

川崎市 障害者スポーツ 受入マニュアル



川崎市市民文化局市民スポーツ室

はじめに

川崎市では、障害者が身近な地域でスポーツに気軽に参加し、障害のある人もない人も共にスポーツを楽しむ環境を整備することで、障害への理解の促進と共生社会づくりを目指しています。

平成 28 年 4 月に「障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律」が施行され、障害を理由に「不当な差別的取扱い」をすることを禁止し、また障害者が日常生活や社会生活を送るうえで障壁となるものを取り除くために必要な合理的配慮を行うことが求められています。スポーツ施設においても、障害のある方がさらに利用しやすい環境づくりに取り組む必要があります。

このマニュアルは「かわさきパラムーブメント」の推進を通じて、スポーツや健康づくりへの関心を高め、健康的で生き生きと暮らすことのできるまちづくりを進めるとともに、誰もが日常的にスポーツに親しめる環境づくりを進めることを目的として作成しました。本マニュアルが活用され、地域の施設で障害者の受入れ体制の向上と、障害のあるなしに関わらず、スポーツを楽しめる環境整備の一助となれば幸いです。

最後になりましたが、マニュアル作成にあたり、現地調査やヒアリング調査等に御協力いただきました施設管理者、各種団体関係者の皆様に、厚く御礼申し上げます。御挨拶とさせていただきます。



めざせ！やさしさ日本代表！
かわさきパラムーブメント

目次

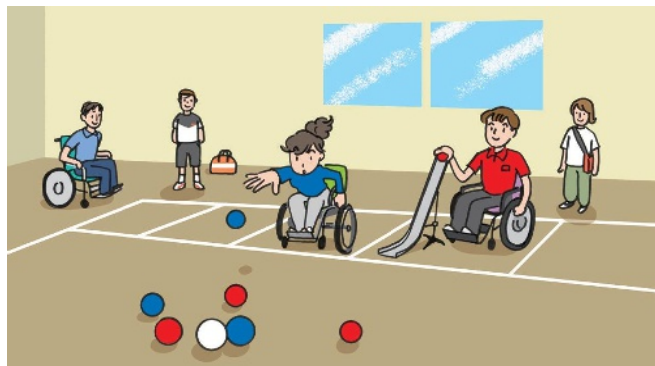
1. 誰もがスポーツに親しめる環境づくり	1
2. 障害・障害者への基礎的理解	2
◆ 肢体不自由	3
◆ 視覚障害	5
◆ 聴覚障害	7
◆ 内部障害	8
◆ 知的障害	9
◆ 精神障害・発達障害	9
3. 利用前・初回利用時の案内	11
4. 施設別の工夫・留意点	13
◆ 駐車場	13
◆ 入口・受付	14
◆ 案内表示・共用スペース	15
◆ 更衣室・シャワー室	17
◆ 体育館	18
◆ プール	20
◆ トレーニング室	20
5. 多くの人に利用される施設の実現に向けて	22
問い合わせ先	23
参考文献等／編集協力	24

1 誰もがスポーツに親しめる環境づくり

スポーツは、体を動かすという人間の本源的な欲求に応えるとともに、楽しさ・喜びをもたらし、心身の健全な発達を促し、人々との交流やコミュニケーションを促進するなど、生涯を通じて幸福で豊かな生活を営む基盤となるものです。こうしたスポーツの持つ価値や意義は、年齢や性別、障害等を問わず、全ての人々に享受されるものです。障害者が、スポーツを通じて自らの可能性にチャレンジしたり、仲間との交流やコミュニケーションを深めたりすることは、生活の質を高め、人生をより豊かにしてくれるものです。

障害者の社会復帰・社会参画のためには身体能力の向上が不可欠ですが、特に中途障害と言われる人たちがスポーツに出会う場が十分とは言えないのが現状です。また近年、医療の現場では、リハビリテーションの期間が短くなる傾向にあります。そうした中で、**スポーツを通じて体力や身体能力の回復を図るとともに、「障害受容の促進」「自立心の向上」「意欲・自信の回復」を図る場として、地域のスポーツ施設の役割が期待されています。**

