

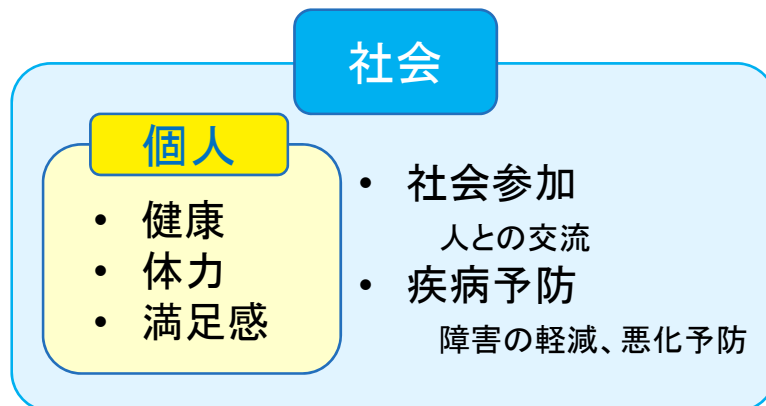
第15回日本眼科記者懇談会 2019年9月19日 於 日本記者クラブ
テーマ:「パラリンピックと視覚障がい者スポーツ」



視覚障がい者スポーツ の重要性について

国立障害者リハビリテーションセンター病院
第二診療部 清水 朋美

障がい者にとってのスポーツ



障がい者にとってのスポーツは**必要不可欠**なもの

ハインツ・フライ(スイス)

