(4.3%)
活動場所	
地域の体育館	15(65.2%)
病院や施設内	7(30.4%)
両方	1(4.3%)
その他	0(0%)
参加人数	
最大人数	20
最小人数	5
平均人数	9.9
練習方法	
基礎練習	12(52.2%)
試合が中心	8(34.8%)
専門的な練習が中心	0(0%)
その他	3(12.9%)
指導者の人数	
最大人数	20
最小人数	5
平均人数	9.9

(2)今後、障害者スポーツで増えてほしい種目

今後、障害者スポーツで増えてほしい種目では、「団体スポーツ、個人スポーツの両方」の17名(73.9%)が最も多く、次いで、「団体スポーツ」が4名(8.7%)、「個人スポーツ」は2名(8.7%)であった。

(3)増やしてほしい具体的な種目

増やしてほしい具体的な種目では、「ドッジボール」「陸上競技」「バトミントン」「卓球」「バスケットボール」「野球」「フットサル」「テニス」「ソフトボール」「ハンドボール」であり、レクリエーションスポーツでは、「ペタンク」「座禅」「ヨガ」「ドッジビー」「グランドゴルフ」であった。

(4)当事者のソフトバレーボール参加意欲

当事者のソフトバレーボール参加意欲では、「積極的」の13名(56.5%)が最も多く、次いで、「どちらでもない」が6名(26.1%)、「大変積極的」が3名(13.0%)、「消極的」が1名(4.3%)、「大変消極的」は0名(0%)であった。(図9)

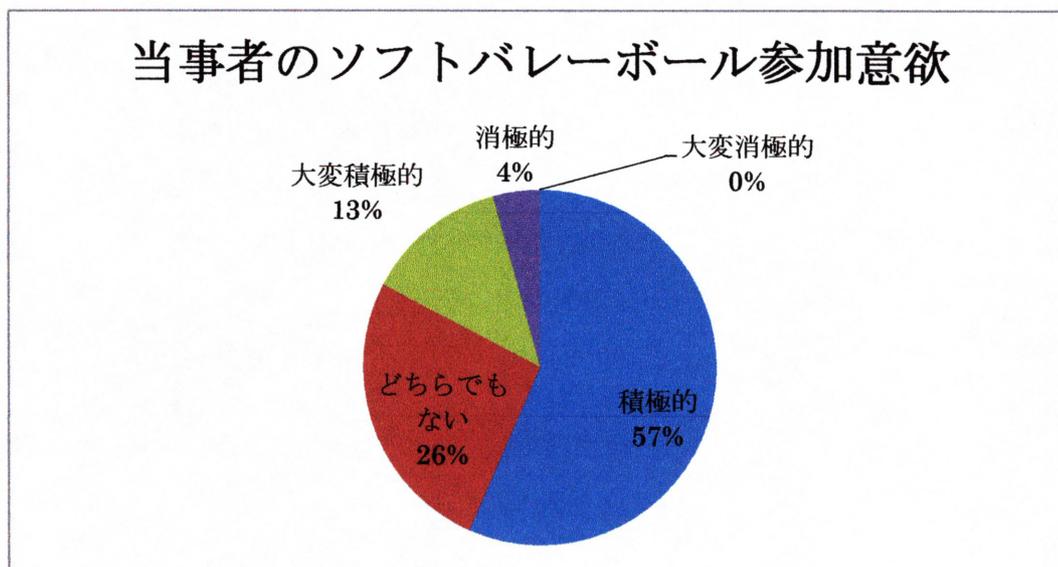


図9 当事者のソフトバレーボール参加意欲

(5)ソフトバレーボールの活動に関して、病院または施設等の活動目的

ソフトバレーボールの活動に関して、病院または施設等の活動目的では、「スポーツの促進、スポーツプログラムの一環、運動プログラム」「積極性、自主性を養う。コミュニケーション能力を高める。協調性の確立。社会復帰」「体力作り、ストレス発散、仲間作り、精神面の強化、自信をつける、対人関係の練習、技術の向上」「リハビリテーション、レクリエーション」「大会で優勝」であった。

(6)所属しているチームの目標

所属しているチームの目標では、「大会で優勝する」が 10 名(43.5%)で最も多く、次いで、「リハビリテーション」が 9 名(26.1%)、「仲間作り」が 8 名(34.8%)、「気分転換」「ストレス発散」の 7 名(30.4%)が同じ割合であり、「健康増進」「自信をつける」の 6 名(26.1%)が同じ割合であり、「生きがい」が 2 名(8.7%)、「その他」は 2 名(8.7%)であり、内訳は「長所を伸ばしていく」「自主性、積極的を養う」であった。(図 10)