さらに、近年では「ボッチャ」「卓球バレー」など障害のあるなしに関わらず一緒に楽しむことができるスポーツも普及しつつあります。誰もが日常的にスポーツに親しめる環境づくりは、障害のある人とない人がスポーツを通じて交流し、障害者と健常者が一緒に暮らせる共生社会の実現に寄与します。



スポーツの特性

- ・日常からの開放感
- ・心身の機能を発揮する喜び
- ・技術を獲得する喜び
- ・目的を達成することの喜び
- ・仲間と協力・共同して行う喜び
- ・仲間と競い合う喜び
- ・人や自然、地域との交流など社会生活を豊かにする喜び

参考：文献③

2 障害・障害者への基礎的理解

障害はその種別も程度も人によって様々で、同じ障害だからといって、困りごとや求めることが同じというわけではありません。高齢者も同様で、比較的元気な人もいれば、身体機能が低下し、生活や移動に不便を抱えている人もいます。心身の状態や障害の程度、困りごとは一人ひとり異なり、**「この障害の方はこのような対応が必要」と決めつけることはできません。障害の特性を知り、相手のニーズを確認して、柔軟に対応することが求められます。**また、様々な種別の障害者を受け入れるにあたり、ある障害への対応が、別の障害には逆にバリアになってしまう場合があります（例：狭い通路の点字ブロックは車いすの通行の妨げとなる）。

ここでは、障害の種別ごとの特性や困難・不便な点、コミュニケーション・サポートにあたっての配慮点等について整理しています。あくまでも例であり、すべての当事者に該当するわけではないことをご理解の上、参照してください。

< 2章の見方 >

- 【障害の特性】** 各障害の特徴や状態についての概要
※障害の状態や程度は、その原因が病気が怪我か、あるいは先天性か後天性かなどによるため、同種の障害であっても障害者個々の状況は異なります。
- 【困難・不便な点】** 各障害の特性において生じやすい困難や不便なことなどの例示
- コミュニケーション・サポート** コミュニケーションやサポートに際してのポイントや注意点

【ポイント】障害者の目線で体験する

障害者にとって、施設内のどのような点が利用の妨げとなっているのか、どのような点を解消すればスムーズに利用できるのかを体験するため、スタッフが実際に車いすに乗ってみる、アイマスクを着用して歩いてみる等の疑似体験をしてみましょう。障害者の目線に立つことで、困る場面や必要な配慮などを発見することができます。



肢体不自由

【障害の特性】

- ・ 病気や怪我によって、手足の動作が不自由な状態です。先天性のもの、事故によるもの、脳や脊髄などの神経損傷によるものなど原因は様々です。
- ・ 立位の肢体不自由者には、上肢や下肢に切断や機能障害がある人、立ったり座ったりする姿勢維持が困難な人、脳性まひの人などがいます。移動の際には杖や義足、各種装具を使用し、自力歩行できる人もいます。
- ・ 車いす使用者には、脊椎損傷等による機能障害のほか、脳性まひにより立位の姿勢が困難な人もいます。また車いすを使用しているからといって足だけが不自由とは限らず、身体のような機能がまひしている場合もあり、上肢の障害の程度によっては電動車いすを使用します。

【困難・不便な点】

- ・ 長時間立っていることが難しい。
- ・ あらゆるところで小さな段差に引っかかって通れない。
- ・ 車いすの場合、歩行よりもスペースが必要（車いすの横幅：60～70cm）。
- ・ 高いところや低いところにあるものを手に取ることが難しい。
- ・ 体温調節が難しい場合がある。
- ・ 脳性まひ等を伴う場合、言葉でのコミュニケーションが難しい場合がある。

コミュニケーション・サポート<立位>

障害の部位や程度は様々であり、介助が必要ない場合もありますので、お声がけをして介助が必要かどうかを確認しましょう。

▶必要に応じた移動サポート

下肢に障害がある人は、段差や階段、手動扉があると一人で進めない場合があります。また、歩行が不安定で転倒しやすい人もいるため、ドアの開閉や段差で介助が必要になる場合もあります。