スイスの車いすの選手。
60歳になったいまも現役で、多くのメダルを獲得。

・・・自分は障がい者という気はしない。
なぜなら、自分の人生を
自分でコントロールできているからだ。

障がい者スポーツの理念

障がいのない人はスポーツをしたほうがよいが、
障がいのある人はスポーツをしなければならない。

障がい者スポーツは 大きく2つに分けられる

健康増進

体力作り

競技スポーツ

パラリンピックを
頂点とした
国内外の競技大会

視覚障がい者が取り組むスポーツ

<健康増進>

ウォーキング、ラジオ体操、ヨガ、等

<競技スポーツ:パラリンピック>

陸上競技、水泳、ゴールボール、柔道、自転車、
5人制サッカー、トライアスロン、ボート、馬術、
アルペンスキー、クロスカントリースキー、等

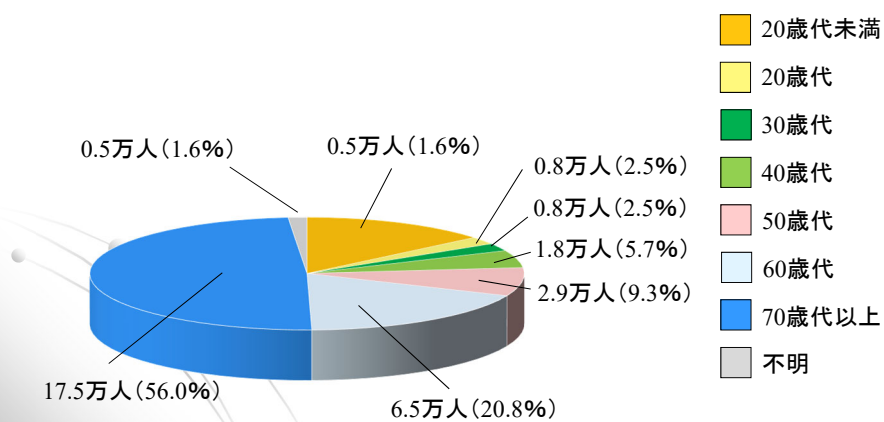
<競技スポーツ:パラリンピック種目以外>

サウンドテーブルテニス、フロアバレー、
グランドソフトボール、ブラインドテニス、ボウリング、
ロービジョンフットサル、ゴルフ、等

競技スポーツも健康増進目的で行われる

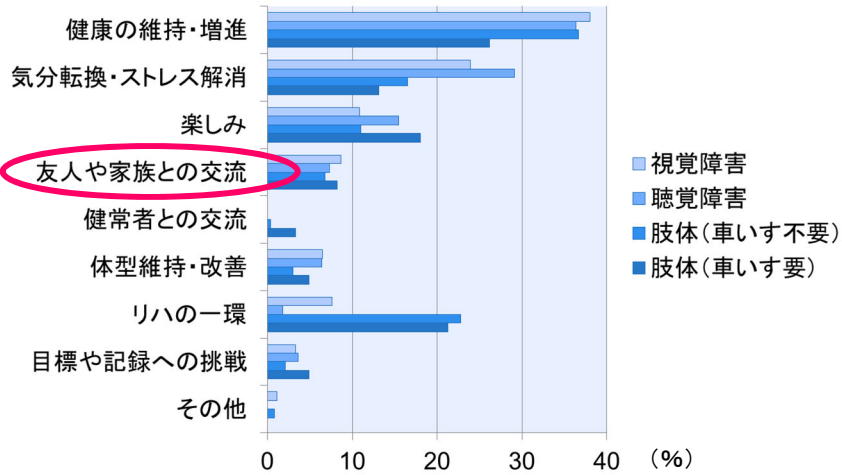
年代別と視覚障害者数

総数 31.2万人



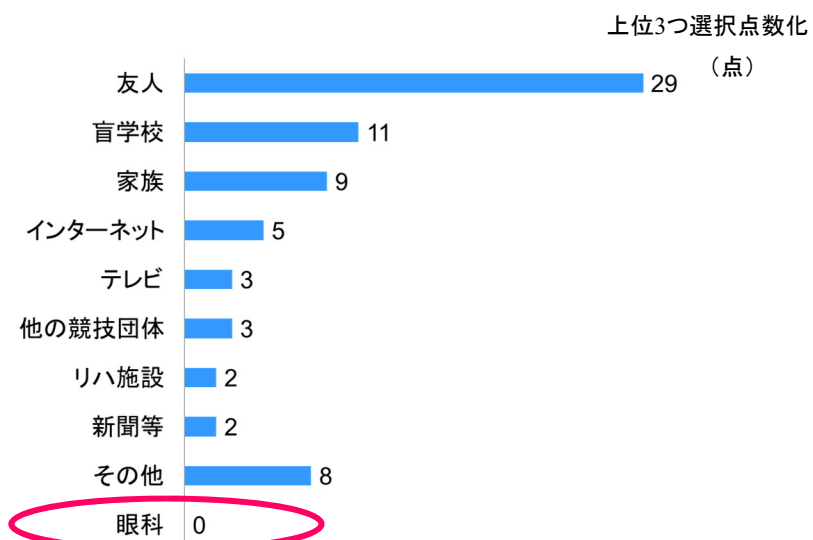
(2016年 厚生労働省調査)

スポーツ・レクを実施する主な目的



『健常者と障害者のスポーツ・レクリエーション活動連携推進事業(地域における障害者のスポーツ・レクリエーション活動に関する調査研究)』報告書 笹川スポーツ財団 2015

競技団体への参加動機



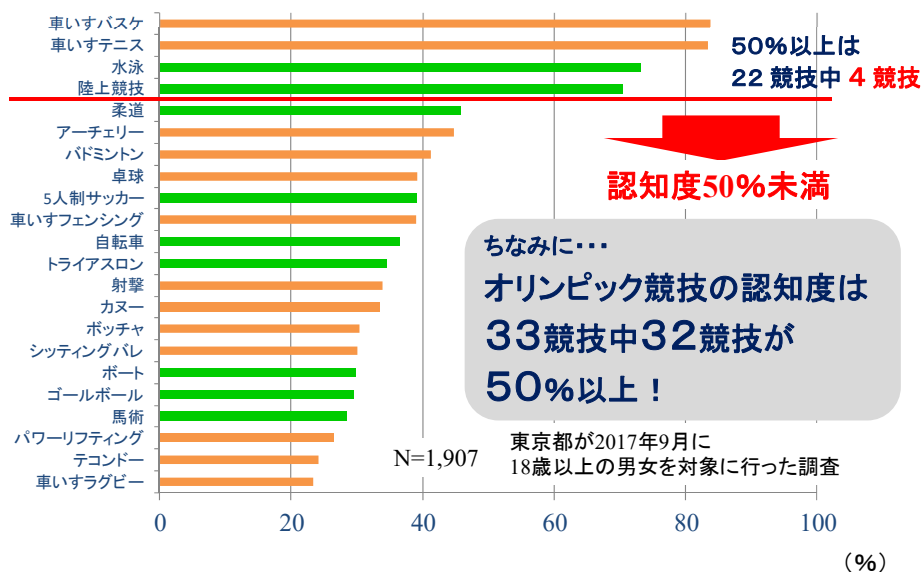
視覚障がい者スポーツの現状と今後の課題について アンケート結果より一林、西田(清水) 2015、日本障がい者スポーツ協会HPより

