

〈報告〉

精神障害者に期待されるスポーツの必要性と課題

—ソフトバレーボール大会を中心に—

大井 崇弘*・四方田 清**・松山 毅**・行實志都子***

The necessity and issue of sport expected for those with mental disabilities
with regards to soft volleyball tournamentsTakahiro OI*, Kiyoshi YOMODA**, Takashi MATSUYAMA**
and Shizuko YUKIZANE***

1. はじめに

わが国における精神障害者スポーツは、1956年神奈川県にて精神科病院間で実施されたソフトバレーボール大会が始まりといえる。2002年に全国障害者スポーツ大会のオープン競技に認められ、2008年には正式競技となり、身体的、知的と合わせて三障害がすべてそろった大会となった。千葉県では2010年に千葉県で全国障害者スポーツ大会がされ、2011年有志による「千葉県精神障害者バスケットボール実行委員会」が結成、大会が開催された。2013年3月全国初となる「ちばドリームカップ2013(第1回精神障害者バスケットボール大会)を開催してきた。一方、千葉県・千葉市主催、精神障害者ソフトバレーボール大会は2013年でそれぞれ、15回目(千葉県)、10回目(千葉市)を迎え、年々参加チームや

参加者数も増加傾向にある。

本報告では、精神障害者ソフトバレーボールの参加者や指導者を対象にアンケート調査を実施し、精神障害者スポーツへの参加の意義や目的、課題等について明らかにすることとした。また、本大会の参加者の率直な意見を聴取することから、精神障害者が気軽に参加できるスポーツとは何か、改めて精神障害者のスポーツ振興のあり方を検討することを目的とした。なお、今回は、当事者の調査結果を中心に報告することとする。

2. 方 法

1) 調査対象

対象は、第15回千葉県・第10回千葉市精神障害者ソフトバレーボール大会参加24チームの当事者メンバー及び指導者である。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名を対象とした。(平成25年9月25日開催)

2) 調査期間

平成25年9月25日(大会当日)から12月末日までとした。

3) 調査方法

記述式無記名調査票を大会当日、特定非営利活動法人千葉県精神保健福祉協議会の協力を得て、参加

* 順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科
Graduate School of Health and Sports Science, Juntendo University
現職：三重県庁
Mie Prefectural Government

** 順天堂大学スポーツ健康科学部
School of Health and Sports Science, Juntendo University

*** 神奈川県立保健福祉大学保健福祉学部
Faculty of Health and Social Services School of Social Work Kanagawa University of Human Services

チームに配布した。回収は郵送により、順天堂大学精神保健福祉学研究室に送付することとした。

なお、本調査は、順天堂大学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実施した。

4) 調査項目

[当事者向け調査票]

①調査対象者の属性に関する項目として、「性別」「所属チーム」「年齢」「就労の有無」「治療状況」の5項目を設けた。②障害者スポーツに参加する意義や目的等に関することとし、「スポーツの好き嫌い」「スポーツのイメージ」「ソフトバレーボールの実施状況」「チームの目標」「スポーツを始めたきっかけ」の5項目を設けた。③障害者スポーツをやったこととし、「ソフトバレーボールに対する満足度」「同目的」「身体的・精神的な変化と効果」の3項目を設けた。④今後の障害者スポーツに期待することとして、「今後、ソフトバレーボールに求めること」「スポーツを通じて将来の目標」「障害者スポーツに関する意見」の3項目を設けた。

[指導者向け調査票]

①調査対象者の属性に関する項目として、「性別」「所属チーム」「年齢」「職種」「指導経験」の5項目を設けた。②ソフトバレーボールの実施状況として、「開催頻度」「活動の場所」「参加人数」「練習方法」「指導者の数」「予算」「予算内訳」の7項目を設けた。③今後障害者スポーツで増えてほしい種目と増やしてほしい種目、④当事者の参加意欲、⑤所属先(病院や施設等)の活動の目的について、⑥当事者に現れた変化と効果、⑦今後の障害者スポーツに期待することとして、「障害者スポーツに求めること」「当事者がスポーツを行う目的」「障害者スポーツに関する意見」の3項目を設けた。