上るときは斜め後ろから介助する



下るときは一段下で斜め前に立つ

▶書類の記入に困っていたら代筆サポート

脳性まひや脳血管疾患などの後遺症で、震えのために字をうまく書けない場合があります。また、右利きだった人が、まひにより左手しか使えないといった場合もあります。肢体不自由者が、書類などの記入で困っていたら、声をかけて代筆のお手伝いをしましょう。

また、脳性まひの人の中には、言語をうまく発音できない人もいます。一語一語をしっかりと確認し、必要に応じて筆談等も活用しましょう。

コミュニケーション・サポート<車いす使用者>

車いすは大きく分けて手動と電動があり、電動車いすを使用している場合は、上肢にも障害がある場合が多いです。すべての車いす使用者が介助を必要としているわけではないため、介助が必要か確認しましょう。

▶バリアに関する情報を伝える

車いす使用者は、階段や段差があると自力での移動が難しくなります。どこにどのようなバリアがあるか、正確かつ具体的にお伝えするようにしましょう。

▶目線を合わせたコミュニケーション

車いすを使用していると目線が低くなるため、立った姿勢で話しかけると見下されているように感じることがあります。車いす使用者に話しかけるときは、腰をかがめて目線を合わせるようにしましょう。

▶館内の温度に注意

車いす使用者の中には体温調整ができない人もいます。夏場の熱中症には特に注意が必要です。

車いす使用者の移動サポートの基本

- ・ 車いすを動かすとき、進行方向を変えるときなどは事前に声をかけましょう。
- ・ 短時間でも車いすのそばを離れる場合は必ずブレーキをかけましょう。
- ・ 段差がある場合は、ステッピングバーを踏んでキャスター（前輪）を浮かし、後輪でバランスを保ちながら動かします。
- ・ スロープを下るときは後ろ向きでゆっくりと下りましょう。



視覚障害



盲人のための国際シンボルマーク
視覚障害者の安全やバリアフリーに配慮された建物、設備、機器などに付けられています。信号機や国際点字郵便物、書籍などで身近に見かけるマークです。(社会福祉法人日本盲人福祉委員会)

【障害の特性】

- ・ 視覚障害には、まったく見えない「全盲」、見えにくい、または多少は見える「弱視」、特定の色が分かりにくい「色弱」があります。見えにくさも様々で、細部が見えない、光がまぶしい、視野が狭い、視野の一部が欠けているなどがあります。
- ・ 障害の程度によって白杖を使用したり盲導犬を連れて移動します。



正確な捉え方 ぼやける まぶしくて見づらい 視野の中心部しか見えない 視野の周辺部しか見えない

【困難・不便な点】

- ・ 声をかけてもらわないと、どこに誰がいるのかが分からない。
- ・ 不案内な場所での空間把握が難しい。
- ・ 点字が読めない。
- ・ 色弱の場合、案内板などの情報が読めないことがある。

コミュニケーション・サポート

困っている様子の人がいいたら、まず挨拶をして困りごとがないか声をかけましょう。

▶相手の正面に立って声をかける

いきなり手をとって誘導すると、相手に不安や恐怖感を与えてしまいます。また、視覚障害者は背後から話しかけられても誰に向かって話しかけているのかわかりません。声をかける際は相手の正面に立ち、「スタッフの●●ですが、何かお手伝いしますか？」と自分の立場や氏名を名乗ったうえで、介助が必要かどうか確認しましょう。また、荷物を持ってあげる場合は、何を持ったか明確に伝えるようにしましょう。

▶「こちら」「それ」などの指示語は使わない

「こちら」「それ」といった指示語は使わず、右、左、前、後、そこまで何歩、何メートルと具体的に説明しましょう。

▶静かな場所で代筆サポート

書類の記入を介助する際は、項目を読み上げて確認しながら代筆を行います。文章を読み上げるときは省略せず、正しい情報を伝えるようにしましょう。また、できるだけ雑音のない場所に対応するようにしましょう。