東京2020パラでは、22競技

- アーチェリー
- ボッチャ
- 卓球
- 射撃
- シットイングバレーボール
- ウィルチェアーラグビー
- 車いすバスケットボール
- 車いすフェンシング
- 車いすテニス
- バドミントン
- テコンドー
- パワーリフティング
- カヌー
- 陸上競技
- 水泳
- ゴールボール
- 柔道
- 自転車
- 5人制サッカー
- トライアスロン
- ボート
- 馬術

視覚障がいの選手は、9競技に出場できる

東京2020パラ競技の認知度



見えない ≠ 何もできない

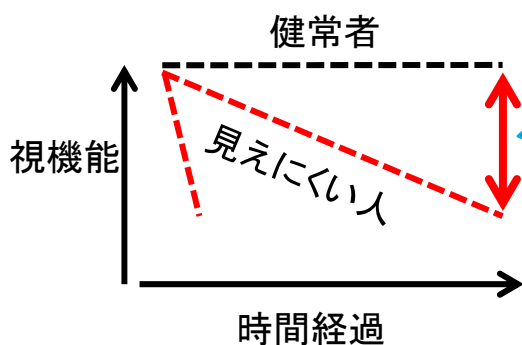
正しくは

見えなくても工夫次第で
完全ではないにせよ、
多くのことにチャレンジ可能であり、
全てをあきらめる必要はない。

「ロービジョンケア」が必要不可欠！

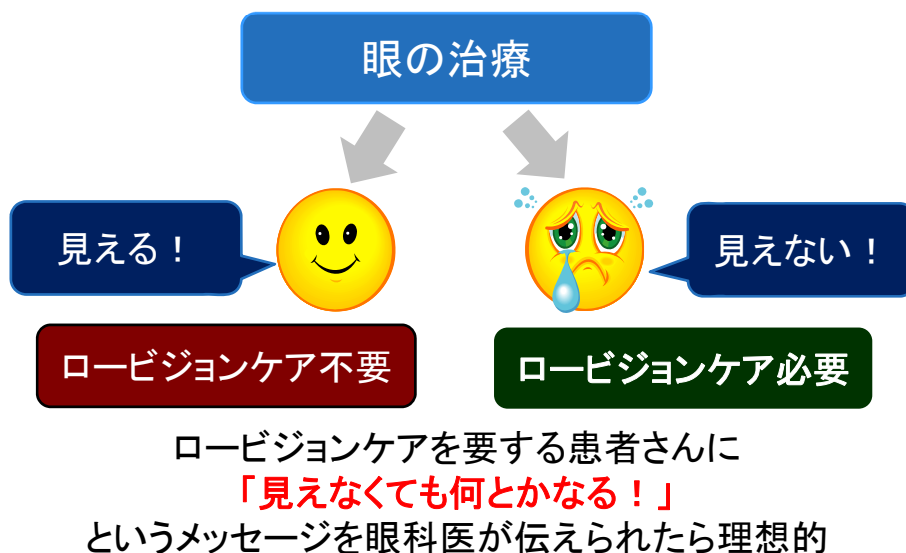
ロービジョンケアとは

見えにくい人が少しでも生活しやすくなるように
治療し、サポートしていくこと

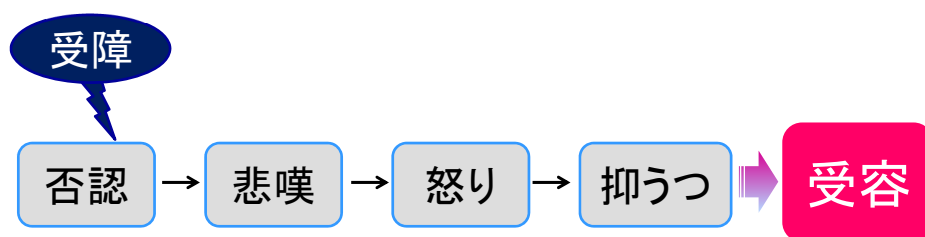


できる治療は行い、
それでも見え方に
支障があれば、
補助具や工夫で
視機能を補う！

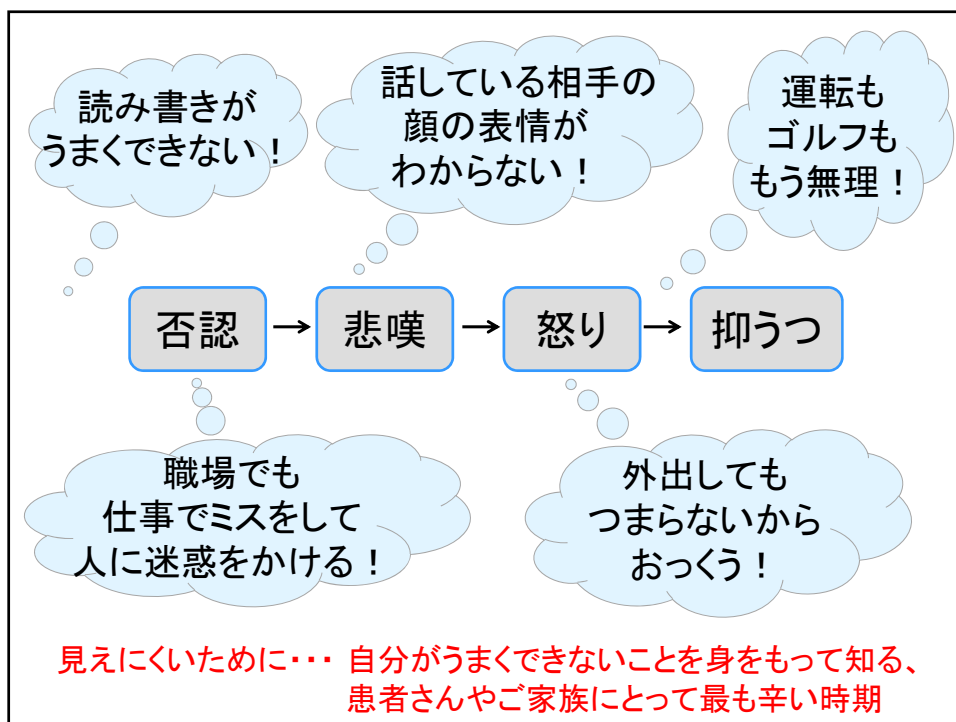
眼科医に期待される役目



見えにくくなる人の心理反応



- いろいろなアドバイスを最も受け入れやすいのは、「受容」の時期
- 途中のステージでも、いろいろな介入によって、早く受容に至ることもある



生きがいが見つかり ロービジョンケアは より円滑に進む

スポーツもまさに「生きがい」のひとつ！