3. 結 果

1) 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た24チームの選手(当事者)288名及び指導者72名の計360名に対して、21チーム

(87.5%)の選手(当事者)121名(42.0%)、指導者38名(52.7%)の計159名(44.1%)から回答を得た。選手(当事者)の有効回答率は72名(59.5%)であり、指導者の有効回答率は23名(60.5%)であった。当事者及び指導者を合わせた有効回答率は159名中95名で59.7%であった。

2) 当事者の属性の概要

「性別」では、「男性」は50名(69.4%)、「女性」22名(30.6%)であり、「男性」が全体の3分の2を占めた。「所属チーム」では、「病院」が最も多く60名(83.3%)、以下、「施設」「クラブチーム」「クリニック」と続き、全体の8割が病院から参加していた。「年齢」では、30代が27名(37.5%)、40代29名(40.3%)で30代と40代で全体の4分の3を占めた。「就労状況」では、「有」が17名(23.6%)、「無」が55名(76.6%)で、就労していない者が全体の4分の3を占めた。「治療状況」では、「入院」が3名(2.0%)、「通院」69名(95.8%)であり、「通院」がほとんど占めた。

3) スポーツについて

「スポーツの好き嫌い」についての設問では、「好き」が71名(98.6%)、「嫌い」1名(1.4%)でほぼ全員が「好き」と回答した。また、スポーツを「観戦する」のと、「行う」では、「行いかつ観戦するのが好き」と両方を選んだ人が48名(66.7%)で最も多く、「自分が行うのが好き」が22名(30.6%)、「観戦するのが好き」が2名(2.8%)であった。また、「スポーツに関するイメージ」では、「楽しい」が63名(87.5%)で一番多く、「元気になる」「やる気が出る」「感動する」「希望がある」の順に多かった。「好きなスポーツ」では、バレーボールが54名(75.0%)で一番多く、野球、卓球、サッカー、バトミントン、バスケットボール、テニス、陸上競技、フットサル、水泳、剣道、柔道、スキーなど、幅広くスポーツに関心があることが分かった。

4) ソフトバレーボール実施の状況

「開催頻度」では、週1回が30名(41.7%)と一番多く、週2回、週3回、週5回の順となった。「活動場所」では、「病院や施設」が38名(52.8%)

「地域にある体育施設」が33名(45.8%)であった。「指導者の数」では、最大5名から最小1名で平均2名となっていた。「参加者数」では、最大18名から最小4名で、平均11名であった。

5) スポーツを行う意義や目的等

「ソフトバレーボールの目標」では、「大会で優勝する」が41名(56.9%)で一番多く、「健康増進」「仲間作り」「自信をつける」「気分転換」「リハビリテーション」「生きがい」などを大幅に上回った。

(図1)

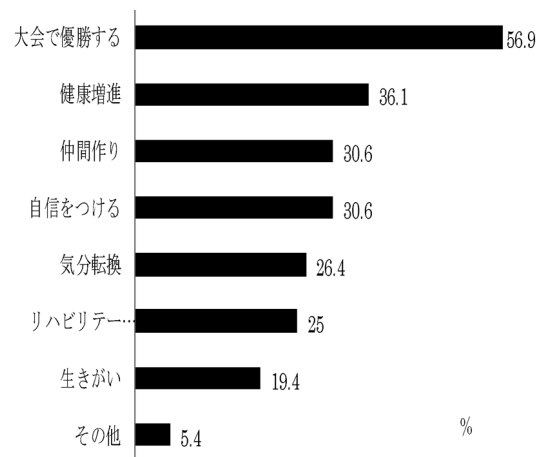


図1 ソフトバレーボールの目標

また、「スポーツを始めたきっかけ」では、「病院のプログラム」が50名(69.4%)と一番多く、「リハビリテーション」「治療の一環」であり、その他に「健康のため」「ダイエットのため」「楽しむため」などがあつた。設問の選択肢には、「家族の勧め」を用意したが、選択した者はいなかった。