視覚障害者の移動サポートの基本

- ・ 白杖をご使用の場合は杖の反対側に立ち、肩や肘を掴んでいただいで歩きます。
- ・ その場から離れる場合は必ずその旨を伝え、柱など安定したものに触れてもらってから離れましょう。
- ・ 段差や階段がある場合、段差の前で立ち止まり、上りか下りかを伝えて確認してもらいましょう。階段を歩く場合は「あと何段です」と声をかけ、踊り場や最終段についたらそのことをお伝えしましょう。



コラム① 視覚障害者が取り組むスポーツ（例）



◆マラソン

約1mのロープを輪にして、その両端を視覚障害者と伴走者が握って走ります。公式レースでは、伴走者は選手の横か後ろについて走ります。伴走者は、曲がる方向や路面のアップダウン、路面状況を選手に伝えます。
(写真) 代々木公園・伴走伴歩クラブバンバンクラブ提供



◆サウンドテーブルテニス

卓球台のネットの下を金属球の入ったボールを転がし、転がる音を頼りにラバーの貼っていないラケットで打ち合う競技です。卓球台は、平坦で継ぎ目のない専用のものを使用します。
(写真) 多摩スポーツセンター提供



◆ゴールボール

1チーム3名で行う対戦型のチームスポーツです。攻撃側は鈴の入ったボールを相手ゴールに向かって投球し、守備側は全身を使ってボールを防御します。攻守を交互に入れ替えて試合を行い、得点を競います。
(写真) 一般社団法人日本ゴールボール協会提供

聴覚障害



耳マーク
聞こえが不自由なことを表すマークです。店舗などの窓口で、筆談対応可能であることを示す場合などに活用されています。
(一般社団法人全日本難聴者・中途失聴者団体連合会)

【障害の特性】

- まったく聞こえない人、補聴器を使用することで多少は聞こえる人、片側のみ聞こえない人など、障害の状態は様々です。
- 聴覚障害の場合、外見からはそのことが分かりづらいため、「見えない障害」といわれます。そのため無視したと誤解されてしまうこともあります。
- 聴覚障害者には、出生時から聞こえない人と途中で音を失った人がいます。途中で音を失った人は話すことができる場合が多いですが、出生時から聞こえない人は発音が不明瞭で聞き取りづらいこともあります。

【困難・不便な点】

- 後ろから声を掛けられても気付けない。
- 緊急時のベル、放送が分からない。
- 下を向いたり口元を隠して話しかけられると口の動きが分からないため、読話（唇や口の動きで発音を読み取る方法）ができない。



コミュニケーション・サポート

聴覚障害者は、外見からは分かりづらいため、サポートを求められた際に対応することが基本ですが、遠慮している人もいるため、気兼ねなくサポートを頼めるような雰囲気や体制を整えておくことが重要です。

▶本人が望むコミュニケーション手段を確認する

それぞれの聞こえ方によって、音声・読話・筆談・手話などコミュニケーション方法は様々です。どのような方法が良いか相手に確認しましょう。また、あらかじめ注意事項やトイレ・更衣室等の場所を示したボード等を用意しておくことで明がスムーズにできます。

▶顔の見える位置で視線を合わせてゆっくり話す

声をかけるときは、必ず利用者の正面に立ち、普通の声の大きさでゆっくり、はっきり話しましょう。コロナ禍では、透明なマスクを着用するなどの工夫が考えられます。読話の際は口元の形や表情が良く見えるようにしましょう。また、手話通訳が同伴されている場合でも、本人に向かってコミュニケーションをとるようにしましょう。