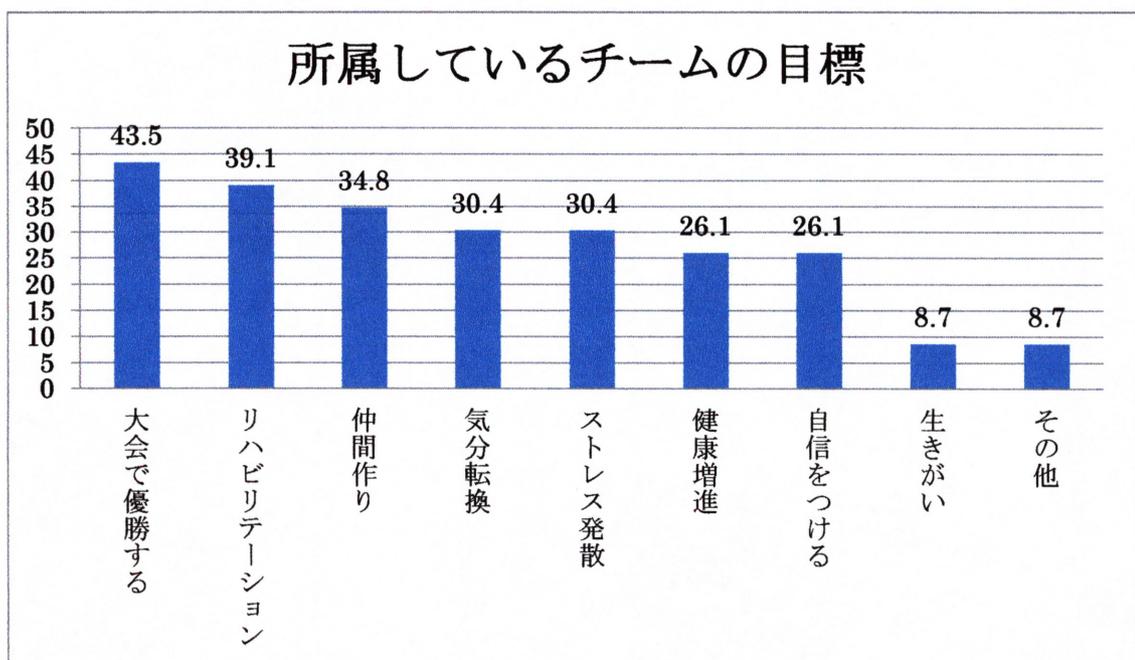


図 10 所属しているチームの目標

(7)障害者スポーツに求めるもの

障害者スポーツに求めるものでは、「仲間作り」の 10 名(43.5%)が最も多く、次いで、「運動不足解消」「ストレス発散」「リハビリテーション」「社会復帰」の 8 名(34.8%)が同じ割合であり、「気分転換」が 7 名(30.4%)、「体力向上」「自立」の 6 名(26.1%)が同じ割合であり、「集中力」「適度の疲れ」「生きがい」の 5 名(21.7%)が同じ割合であり、「その他」は 5 名(21.7%)であり、内訳は「自信の回復」であった。(図 11)

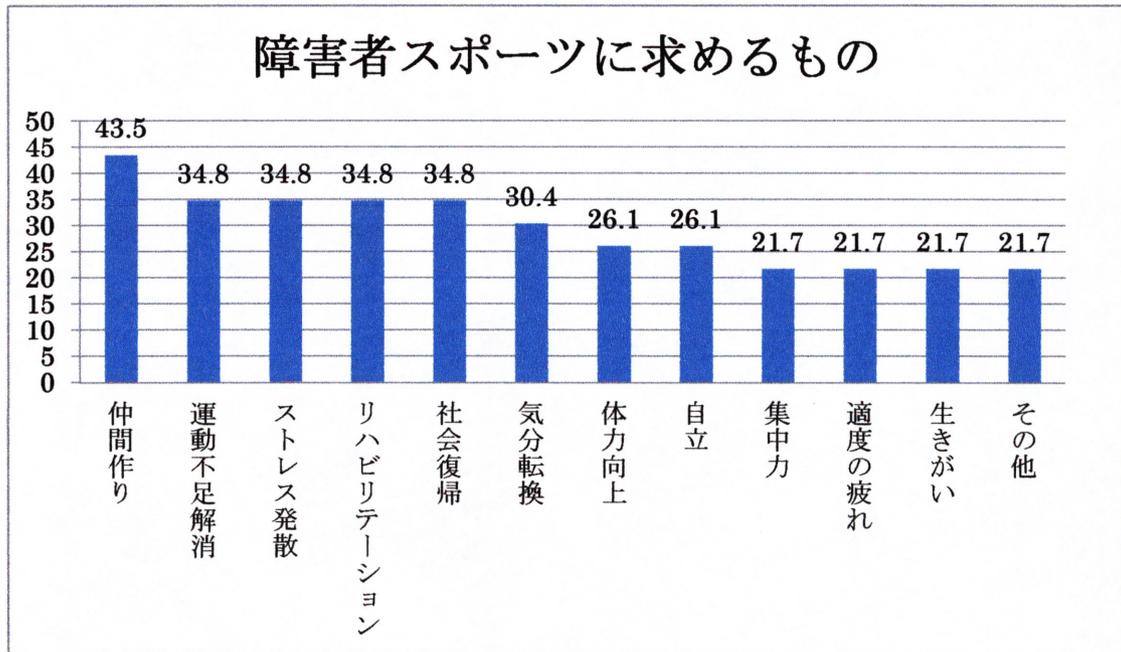


図 11 障害者スポーツに求めるもの

(8) ソフトバレーボールを通して当事者に現れた変化

ソフトバレーボールを通して当事者に現れた変化では、「人との交流が増えた」の 18 名(78.3%)が最も多く、次いで、「体力がついた」が 13 名(56.3%)、「積極的・意欲的になれた」が 12 名(52.2%)、「自信がついた」が 9 名(39.1%)、「感情を出せるようになった」が 7 名(30.4%)、「集中力がついた」が 5 名(21.9%)、「ぐっすり眠れるようになった」「リラックスできるようになった」「落ち込んだ時でも立ち直れるようになった」の 4 名(17.4%)が同じ割合であり、「対人緊張がなくなった」「特にあらわれなかった」の 2 名(8.7%)が同じ割合であり、「肥満が解消された」「食欲が増えた」「疲れなくなった」「イライラしなくなった」の 1 名(4.3%)が同じ割合であり、「その他」は 3 名(13.0%)であり、その内訳は「悪習慣がなくなった」「レクリエーションやリハビリテーションだけでなく、競技志向としてやっていけることを知った」「家族の評価、自己評価がよくなってきた」「生活リズムがよくなった」であった。(図 12)