6) 障害者スポーツをやって良かったことに関する設問

「ソフトバレーボールに対する満足度」では、「満足している」51名(70.8%)「満足していない」21名(29.2%)であった。「満足していない理由」では、「大会が近づかないと練習しない」「若い人の体力について行けない」「練習の仕方に納得していない」「練習回数が少ない」などであった。次に、「ソフトボールを続ける目的」では、「体力がつく」が52名(72.2%)で一番多く、次いで、「運動不足解消」「気分転換」「仲間作り」「ストレス解消」等々が続き、その他の中には「プログラムに正面から取り組み、自分を磨く」など、前向きな意見が記載されていた。

7) 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」33名(45.8%)が最も多く、次いで、「技術が向上した」「ぐっすり眠れるようになった」「日常生活で動きやすくなった」、「肥満解消」「食欲が増えた」など良い変化が多く、前向きな意見を表明する人が多かった。(図2)

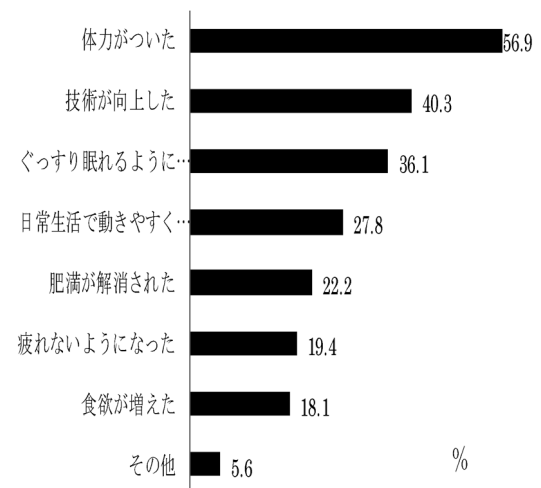


図2 ソフトバレーボールで変化したこと(身体面)

なれた」「何事も楽しめるようになった」「集中力がついた」「リラックスができるようになった」「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」「何が起こっても動じなくなった」など、積極性や意欲が出て、精神的なゆとりを感じている人が増えていることが分かった。(図3)

さらに、「生活面」では、「人との交流が増えた」37名(51.4%)が最も多く、次いで「生活のリズムが良くなった」「良い方向に向かっていくと実感できる」「毎日が楽しい」、「家族との会話が増えた」「社会復帰ができそうだ」「身の回りのことをひとりでできるようになった」など、今まで自信が持てなかった人間関係など生活面での改善が多くみられた

また、「精神面」では、「自信がついた」33名(45.8%)が最も多く、次いで、「積極的・意欲的に

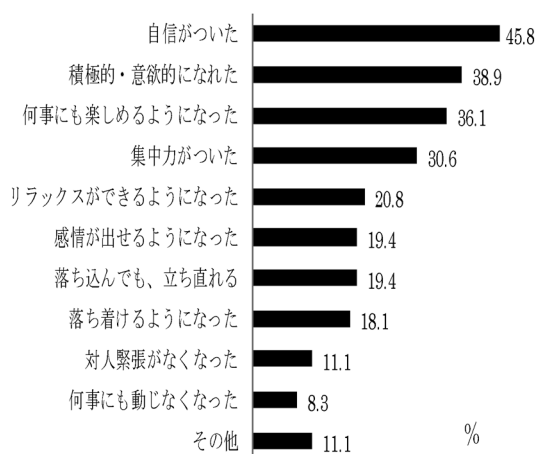


図3 ソフトバレーボールで変化したこと(精神面)

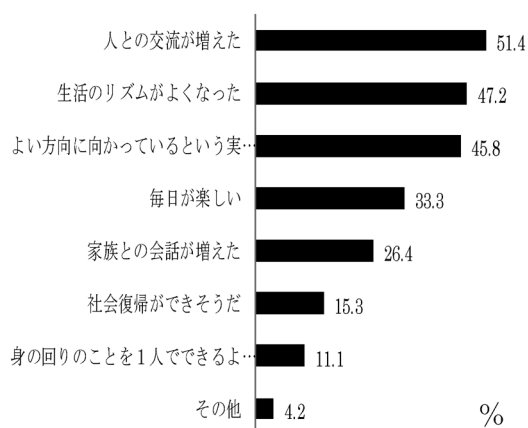


図4 ソフトバレーボールで変化したこと(生活面)

