

# シンポジウム 6 パラスポーツ 健康増進から パラリンピックまで

座長／国立障害者リハビリテーションセンター病院／飛松好子

## 1. リハビリテーションの一環としてのスポーツ

障害者スポーツの歴史はそれほど古いものではない。第2次世界大戦により、脊髄損傷者の数が増大したイギリスでは、病院における脊髄損傷のリハビリテーションの一環としてスポーツが取り入れられた。脊髄損傷者はスポーツ、ゲームを行うことによって体力向上、車椅子スキルの向上、社会性の再獲得をすることができた。このように障害者のスポーツ活動は治療の一環としてリハビリテーション治療に取り入れられた。このようにリハビリテーションにスポーツを取り入れるという流れは現在でもあり、全国のかなりのリハビリテーションセンターや、リハビリテーション病院で行われている。リハビリテーションとしてのスポーツになじんだものの中には、社会復帰してからもスポーツ活動が続けるものがある。地域においては、障害者スポーツセンターや、クラブチームがその受け皿となっている。2015年現在では、障害者スポーツセンターは全国に25カ所ある。地域においては、リハビリテーションとしてのスポーツ活動に加え、娯楽としてのスポーツ活動が行われる。このような中から競技スポーツを楽しむ人々も現れ、地方大会、全国大会、国際大会とだんだん階層が上がり、最後にはパラリンピックに出場をする超エリート競技者として育っていく。

## 2. 日本における障害者スポーツの発展

1964年、東京オリンピックが開催され、引き続いて東京パラリンピックも開催された。それを契機に日本の身体障害者スポーツの普及・振興を図る統括組織として、「財団法人日本身体障害者スポーツ協会」が設立された。1998年に長野県で冬季パラリンピックが開催されたことを機に、日本身体障害者スポーツ協会は、身体障害のみならず、知的障害、精神障害を含めた三障害すべてのスポーツ振興を統括する組織として、「財団法人日本障がい者スポーツ協会」と名称が変更された。同時に「日本パラリンピック委員会」(JPC)が設立された。

当初は日本の障害者スポーツはリハビリテーション色が強かったが、1988年、ソウルでパラリンピックが開催された。主催都市であるソウルと韓国は大会準備として選手の強化を図っており、多くのメダルを獲得したが、日本はリハビリテーションスポーツの域を出ていなかったため、出場選手のクラス分けも不十分で世界とのギャップは歴然としていた。それをきっかけとして1991年から国際ルールに則ったジャパンパラ競技会を開催することとなり、当初は水泳と陸上競技であったが、徐々に種目は増えていった。このようにしてようやく日本においても障害者スポーツが競技として行われ、世界のレベルを目指す基盤ができた。

## 3. スポーツ基本法とスポーツ基本計画

2011年にスポーツ基本法が施行された。その法における基本理念として

「5 スポーツは、障害者が自主的かつ積極的にスポーツを行うことができるよう、障害の種類及び程度に応じ必要な配慮をしつつ推進されなければならない。

6 スポーツは、我が国のスポーツ選手（プロスポーツの選手を含む。以下同じ。）が国際競技大会（オリンピック競技大会、パラリンピック競技大会その他の国際的な規模のスポーツの競技会をいう。以下同じ。）又は全国的な規模のスポーツの競技会において優秀な成績を収めることができるよう、スポーツに関する競技水準（以下「競技水準」という。）の向上に資する諸施策相互の有機的な連携を図りつつ、効果的に推進されなければならない。」とされた。続いてスポーツ基本計画が立てられ、2015年10月には「スポーツ庁」が文部科学省にできて、障害者スポーツも厚労省からスポーツ庁へと移管した。

## 4. 障害者の健康増進

健康とは「身体的・精神的・社会的に完全に良好な状態であり、たんに病気あるいは虚弱でないことではない」(1951年(昭和26年)官報掲載の日本語訳)(Health is a state of complete physical, mental and so-

cial well-being and not merely the absence of disease or infirmity.) (世界保健機関) (WHO) と定義されている。これによると「障害者」はすでに健康ではなく、健康寿命を考える上でも既に健康寿命を終わっていることになってしまう。そこで、障害者の健康寿命を「障害の程度に応じた機能を維持する期間」と定義することとする。障害者の生活は、障害の種別にかかわらず、行動の制限を伴うことが多く、それによる不活発な生活や不適切な食生活などによってその健康と機能は損なわれる可能性が大きい。それ故に障害者においても積極的に運動を行う必要がある。

#### 5. 障害者の生活と健康, スポーツ

障害者においてもスポーツは健康増進として、また娯楽活動として生活の質を高める点から意義がある。しかしながら障害者がスポーツ活動を楽しむためには、障害に配慮したルールや環境、コンディショニングが必要となる。障害が重度であればあるほど、専門の見地からの配慮が必要となる。リハビリテーションとしてのスポーツから、健康の維持増進、余暇活動、さらには競技としてのスポーツ活動まで、幅広く障害者スポーツを支援するためには、それぞれの段階と障害の程度に応じた配慮が心身にわたって必要となる。

障害者は障害を負ったからといってすぐにスポーツができるようになるわけではない。このシンポジウムでは、リハビリテーションセンターレベルの導入部分、健康増進レベル、重度障害者のパラアスリート支援およびパラアスリートの健康管理の現状について、各方面からの報告と討論を行った。