▶大事な内容は筆談も活用する

大事な内容をお伝えする場合は筆談も併用しましょう。筆談では長い文章ではなく、ポイントを分かりやすく伝える工夫をしましょう。



トレーニング室の利用は 21 時までです。更衣室は階段を上がって右手側にあります。



トレーニング室→ 21 時まで
更衣室→ 2 階の右手

読話によるコミュニケーションのポイント

読話とは唇や口の動きから相手の言葉を読み取る会話法です。手話や補聴器の利用者でも、コミュニケーションを補助する上で役に立ちます。

- 口を大きく開けて、母音の形が見分けられるようにする。
- 身振り手振りのジェスチャーを積極的に活用し、表情豊かに話す。
- 相手の様子を観察し、話が伝わりにくいようであれば筆談に切り替える。
- 相手の話が分かったら大きくうなずくなど身体で表現する。

内部障害



オストメイトマーク
人工肛門・人工膀胱を造設している人のための設備があることを表しています。
(公益財団法人交通エコロジー・モビリティ財団)

【障害の特性】

- 身体障害者福祉法で、心臓機能障害、腎臓機能障害、呼吸器機能障害、ぼうこう・直腸機能障害、小腸機能障害、ヒト免疫不全ウイルス (HIV) による免疫機能障害、肝臓機能障害の 7 種類が内部障害として定められています。

コミュニケーション・サポート

障害や疾患の状態について、本人や支援者から話を聞き、正しく理解する必要があります。

▶受付等では椅子を用意して短時間の対応を心掛ける

疲れやすい方もいるので、荷物を置くスペースや、座って対応できる場所を用意して短時間で対応するようにしましょう。また、疾患についての話をする際は、プライバシーに十分な配慮が必要です。

▶風邪などの感染に注意

内部障害者は、健常者に比べて体力がなく、風邪などの感染症にかかりやすい場合が多くあります。施設で対応する側が風邪気味などの場合は、相手に感染させないよう、十分な配慮が求められます。

知的障害

【障害の特性】

- ・ 知的機能の障害が概ね 18 歳までに現れ、記憶、推理、判断などの知的機能の発達が、一般的に遅れた状態にとどまり、社会生活への適応面で福祉的な援助を必要とします。軽度の場合は自立して行動することが多くなります。

【困難・不便な点】

- ・ 自分の考えや気持ちを相手にうまく伝えることが難しい。
- ・ 複雑な話や抽象的な表現の理解が難しい。
- ・ 一度にたくさんのことを聞くと混乱する。

コミュニケーション・サポート

知的障害者の中には、未経験の出来事や状況の変化への対応が苦手な人が多くいます。相手の不安や緊張を解きほぐすために、まずは優しく声をかけましょう。また、本人の自主性を尊重した対応を心掛けましょう。

▶イラストやひらがなを用いて分かりやすく示す

書類や案内表示の漢字にふりがなを付けたり、イラストや図を使って分かりやすく示しましょう。

▶「はい」「いいえ」で答えられる具体的な質問を

「今日は何をしますか？」と尋ねるのではなく、「今日は●●をしますか？」といったように具体的な問いかけを心掛けましょう。

精神障害・発達障害

【障害の特性】

- ・ 統合失調症、うつ病、てんかん等の精神疾患や自閉症等の発達障害により、日常生活や社会生活のしにくさを抱えている障害です。適切な治療や投薬、周囲の配慮があれば安定した生活を送ることができます。

【困難・不便な点】

- ・ 慣れない場所では緊張して不安を感じやすい。
- ・ 警戒心が強く、人と話すことが苦手な人もいる。
- ・ じっとしていることが苦手で、常に動いてしまう場合がある。

コミュニケーション・サポート

精神障害者の中には、ストレスに弱く、対人関係やコミュニケーションが苦手な人が多くいます。外見からは障害があることが分かりにくいいため、周囲から理解されずに孤立している人も多くいます。また、本人が周囲に病気を知られたくないと思っている場合もあります。

▶穏やかな口調で接する

初対面の人と話をすることに慣れていないため緊張したり、他人の視線を必要以上に気にしたりすることがあります。困っている様子に気づいたら、優しく声をかけましょう。

▶共感的な態度で接する

書類の記入などの際、書き方が分かりなくても質問できない場合があります。積極的に「手伝いましょうか」と声をかけましょう。手伝いが不要な場合でもそばで見守ることで安心感を与えます。