との意見が多かった。(図4)

8) 今後の障害者スポーツに期待する事柄

「今後、ソフトバレーボールに期待するもの」では、「体力をつけたい」41名(56.9%)が最も多く、次いで「自信をつけたい」「生きがいにしたい」「社会復帰への手助け」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」など、スポーツの技術力向上を目指し、競技としての楽しみたいという意見もみられた。

「スポーツを通して見た将来の目標」について、競技スポーツの観点では、「自分のBESTを尽くす」「大会に勝って、優勝したい」「上手になりたい」「レギュラーになりたい」「関東大会、全国大会に出たい」という積極的な意見が多くあった。一方、生

涯スポーツの観点からは「長く続けること」「ストレス発散」「対人関係に悩んだときの励みにしたい」「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」などの意見がみられた。さらに、リハビリテーションの観点からは、「社会復帰したい」「就労に向けメンタルを鍛えたい」「洞察力などの人間としての力を磨き、鍛えたい」「物事を前向きに捉えたい」などがあり、その他では、「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」などの障害者スポーツの新たな方向性に向けた意見もみられた。

9) 障害者スポーツを实践する上での課題と意義について(指導者に対する設問)

障害者スポーツの現実的な課題では、全体23名中「参加する選手が集まらない」15名(65.2%)が最も多く、次いで「場所がない」「資金がない」「大会が少ない」「指導者がいない」「周りからの偏見がある」「用具や道具がない」その他として、「当事者自身の偏見がある」「大会名が偏見を助長することもある」「病状が不安定なため、継続的に実施できない」などの意見がみられた。

さらに、「様々なスポーツ大会の催しが必要である」「ひとりでも参加できるように、個人種目も必要である」「地域住民と共に楽しめるスポーツができるといい」「能力の高い人だけではなく、症状や障害の重い人もできるような障害者スポーツの運営が必要である」「高齢者も若者もともに楽しめる工夫が必要である」「障害、病気の有無にかかわらず、分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」「就職してからもスポーツが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できることを目指してほしい」その他として、「もっと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つ」などの意見が出された。

一方、指導者による「当事者がスポーツ活動を行う目的の具体的な理由(意義)」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」「社会参加に当たり、ルールを守ることが必要」「それぞれ目的も目標もちがう」「一人ひとりの能力をスポーツを通じて引き出したい」などの意見が数多く出された。

4. 考 察

スポーツに対し、選手として参加した当事者のほぼ全員がスポーツを好み、体を動かすことが好きと回答した。スポーツには多くの人が、「楽しい」「元気が出る」などポジティブなイメージを持つが、一部には勝負に負け、失敗した経験からネガティブなイメージを持つ者もいた。好きな種目では、幅広く関心が持たれ、「バレーボール」を筆頭に「野球やサッカー」などの団体競技の他に「卓球」などの技術的要素の高い個人種目などが求められていた。一方、競技性が高まる中、女性や高齢者にも取り組めるスポーツに対するニーズもあった。

千葉県内におけるソフトバレーボールは、精神科医療機関や地域施設等で週1回から3回程度の開催頻度で開催されていた。開催場所は各機関がもつ施設内での実施と、地域施設を借用し、実施しされていた。ソフトバレーボールの目標や目的については、「健康増進」「仲間作り」「生きがい」などの社会復帰の一助や生活習慣の向上が上位にあると思われたが、本調査では、「大会で優勝すること」が半数以上を占めた。この結果は、「スポーツを行うことで仲間作りができるなどの意見が多いのではないか」という仮説に反するものであり、選手として参加した多くの当事者は、リハビリテーションよりも勝敗を優先する競技志向が高いことを示した。このことは、今まで精神障害者にとって、スポーツの目的や目標が「仲間作り」などというものから、「勝ち負け」という新たな、より感情的な関心事に変化してきていると考えられた。病気により様々な体験をすることができなかった精神障害者にとって、「スポーツを行うこと」は幼い頃の実体験のあるものであり、その体験では、自分自身の能力や役割などが想像し、実行に移すことが可能となる。そのため、自