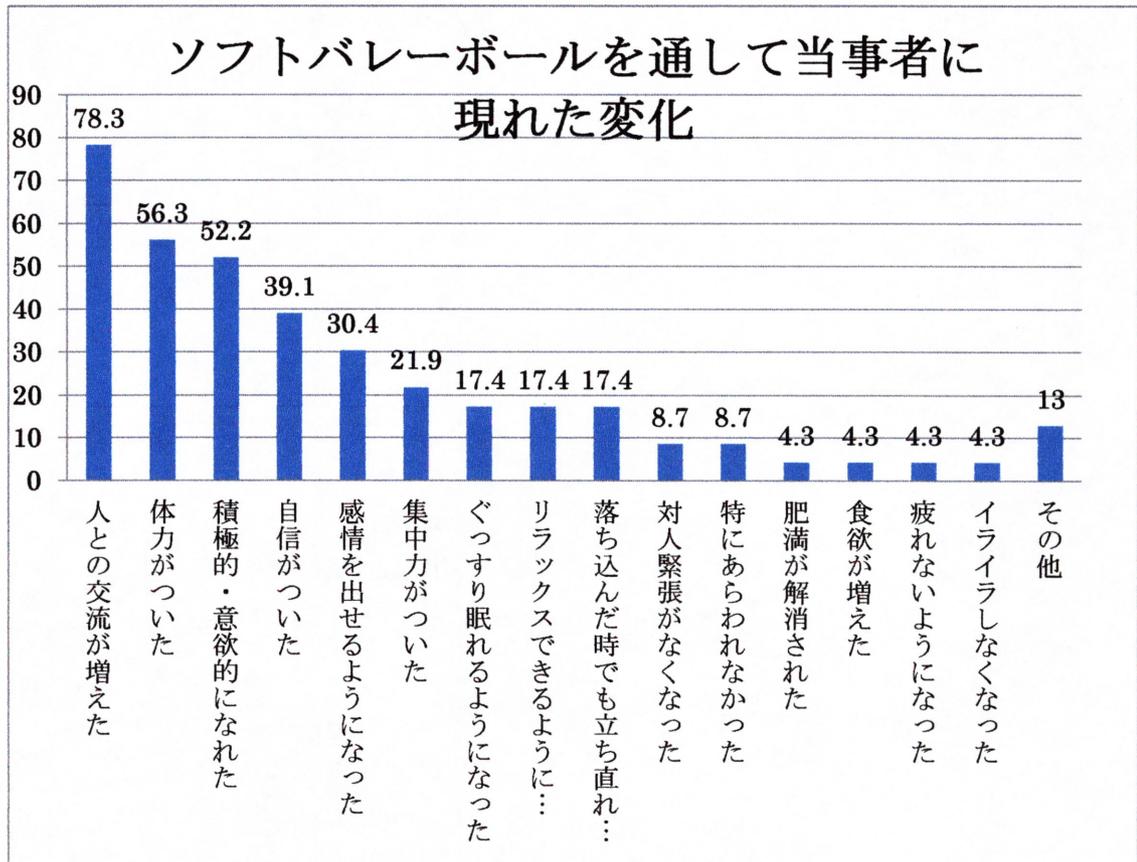


図 12 ソフトバレーボールを通して当事者に現れた変化

(9) ソフトバレーボールを通して指導者の考えの変化

ソフトバレーボールを通して指導者の考えの変化では、「はい」が 11 名(47.8%)、「いいえ」が 12 名(52.2%)であり、ほぼ同じ割合であった。そのうち、「はい」と答えた指導者の回答では、「チームの団結力」「その本人の力を引き出せる」「指導の難しさ」「スポーツの楽しさの再確認」「活躍できるメンバーが多く、肯定感が高まりやすい」「他者の気持ちに気付くことができるようになった」「運動が人に与える影響を改めて知った」であった。(図 13)

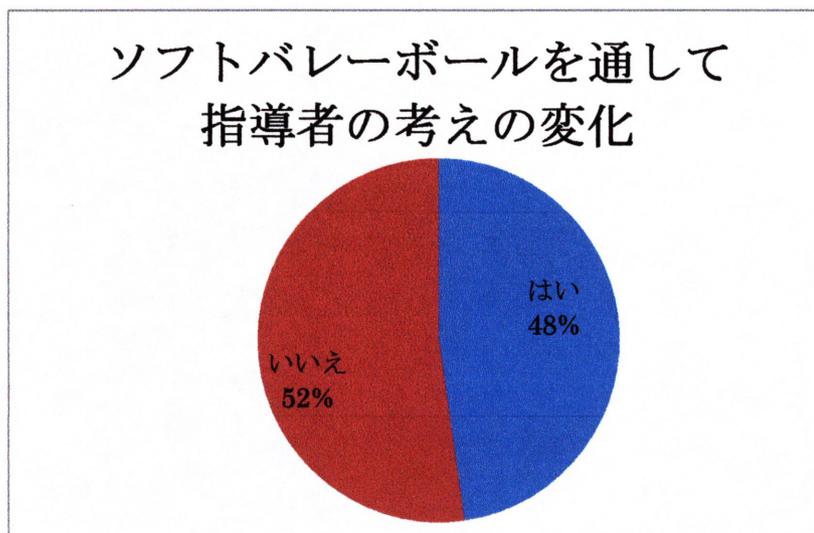


図 13 ソフトバレーボールを通して当事者に現れた変化

(10)当事者がスポーツ活動を行う目的

当事者がスポーツ活動を行う目的では、「仲間がほしい」の 15 名(65.2%)が最も多く、次いで、「健康増進」が 12 名(52.2%)、「自信がほしい」「体力をつけたい」「社会復帰への手助け」の 10 名(43.5%)が同じ割合であり、「試合で勝ちたい」が 9 名(39.1%)、「生きがいにしたい」「ひま潰し」「リハビリテーション」「気晴らし」の 6 名(26.1%)が同じ割合であり、「その他」は 4 名(17.4%)であった。(図 14)

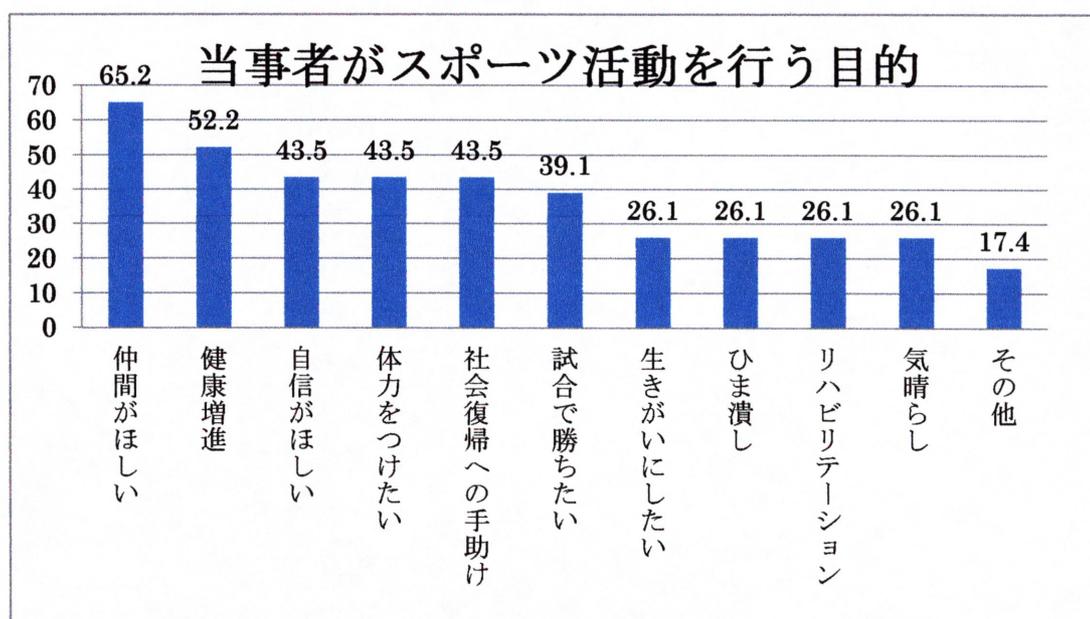


図 14 当事者がスポーツを行う目的

(11)当事者がスポーツ活動を行う目的の具体的な理由

当事者がスポーツ活動を行う目的の具体的な理由では、「社会に出て行く準備段階として仲間と場を共有し、生活していくことに対し、生きがいや自信をつけることが大切である」「社会参加にあたり、ルールを守ることが必要」「それぞれ目的も目標も違うから」「一人一人の能力を引き出したい」「女性が活躍するスポーツがあってもよい」であった。