コラム②

ヘルプマーク



義足や人工関節を使用している人、内部障害や難病の人、または妊娠初期の人など、外見から分からなくても援助や配慮を必要としている人々が、周囲に配慮を必要としていることを知らせることで、援助を得やすくなるよう、東京都が作成したマークです。神奈川県でも平成 29 年からこのマークを導入し、普及に取り組んでいます。



3 利用前・初回利用時の案内

障害者の中には、スポーツ施設の利用は難しい、無理だと初めから諦めてしまっている人もいますと考えられます。そのため、まずはホームページ等で施設のハード面の状況や対応可能なサポート等を正しく伝えた上で、「障害のある人も、利用可能な人はぜひ利用してほしい」というスタンスをしっかりと伝えることが重要です。

▶情報発信・情報提供

ホームページ上や初回利用時に、施設の状況を正しく説明しておくことで、トラブルを減らすことができます。

【ハード面】

施設の状況について、ホームページ等でスロープや手すりなど、バリアフリー対応を紹介しているケースが多いですが、どこにどのようなバリアがあるのかを示すことが重要です。例えば段差であれば、具体的な段差の高さまで示し、利用の可否を利用者に判断してもらえるようにすることが重要です。写真を用いてビジュアル的に示すことも有効です。また、車いす使用者を想定し、バリアを回避するルート等についても紹介しましょう。

【ソフト面】

混雑していない利用しやすい時間帯、対応可能なスタッフによるサポート等を伝えましょう。

▶利用者ニーズの確認

障害者本人または介助者から施設利用についての問合せがあった場合は、右に示すような事項を確認しましょう。利用者のニーズが事前に分かると、施設としての対応を考えることができます。また、利用者の意向に沿えない場合でも、他のスポーツや利用可能な施設について案内することができます。

ただし、すべての項目を一律に確認する必要はありません。障害者であるという理由で特別な確認をすると、それを差別と感じる人もいます。「何か配慮が必要なのか」という視点で、臨機応変に対応しましょう。

確認事項例

- ・利用する施設や用具
- ・利用の目的（競技、リハビリ、健康維持等）
- ・介助者同行の有無
- ・介助が必要となる場面
- ・既往症や医師から制限されていること
- ・利用にあたり、不安に感じている点

▶初回利用時のオリエンテーション

初回利用時に施設全体のオリエンテーションを行うことで、その後の利用がスムーズになります。相手が理解できているか確認しながら丁寧に対応することで、利用に対する不安が解消されます。

オリエンテーション実施のポイント

肢体不自由者

- ・使用できるトイレや更衣室等の場所を案内しましょう。
- ・椅子の設置などの希望がある場合には、可能な範囲で対応を検討しましょう。

視覚障害者

- ・実際に利用する際の動線に合わせて案内しましょう。
- ・トイレやシャワーなどの共用施設やスポーツ器具などは、実際に触ったり使用したりしながら使い方を説明しましょう。

聴覚障害者

- ・文字情報で施設の利用方法や注意事項をまとめた書面を用意しておきましょう。
- ・館内を一緒に案内する場合は、情報が伝わっているかを毎回確認しましょう。

知的障害者

- ・ゆっくりと丁寧に説明しましょう。
- ・イラストや写真などを用いて使用方法等を具体的に伝えましょう。

▶スタッフ間の情報共有

異なるスタッフに何度も同じ説明をするのは、利用者にとって大きなストレスとなります。スタッフ日誌や利用者カードなどで、利用者の障害の状況や注意すべき対応等について、スタッフ間の共有を図りましょう。