「生きがい」が決まると、ゴールが定まり、それに向けたロービジョンケアの内容を具体的に組み立てることができる

視覚障がい者スポーツにおける連携

医療(眼科)とスポーツの
関係が少しずつできている

視覚障がい者スポーツは
ロービジョンケアとも
大に関わる



スポーツ



医療
(眼科)

教育(盲学校)



視覚障がい者が困ること

視覚障がい = **情報**障がい + **移動**障がい

8割は情報を視覚から得る 自由に移動するのが困難

コミュニケーション

- 会話はOKだが、無言での表情が伝わらない
- 知人に挨拶されても無視してしまう
- 読み書き

アイするスポーツプロジェクト



くわしくは
<http://www.aisuru-sports.jp/>



「第123回日本眼科学会総会」開催時に
視覚障がい者スポーツ体験会としてゴールボールを楽しみました！
(2019年4月21日 東京国際フォーラムにて)

アイするスポーツプロジェクトに 期待すること

眼科医と一般市民に向けての啓発

1. 視覚障がい者スポーツの周知
2. ロービジョンケアの周知
3. 視覚障がいの正しい理解

情報が入りにくい視覚障がい者にとって眼科は強力な頼りどころ。
眼科医と一般への啓発は喫緊の課題です。

視覚障がい者との共生社会の実現

2020年のレガシー

「見えない ≠ 何もできない」ではなく、
「ロービジョンケアを受けることで

見えなくても工夫次第で
完全ではないにせよ、
多くのことにチャレンジ可能であり、
全てをあきらめる必要はない。

ということが眼科から発信できる体制の構築

**視覚障がい者スポーツは
レガシー実現に向けたキーワードに！**