(12)障害者スポーツの現状での課題

障害者スポーツの現状での課題では、「人が集まらない」の15名(65.2%)が最も多く、次いで、「場所がない」が14名(60.9%)、「資金がない」が11名(47.8%)、「大会が少ない」が10名(43.5%)、「指導者がいない」が7名(30.4%)、「周りからの偏見がある」が4名(17.4%)、「道具がない」が3名(13.0%)、「特になし」が0名(0%)、「その他」は7名(30.4%)であり、その内訳は「当事者自身の偏見」「大会名が偏見を誇張してのではないか」「病状が不安定なため継続が苦難である」であった。(図15)

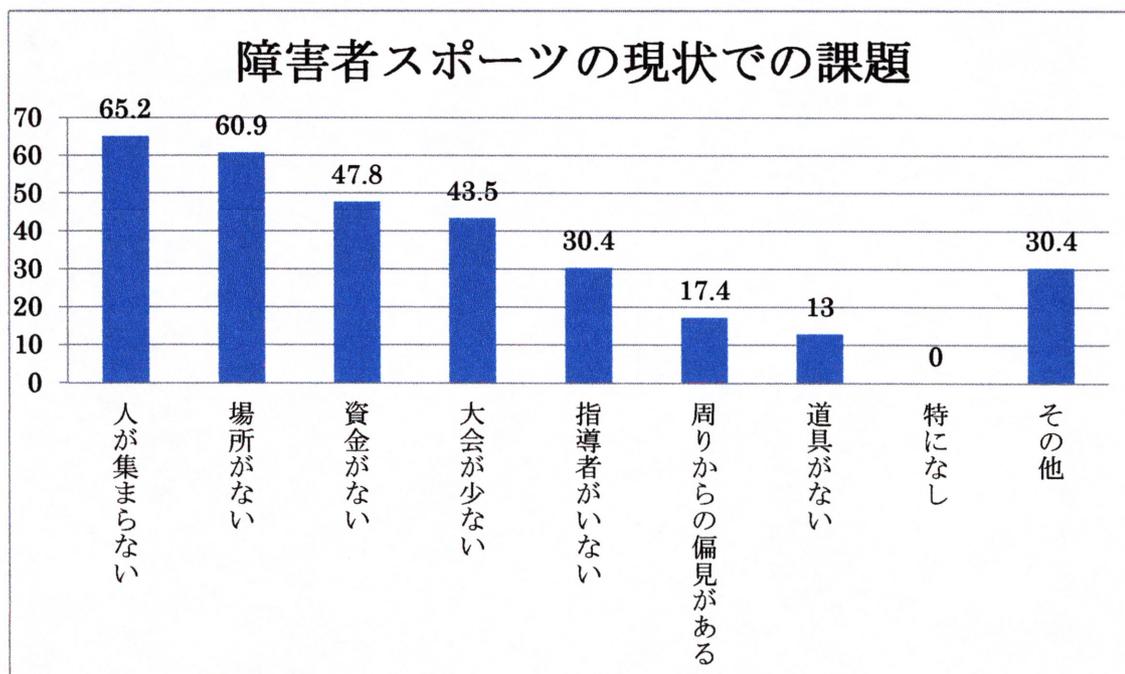


図15 障害者スポーツの現状での課題

(13)障害者スポーツについて

障害者スポーツについて、競技スポーツの観点では、「交流試合（大会）を開催してほしい」「スポーツ大会があると、モチベーションが上がる」「団体競技のレギュラーに入れなかった人のために、個人種目を増やしてほしい」「指導者がいないため、限られたスポーツになってしまう」「近隣住民とスポーツを通じて交流になればいいと思う」「能力の高い人だけでなく、症状や障害の重い人も注目すべきである」であった。

生涯スポーツの観点では、「高齢者も若者と一緒に楽しめる工夫をしてほしい」「障害、病気の有無に関わらず、わけ隔てなく一緒にスポーツをする機会を増やしてほしい」であった。

リハビリテーションの観点では、「就職後もスポーツからできるように地域の団体を増やしてほしい」「当事者主体で自主運営をできるように目指すことが重要」

その他、「もっと盛んになってほしい」「他者からの偏見や自分自身の偏見を取り払う役割として、スポーツは大きな役割を持っている」「資金作りが難しい」「課題を変えられる機会を増やしてほしい」であった。

第6章 考察

第1節 当事者に対する質問について

スポーツについて

スポーツについて、ほぼ全員が「好き」と回答した。なおかつ、半数以上の人「自分がスポーツをする」のと「観戦するのが好き」の「両方」が好きを回答している。ソフトバレーボールに参加している当事者の場合、体を動かすことが比較的好きであるということが考えられる。この設問に対して過去に他障害を対象とした研究がなされていないため、ソフトバレーボールとの比較することも今後の課題の一つである。

スポーツのイメージ

スポーツのイメージは、ほぼ全員が「楽しい」や「元気がでる」など、ポジティブなイメージを持った意見が上位を占めた。「面白くない」といったネガティブなイメージを持った当事者も数名いた。スポーツは成功や勝敗をかけて行うものが多く、スポーツを行う過程に失敗や負けなどの失敗経験が多いため、ネガティブなイメージになってしまうのではないかと考える。成功体験が多いと「楽しい」といったポジティブなイメージになるのではないかと考える。また、高齢者など、無理なスポーツ参加が、よりネガティブなイメージになってしまったのではないかと考えられる。