コラム③ 障害者手帳の種別

利用申請の際に障害の状況・内容を確認する必要がある場合には障害者手帳を提示してもらいましょう。障害者手帳は以下の3種類があります。



身体障害者手帳

対象：身体に永続的な障害があり、その障害程度が障害程度等級に該当する方



療育手帳

対象：児童相談所または障害者更生相談所で知的障害と判定された方



精神障害者保健福祉手帳

対象：精神障害の状態にあり、日常生活、社会生活に何らかの制約のある方

4 施設別の工夫・留意点

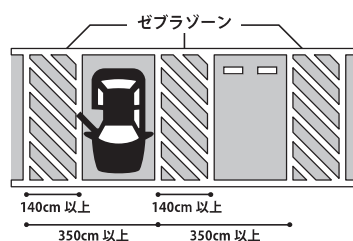
障害者を含めたすべての利用者が安全・快適に利用できるようにする工夫・留意点を事例とともに紹介します。

駐車場

多くの施設で障害者用駐車区画が確保されていますが、複数の車いす使用者が利用した場合に区画が不足することも考えられるため、そのようなケースの対応を検討しておくことが望めます。

▶障害者用駐車区画

一般の駐車場の場合、幅は1台につき2.5 m程度ですが、車いす使用者の場合はドアを全開にしないと乗降できないため、3.5 m以上の幅が必要になります。「道路の移動円滑化整備ガイドライン」（国土技術研究センター）では、1.4 m以上の乗降用スペースを加えた3.5 m以上を確保するという基準が示されています。

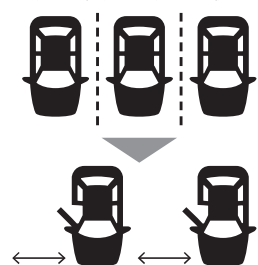


また、一般の人が利用しないようコーンを設置している場合もありますが、車いす使用者がコーンを移動させることは困難です。コーンの設置が必要な場合は、乗降用スペースに配置して貼り紙等で注意喚起する等の工夫が必要です。

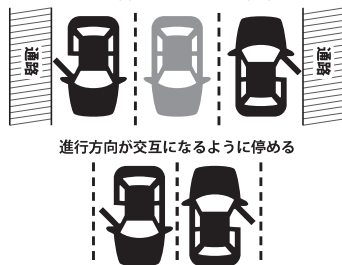
▶障害者用駐車区画が不足した場合

障害者用駐車区画が不足した場合、もし可能であれば、正規の場所以外のスペースを臨時駐車場として開放しましょう。また以下のような対応も考えられます。

3台分の駐車場を2台分として使用する



乗降するドア側に通路がある場所を使用する



入口・受付

初回利用時は特に、受付の手順等で戸惑う利用者も想定されます。困っている様子の利用者がいた場合は声をかけ、必要なサポートを確認しましょう。

▶誰でも利用できる施設であることの明示

入り口付近に施設のバリアフリーに関する情報や、誰もが利用できる施設であることを示す表示があると、障害者も安心して施設を利用できます。



入り口部の掲示（宮前スポーツセンター）

▶車いす用の椅子・雑巾等の準備

靴の脱着が必要となる場所には、背もたれのある安定した椅子を用意しましょう。合わせて靴べらや杖掛けがあると便利です。

また、車いすや下肢装具については、タイヤや靴底を清掃してそのまま利用してもらうようにしましょう。入り口に椅子と雑巾、バケツを準備しておくことでスムーズに利用できます。



左：清掃用の椅子・バケツ・雑巾（埼玉県障害者交流センター）

右：杖掛け（横浜ラポール）

▶低いテーブルやバインダー等の活用

受付カウンターの位置が高い場合、車いす使用者用の低いテーブルを用意する、バインダーに用紙を挟んで記入をお願いする等の対応が必要です。

▶筆談ボード等の準備

聴覚障害者や知的障害者とコミュニケーションを図るための補助具として筆談ボードがあると便利です（紙と鉛筆でも可）。また、カウンターに筆談対応可能であることを示す表示があると安心して相談できます。