分自身の中で「できた、できなかった」などの判断もできやすく、「スポーツにおける勝敗」というわかりやすい結果に結びつき、勝敗に一喜一憂するという「同じ体験」をスポーツの仲間たちと共有することができる。大会参加者の多くが持つ「大会で優勝する」という明確な目標は、チームの共通目標となり易く、選手一人ひとりの向上心も高まるとともに、精神障害者スポーツ振興の大きな原動力となっていると推測される。

また、スポーツを行うきっかけとしては、半数以上が「病院のプログラム」とされたが、一方では、「スポーツのきっかけが家族の勧め」とした回答が全く、当事者自身で判断しスポーツ活動に参加していることも分かった。ただ、現状では病院等のプログラムで関わるしか、機会がないことは、今後、スポーツを身近なものとして行う環境づくりがとても大切である。

「ソフトバレーボールによって変化したこと」については、身体面や精神面、生活面ですべて、良い要素が語られており、運動量やコミュニケーション能力、対人関係能力等の改善、生活権の拡大など当事者が日常生活上幾つもの課題となることが、スポーツによって、個人差はあるものの少なからず、克服できていることが分かった。

精神障害者スポーツの実施にあたっては、今現在も社会的な偏見や差別があることも事実だが、このような取り組みを拡大し、多様なニーズに合わせて、スポーツが行われていく環境づくりが重要となる。当事者の意見にもあったように、当事者自身がこれらのスポーツ大会の運営に携わり、リカバリースポーツとして取り組んでいくことは、新たな精神障害者のスポーツ振興の方向性といえる。

今後の課題として、本調査は千葉県域におけるソフトバレーボール大会に限定したものであり、今後は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、対象を拡大し、深めていく必要がある。当事者の意見反映のなされた、障害者スポーツ振興は特に精神障害者のリカバリーやリハビリテーションに大きな意義を持っている。わが国の障害者ス

ポーツの中に精神障害者スポーツが今以上に明確に位置付けられ、一般市民レベルでも理解が深まることが重要であり、精神障害者スポーツ振興は、今後の精神障害者支援の大きな柱のひとつとなるはずである。

5. 結 論

1. 坂井(2010)や高畑(2001)らによる先行研究からみた精神障害者のスポーツの意義や目的は、「生きがい」や「リハビリテーション」等であったが、本調査での当事者の回答は「勝敗」を重視し、「大会に優勝したい」とするものが多数を占めた。

2. ソフトバレーボールの経験は、身体面や精神面、生活面で良い変化を当事者に与えており、精神障害者スポーツの重要性が明確となった。スポーツにひとりでも多くの当事者が関わりを持ち、実践し、楽しむことで、人間関係能力や社会適応能力が促進され、社会参加や自己実現に結びつくことが可能となる。

3. 今後、様々なスポーツに気軽に取り組める機会を増やし、精神障害者スポーツの活動の場を拡大していくことが必要であり、当事者と障害者スポーツ関係者、一般市民らが共に手を取り合い、パートナーシップのもと、運営されることが求められている。

注) 本論文は、第2執筆者の指導の下に執筆され

た第1執筆者の平成25年度順天堂スポーツ健康科学研究科修士論文を元に作成されたものである。本調査の実施にあたって、ご協力いただいた千葉県精神保健福祉協議会ならびに千葉県障害者スポーツ・レクリエーション協会の方々に感謝を申し上げます。

引用文献

- 1) 岡崎伸郎(2003). 精神障害者スポーツ振興の現状と展望—障害者スポーツ界における真の三障害統合を目指して—. 日社精医誌, 12, 179-186
- 2) 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
- 3) 坂井一也(2010). 精神障害者スポーツの効果と課題—障害者スポーツ大会参加者調査—. 健康科学大学紀要, 6, 217-225
- 4) 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
- 5) 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
- 6) 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

(平成26年9月26日 受付)
(平成26年12月24日 受理)