好きなスポーツ

好きなスポーツは、ソフトバレーボール大会で調査を行ったため、バレーボールの回答が多かった。また、他の種目では、有名である「野球」「サッカー」の団体スポーツが上位であった。その中でも「卓球」個人スポーツでは唯一の上位であった。今後、上位であった「野球」などのコミュニケーションを必要とする団体スポーツや「卓球」などの技術的要素の必要とする個人種目などが求められている。当事者は、競技志向となってきたことが考えられる。しかし、指導者への質問(2)(3)では、レクリエーションスポーツである「ペタンク」「グランドゴルフ」「ヨガ」といった若者から高齢者が楽しめる「アダブデッドフィジカルスポーツ(その人にあった身体運動)」が求められている。競技性が高まる中、女性や高齢者が楽しめる多種多様のスポーツも精神障害者に求められていることが考えられる。

ソフトバレーボール実施の状況

ソフトバレーボールの開催頻度として、週1回から週3回で半数以上であった。週1回から週3回の活動機会は適切であると考えるが、当事者への質問(7)現在のソフトバレーボール活動に満足しているかという質問では、「練習回数が少ない」「もっと活動を増やしてほしい」という結果から当事者は現在の活動回数では満足していないと考えられる。しかし、指導者への質問(1)では、病院から予算があるチームは活動回数が確保できるが、予算がないチームにとって活動資金がないとソフトバレーボールを継続して活動していくことが難しいと考えられる。また、当事者への(6)スポーツを始めたキッカケでは、約半数が「病院のプログラム」という結果であったことから活動場所も「病院や施設内」と「市町村の体育館」がほとんどであるため、活動回数を増やすことは難しいのではないかと考える。参加人数からみた指導者の人数もちょうどよい人数ではないかと考える。

チームの目標

チームの目標は、先行研究では、「健康増進」「仲間作り」「自信をつける」などの社会復帰の一助や生活習慣が上位であった。しかし、本調査では「大会で優勝する」の項目を追加し調査した結果「大会で優勝する」を半数以上が回答した。この結果は予想以上であり、当事者はリハビリテーションよりも勝敗を優先しており、競技志向が高まっていると考えられる。しかし、指導者への質問(6)では、「大会で優勝する」の他に「リハビリテーション」「仲間作り」といったものが上位を占めていた。指導者は、生涯スポーツやリハビリテーションの視点を持って活動していることが考えられる。当事者は競技志向であり、指導者は生涯スポーツ、リハビリテーション志向で活動しているため、両者に考えの違いがみられると考えられる。

スポーツを始めたキッカケ

スポーツを始めたキッカケは、半数以上が「病院のプログラム」と回答であった。しかし、「家族の勧め」の回答がないため、当事者は自分自身の意思と判断を行い、現在のスポーツ活動に参加していることが考えられる。しかし、障害者スポーツへの窓口が病院プログラムでしかないということが考えられる。今後、スポーツを行う機会や身近にスポーツを行える環境を作っていくことが必要であると考えられる。

ソフトバレーボールを続ける目的

ソフトバレーボールを続ける目的は、先行研究とほぼ同じ結果となった。指導者への質問(10)では、「仲間がほしい」「健康増進」が上位であった。当事者と指導者と考えの違いがみられたものの、当事者がスポーツを続ける目的は、生活に関わる事が中心であり、リハビリテーションや社会復帰の一助として活動していないことが示唆され、スポーツは治療ではなく、生活の一部としての捉えていることが考えられる。

指導者への質問(5)では、病院や施設は運動療法を用いて、社会参加に向けてルールを守る事社会に出ていくための準備、スキルを身に付ける事を期待している。

以上のことから、当事者の社会復帰に向けてスポーツが一手段となっているのではないかと考えられる。

ソフトバレーボールで変化したこと

スポーツのもつ自然にコミュニケーションや運動量が確保されることから多くの効果が期待できるものであることは周知のことである。病院や自宅に引きこもりがちな生活の当事者にとっては、スポーツを行うことで適度の運動量があり、生活リズムに関わることをはじめ運動不足の解消など、生活習慣病の予防に効果がある。この変化は、障害のない人も同じであるが、当事者には社会復帰後の労働に耐えることのできる基礎体力をつけることという意味では大きな役割である。

また、当事者が社会復帰にあたり、最も必要な要因として自信の回復であると考えられる。スポーツでは緊張感やプレッシャーがある中プレーをしなければならない。特に試合の勝敗が関わっていると尚更である。その緊張感やプレッシャーの中でプレーをすることが社会復帰に大きく役立つと考えられる。

さらに、先行研究においても「人との交流」であった。当事者にとっての最大の治療は、人との交流ではないかと考えられる。また、指導者への質問(8)からも、人との交流が増えることは社会復帰にも大きな影響があるのではないかと考えられる。

しかし、スポーツは万能ではなく、当事者への質問(1)(2)であったように必ずしもすべての人がスポーツ好きであり、面白いものと思っただけではおらず、効果は個人差があるものである。

今後、ソフトバレーボールに求めるもの

当事者への質問(7)より、現在のソフトバレーボールに満足度は、半数以上が満足しているが高齢者などからは「体力的にきつい」等の意見が多かった。一方では、当事者のほぼ半数は競技志向の考えが多い。これらは、大会に参加している年代が20代、30代が中心であることから、体力のある若い世代が多く、技術を身に付け、勝敗にこだわっていることが指導者への質問(4)のスポーツに参加する意欲は高いことからわかる。しかし、「活動回数を増やしてほしい」という意見もある。これらは、スポーツを行いたい人、若くて動ける人はごく一部年齢層しかいないとも考えられる。また、指導者への質問(7)からもわかるように、当事者では「体力をつけたい」「自信をつけたい」等を求めているが、指導者は「仲間作り」等を求めている。このことから、現在のソフトバレーボールに満足していない半数は、この当事者と指導者との考えの違いもあり満足していないのではないかと考える。

今後、ソフトバレーボールに求めるものは、結果では当事者への質問(8)とほぼ同じであったが、今後は、若い年齢層だけでなく高齢者やスポーツが苦手な人にも参加できる環境作りを求められると考える。

スポーツを通して将来の目標

スポーツを通しての目標は、自由記述であげられているように身体的な面から大会で優勝するなどの具体的な目標が様々あった。しかし、この目標はスポーツからすべて与えられるものではない。むしろ、目標を達成するためのキッカケでしかすぎない。今後、目標を達成するにあたり自分自身が努力することが大切である。このことは、当事者に限らず、健常者も同じであると考えられる。

スポーツについての意見

スポーツについての意見は、精神障害者に対する差別、偏見に対して、スポーツ活動を通してなくす、ノーマライゼーションを作っていく必要がある。そのためには精神障害者スポーツの大会を多く開催し、その運営を当事者主体の大会にしていくことが、当事者にとってよい経験になり、社会復帰に役立つと考える。

ソフトバレーボールを通して指導者の考えの変化

身近にいる指導者が当事者の変化をみていながらも、考え大きく変わらないことがわかった。しかし、変わったという指導者の中には、運動が人に与える影響を知ったといった、スポーツを通して当事者の変化を肌を感じている指導者がいることが明らかになった。また、その当事者の変化は指導者が気づかないほど小さなものであり、生活一部でスポーツを取り入れているため、その変化がスポーツそのものでの大きく変化するものではないと考えられる。

障害者スポーツの現状での課題

障害者スポーツの現状での課題は、大きな課題として「人が集まらない」であった。精神障害者スポーツを発展させるためには、スポーツ種目を増やすこと、参加者の人数が安定すること、周囲に認知してもらうことであると考えられる。今後、この課題を解決しなければ発展をすることができないと考えられる。

障害者スポーツについて

障害者スポーツは、老若男女が楽しめるスポーツでなければならないと考える。競技性を高めることも必要だが、女性も高齢者も楽しめる個人種目等を増やしていくことが急務である。また、スポーツを人との交流のツールとし病院や施設等で練習会や大会を開催し、地域の人を巻き込んで活動をしていくことが必要ではないかと考える。さらに、今後、我が国の精神障害者支援の大きな柱の一つとなるはずであり、積極的に推進していくことが求められています。

第7章 今後の課題

本調査は、千葉県域のソフトバレーボール大会に限定したものであり、今後は日本全国の各都道府県レベルの精神障害者スポーツに対しても、調査を拡大し、研究を深めていく必要がある。

当事者の意見反映がなされた、障害者スポーツ振興は特に精神障害者のリハビリやリハビリテーションに大きな意義を持っている。その障害者スポーツを広めていくことは大きな意味を持つことが考えられる。

我が国の障害者スポーツの中に、精神障害者スポーツが明確に位置づけられ、一般市民レベルにおいても理解が深まることは、「精神障害者の社会的偏見や誤解」を払拭する手立てにもなると考えられる。

精神障害者スポーツ振興は、今後、我が国の精神障害者支援の大きな柱の一つとなるはずであり、積極的に推進していくことが求められている。

第8章 結論

精神障害者はスポーツを行う目的が、「自信をつける」「仲間作り」「リハビリテーション」「体力」という考えではなかった。本調査では、「勝敗」を目的としていることが予想以上に多くみられた。また、ソフトバレーボールを行い生活面で変化したことでは、「人との交流」であった。人との交流は、精神疾患の最大の治療である。大会運営では、競技種目、ルール、参加資格（対象・程度）、参加手続き・システム、予算についての検討が必要である。

日常生活では、精神障害のある人だけではなく、全ての市民がその人にあったスポーツの推進が言われてきている。アメリカでは障害のある人や高齢者を特別視しない、スポーツの視点から「その人にあった身体運動（アダプテッドフィジカルスポーツ）」が言われている。これは、全ての人がその人にあったスポーツを推進する事が基本である。また、バリアフリーの視点からは、全ての人が楽しみながら社会参加ができる環境づくりが望まれる。

千葉県では、現在ソフトバレーボールの他にフットサル、バスケットボール等の大会が開催されている。今後、スポーツに気軽に取り組める機会を増やし、精神障害者のスポーツ活動の場をさらに作っていくことが必要であり、障害者スポーツ関係者やスポーツ関係者、市民とのパートナーシップによる支援が望まれる。

スポーツは集中力、判断力、喜び、あきらめない気持ちを得られる。そして、勝つときの喜びは精神障害者にとって、とてつもない経験である。また、精神障害者スポーツは目的ではなく、社会復帰に向けての手段、手助けである。

謝辞

本研究にご協力いただきました、大会参加 26 チームの当事者、指導者各位に深く感謝致します。さらに、調査にあたりご協力いただきました、千葉県・千葉市精神障害者スポーツ大会ソフトバレーボール大会実行員会の皆様をはじめ、特定非営利活動法人千葉県精神保健福祉協議会様、一般社団法人千葉県障害者スポーツ・レクリエーション協会様にもお礼申し上げます。

また、本研究にあたり終始ご指導いただきました、四方田清准教授をはじめ、論文審査委員として温かく見守りくださった、広沢正孝教授と松山毅准教授に深く御礼申し上げます。

引用・参考文献一覧

- 1)後藤貴浩. 障害者スポーツ事業の現状と課題－九州の障害者スポーツ事業を中心に－(1998). 日本社会福祉学会. 252-270
- 2)濱野強, 藤澤由和, Eun Woo Nam. 精神障害者における QOL 評価の試み－精神障害者のスポーツ活動の有効性の検討－(2004). 新潟医福誌, 5(1), 40-47
- 3)石橋裕香, 中根允文, 田崎美弥子(2002). 日本における WHOQOL－WHOQOL-26 の一般人口における特徴－精神疾患と QOL. メディカル・サイエンス・インターナショナル, 東京, 277-291
- 4)岩本千鶴, 福島禎三, 石川雅裕, 他(1995). スポーツ療法の効果についての－考察. 病院・地域精神医学, 30(4), 469-472
- 5)国連・障害者の十年(1992).
- 6)厚生労働省(2011). 第 19 回社会保障審議会医療部会資料
- 7)小柳ゆかり, 高畑隆(2000). 精神障害のある人の社会参加－スポーツ大会について－. あみ, 20, 20-23
- 8)香田泰子(2009). わが国における視覚障害者のスポーツ活動の現状と課題. 障害者スポーツ科学, 7(1), 3-11
- 9)三村一郎(2002). 日本の障害者スポーツの発展の歴史とこれからの展望. 季利地域精神保健福祉情報 Reviw, 11(1), 10-13
- 10)文部科学省 スポーツ振興基本計画(2001). 21 世紀の国民スポーツ振興方策
- 11) 文部科学省 生涯スポーツ社会の実現(2007)
- 12) 村井恵子, 福智寿彦, 野々村智子, 川出英行, 加藤文恵, 兼本浩祐(2002). デイケアにおけるスポーツプログラム導入の精神分裂病患者に対する効果－社会生活能力の改善および社会参加に果たした役割. 臨床精神医学, 31(11), 1397-1403
- 13)日本精神保健福祉連盟(2002). 精神障害のある人々のスポーツ事業振興への取り組み
- 14)大西守(2009). 精神障害者スポーツの発展がもたらすもの. 心身医, 49(7), 775
- 15)大西守, 高畑隆, 浅井邦彦(2002). 精神障害者スポーツの振興に関する最近の動き. 臨床精神医学, 31(11), 1411-1415
- 16)大西守, 阿部裕(2002). 精神障害者のスポーツ振興. 日社精医誌, 11, 110-111

- 17)大山博史, 小泉毅, 永長昌之, 他(1997). 精神分裂病の生活に及ぼす精神科デイケアの効果. 臨床精神医学, 26, 907-917
- 18)岡田隆志, 吉田太郎, 関口隆一, 他(2004). デイケアにおける精神障害者スポーツ(ソフトバレーボール)の意義について. 埼玉県精神保健総合センター研究紀要, 14, 5-6
- 19)岡村武彦. 精神科医療におけるスポーツ(運動)の役割, 日精協誌, 29, 71-72
- 20)岡崎伸郎(2003). 精神障害者スポーツ振興の現状と展望ー障害者スポーツ界における真の三障害統合を目指してー. 日社精医誌, 12, 179-186
- 21)尾崎伸郎(2003). 精神障害者スポーツ振興の現状と展望. 日本社会精神医学雑誌, 12(2), 179-186
- 22)Robert L.Shalock 編, 三谷嘉明, 岩崎正子訳(1994). 知的障害・発達障害を持つ人の QOLーノーマライゼーションを越えて. 医薬出版株式会社, 56-57
- 23)社団法人日本精神保健福祉連盟(2000). 精神障害のある人のスポーツ振興に関する調査研究. 報告書
- 24)坂井一也(2010). 精神障害者スポーツの効果と課題ー障害者スポーツ大会参加者調査ー. 健康科学大学紀要, 6, 217-225
- 25)坂井一也(2009). 全国障害者スポーツ大会における精神障害者の現状と課題ー九州ブロック大会参加者へのアンケート調査を含めー. 健康科学大学紀要, 5, 201-210
- 26)精神保健福祉白書(2013). 12-13, 114-115
- 27)橘香織. カナダにおける地域型障害者スポーツ振興の現状と課題について
- 28)高畑春一(2001). 精神障害者のリハビリテーションとスポーツ. リハビリテーション, 21(2), 63-72
- 29)高畑隆(2008). 障害者スポーツ協会と精神障害者. 埼玉県大紀, 10, 43-47
- 30)高畑隆(2001). 精神障害のある人の社会統合を促進するスポーツ大会に関する研究. 埼玉県立大学紀要, 3, 99-105
- 31)高畑隆(2007). 全国障害者スポーツ大会正式種目と精神障害者. 埼玉県大紀, 9, 85-90
- 32)高畑隆(2005). 精神障害者に関する意識上のバリアの研究. 埼玉県立大学紀要, 7, 9-13

- 33)高畑隆(2001). 自立生活とエンパワメント. 埼玉県立大学紀要, 3, 117-123
- 34)高畑隆(2005). ヘルスケア関連団体ネットワークの会とその経過. 埼玉県立大学紀要, 7, 89-93
- 35)内田直, 高畑隆, 宮崎伸一(2002). 精神障害者スポーツと競技性. 精神神経学雑誌, 104(12), 1242-1248
- 36)(財)日本身体障害者スポーツ協会. 身体障害者のスポーツ指導の手引, 114
- 37)WHO リハビリテーションの定義(1968)

SUMMARY

Background

Because of the ministry of Health's addition of mental illness into four diseases' a malignant tumor, acute myocardial infarction, a stroke and called them "five diseases", mental illness became center of public attention. On the other hand, compared with physical and intellectual disability, mental illness is behind in the field of sports promotion. So we should know what kind of sports will meet the needs of mentality handicapped person.

The purpose

To reconsider about the sports for them and how to promote it.

Methodes

We put a question to mentally handicapped person who play volleyball and got some information, such as the reason of participation, importance of exercise, and so on.

Subjects were 288 psychiatric patients and 26 stuffs who participated in the Chiba, Chiba-shi sponsorship mental patient volleyball meet.

All subjects were required to fill up the questionnaire about the aim of the team, a purpose, having changed in soft volleyball and so on.

The result and consideration

(1) There are a lot of opinions about victory or defeat such as "win the championship" more than our expected, although we did getting such as improving one's self-confidence, health promotion, stress reliving.

(2) By reading their opinions, we could know they want us to increase game, sports events and practice. We have to provide them opportunity and places to enjoy exercising.

(3) The greatest change through exercise was their way of life, especially interaction with people. Disabled sports has a big effect on rehabilitation of mentally handicapped person.

Conclusion

Chiba prefecture holds futsal, volleyball and basketball games. From now on, we have to increase opportunity to enjoy exercise without reserve and places to play sports. To do that, disabled sports person, sports person and resident have to cooperate and support them.

当事者用

ソフトバレーボールに関する調査

順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科
精神保健福祉学研究室
博士課程生 大井崇弘

本調査の質問内容は、あなた自身の考えや経験を問うもので、回答の正答や誤答はありません。結果については、全てコンピュータによって処理されるため、個人が特定されることや個人情報漏れることは一切ありません。また、回答中に身体的、精神的苦痛を感じた場合、直ちに回答を中止していただいて結構です。回答を中止したことにより利益を被ることはありません。御理解の程御協力お願い致します。

まず、はじめに下記の質問についてお答え下さい。あなた自身のことに関して、選択肢の項目については当てはまるものに1つを○で囲み、また自由記述の項目については()にご記入下さい。

性別	男・女			
所属チーム	病院・施設	クラブチーム	クリニック	その他()
年齢	10代・20代・30代・40代・50代・60代			
就労	有・無	治療の状況	入院・通院	

以下の質問の内容に対して、最も当てはまるものに一つ○をつけてください。

1 スポーツはお好きですか

a、好き b、嫌い



a、好きと答えた人に聞きます。

a、観戦するのが好き b、自分がするのが好き c、両方好き

2 スポーツのイメージは何ですか (複数回答可)

a、楽しい b、感動するもの c、面白くない d、夢がある e、希望がある f、元気がでる
g、やる気がでる h、その他()

c、面白くない理由は何ですか

3 好きなスポーツは何ですか（選択肢の中から三つ選んでください）

- a、野球 b、サッカー c、バレーボール d、陸上競技 e、フットサル f、バドミントン g、ハンドボール
h、卓球 i、水泳 j、バスケットボール k、ラグビー l、スカッシュ m、バドボン n、キンボール
o、ディスクゴルフ p、スキー q、テニス r、柔道 s、剣道 t、空手 u、レスリング
v、その他（ ）

※バドボン 木製ラケットでシャトルコックを打 1-1 ーツ

※キンボール 大きなゴムボールを地面に落とさないようにするニュースポーツ

4 あなたの参加しているソフトバレーボールの現在の状況を教えてください

- 1、開催頻度 （週 ・ 月 ）回参加している ※大体で構いません
2、活動場所 a、病院や施設内 b、市町村の体育館 c、両方 d、その他（ ）
3、指導者の人数 （ ）人
4、参加人数 （ ）人

5 あなたが所属しているチームの目標は何ですか（複数回答可）

- a、大会で優勝する b、健康増進 c、リハビリテーション d、生きがい e、気分転換
f、ストレス解消 g、仲間作り h、自信をつける i、その他（ ）

6 現在のスポーツに参加したキッカケを教えてください（複数回答可）

- a、病院のプログラム b、家族の勧め c、リハビリテーション d、他に参加できるものがなかった
e、治療の一環 f、その他（ ）

7 現在のソフトバレーボールに満足していますか

- a、満足している b、満足していない →それはなぜですか？（ ）

8 ソフトバレーボールを続ける目的を教えてください（複数回答可）

- a、体力がつく b、運動不足解消 c、気分転換 d、集中力がつく e、適度の疲れが心地よい
f、体が楽になる、動きやすくなる g、ストレス解消 h、仲間作り i、リハビリテーション
j、生きがい k、その他（ ）

9 ソフトバレーボールを行ったことで変化したことはありますか（複数回答可）

（身体面）

- a、体力がついた b、肥満が解消された c、ぐっすり眠れるようになった d、食欲が増えた
e、疲れなくなった f、日常生活で動きやすくなった g、筋力がついた h、技術が向上した
i、その他（ ）

(精神面)

- a、自信がついた b、積極的・意欲的になれた c、集中力がついた d、イライラしなくなった
e、感情を出せるようになった f、リラックスできるようになった g、対人緊張がなくなった
h、落ち込んだ時でも立ち直れるようになった i、何事も楽しめるようになった
j、感情の浮き沈みがなくなった k、落ち着けるようになった l、何が起こっても動じなくなった
m、その他 ()

(生活面)

- a、生活リズムがよくなった b、家族との会話が増えた c、人との交流が増えた
d、身の回りのことを一人でできるようになった e、毎日が楽しい
f、よい方向に向かっているという実感がある g、社会復帰ができそうだ
h、その他 ()

10 今後、ソフトバレーボールに何を求めますか (複数回答可)

- a、自信をつけたい b、仲間を作りたい c、体力をつけたい d、生きがいにしたい
e、社会復帰への手助け f、その他 ()

11 ソフトバレーボール (スポーツ) を通して将来の目標があれば教えてください

12 ソフトバレーボール (スポーツ) についてご意見があれば教えてください

御協力ありがとうございました。

ソフトバレーボールに関する調査

順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科

精神保健福祉学研究室

博士課程生 大井崇弘

本調査の質問内容は、あなた自身の考えや経験を問うもので、回答の正答や誤答はありません。結果については、全てコンピュータによって処理されるため、個人が特定されることや個人情報漏れることは一切ありません。また、回答中に身体的、精神的苦痛を感じた場合、直ちに回答を中止していただいて結構です。回答を中止したことにより利益を被ることはありません。御理解の程御協力お願い致します。

まず、はじめに下記の質問についてお答え下さい。あなた自身のことに関して、選択肢の項目については当てはまるものに1つを○で囲み、また自由記述の項目については()にご記入下さい。

性別	男・女	所属チーム	病院・施設・その他()
年齢	()歳代		
指導経験	有・無		
職種	作業療法士・精神保健福祉士・臨床心理士・看護師・放射線技師・事務員・その他()		

以下の質問に対して、最も当てはまるものに○をつけてください。

1 ソフトバレーボール実施の状況を教えてください

- 開催頻度 (週・月) 回ぐらい
- 活動場所 a、施設内 b、市町村の体育館 c、両方 d、その他
- 参加人数 ()人 ※毎回の大体の人数で構いません
- 練習方法 a、試合が中心 b、専門的な練習が中心 c、基礎練習が中心
d、その他()
- 指導者の人数 ()人 a、ちょうどよい b、多い c、少ない
- 活動予算 (年間 円) ※大体の金額で構いません。
- 活動予算内訳 () ※割合でも構いません

2 今後、障害者スポーツで増えてほしい種目は何ですか

- a、団体スポーツ b、個人スポーツ c、両方

3 そのスポーツは何ですか具体的に教えてください

--

4 当事者の方はソフトバレーボールに積極的に参加していますか

- a、大変積極的 b、積極的 c、どちらでもない d、消極的 e、大変消極的

5 現在のソフトバレーボールに関して、病院または施設はどのような目的で活動していますか

6 あなたが所属しているチームの目標は何ですか（複数回答可）

- a、大会で優勝する b、健康のため c、リハビリテーション d、生きがい e、気分転換
f、ストレス解消 g、仲間作り h、自信をつける i、その他（ ）

7 あなたは障害者スポーツに何を求めますか（複数回答可）

- a、体力向上 b、運動不足解消 c、気分転換 d、集中力 e、適度の疲れ f、ストレス解消
g、仲間作り h、リハビリテーション i、生きがい j、自立 k、社会参加
l、その他（ ）

8 ソフトバレーボールを通して当事者に変化は現れましたか。当てはまるものに○をつけてください。

（複数回答可）

- a、体力がついた b、肥満が解消された c、ぐっすり眠れるようになった d、食欲が増えた
e、疲れなくなった f、イライラしなくなった g、積極的・意欲的になれた h、集中力がついた
i、自信がついた j、感情を出せるようになった k、対人緊張がなくなった
l、リラックスできるようになった m、落ち込んだ時でも立ち直れるようになった
n、人との交流が増えた o、特にあらわれなかった p、その他（ ）

9 ソフトバレーボールを通してあなたの考え方が変わりましたか

- a、はい b、いいえ

↓

a、はいと答えた人に聞きます どのように変わりましたか