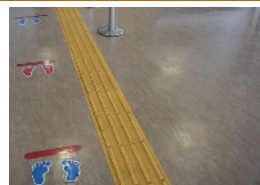


左：筆談ボード（とどろきアリーナ）

右：筆談対応を示す表示（宮前スポーツセンター）

▶点字ブロックの上に列をつくらない

点字ブロックの上に人が列を作ってしまうと、視覚障害者が進むことができません。晴眼者が点字ブロック上に立たないように、エリアを分割しておくスムーズです。



点字ブロックの上に列をつくらない配慮（宮前スポーツセンター）

▶補助犬の待機場所の確保

補助犬専用の待機場所がない場合は、エントランスやホール内、事務室の一角など、ボールなどが飛んできてくる危険がなく、不特定多数の人の目に触れることのない場所にビニールシートなどを敷き、衝立などで仕切ってスペースを確保しましょう。

案内表示・共用スペース

利用者が迷わないよう、分かりやすい案内表示を心掛けましょう。

▶触知案内図等の活用

触知案内図とは、平面図を凸表現する点字サインで、館内の各施設の位置やルートに触ることで認識することができます。触知案内図があると、視覚障害者が館内全体の配置を理解することができ、案内をよりスムーズに行うことができます。



触知案内図の例（JR川崎駅）

▶案内表示は大きく、はっきりと

弱視者や知的障害者などには、大きく分かりやすい案内表示があると、迷わずにすみます。また、輝度（色の明るさ）にコントラストをつけるよう留意しましょう。掲示物や案内パネルの漢字にはふりがなをふり、矢印などのイラストや反転文字を使用して強調するなど、分かりやすさを心掛けましょう。



イラストを用いた分かりやすい表示（多摩スポーツセンター）

▶車いすの高さでも利用しやすい自動販売機の設置

最上段の商品に対応した補助ボタンや、商品を取り出すときに役立つ手すり付きの自動販売機があると、子どもや車いす利用者も利用しやすく便利です。このような自動販売機がない場合、スタッフによるサポートを心掛けましょう。

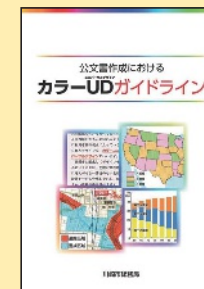


車いすでも利用しやすい自動販売機（カルッツかわさき）

コラム④ カラーユニバーサルデザイン

カラーユニバーサルデザインとは、多様な色覚に配慮して、情報がるべくすべての人に正確に伝わるようにデザインすることを言います。色は誰にでも同じように見えているわけではなく、ある人にとって区別しやすい配色が、別の人には区別しにくいことがあります。色弱者の色の感じ方やカラーユニバーサルデザインの方法については、川崎市の「公文書作成におけるカラーUDガイドライン」を参照ください。

https://www.city.kawasaki.jp/170/cmsfiles/contents/0000024/24002/cud_guide.pdf



コラム⑤ カームダウン・クールダウンスペース



（公財）交通エコロジー・モビリティ財団

カームダウン・クールダウンスペースは、知的障害や発達障害、精神障害のある人がパニックを起こしてしまった時や、パニックを未然に防ぐために利用されており、最近では空港や公共施設、学校などに設置されています。外部の音をなるべく遮り、

外気温や湿度に左右されず、気持ちを落ち着かせることができるようなスペースや部屋を作ることによって、安心して利用していただけます。

参考：http://www.ecomo.or.jp/barrierfree/pictogram/calmdown-cooldown/



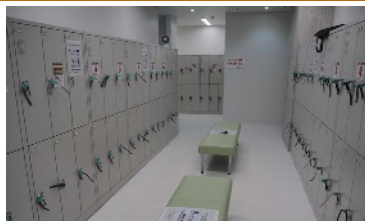
とどろきアリーナに設置されたカームダウン・クールダウンスペース

更衣室・シャワー室

車いす使用者は段差によりロッカーを利用できない、視覚障害者はどこのロッカーが空いているのかわからないといった理由で更衣室の利用が難しい場合があります。また、床が濡れて滑りやすいシャワー室は、特に肢体不自由者にとって転倒リスクが高い場所なので配慮が必要です。

▶座って着替えられるベンチの設置

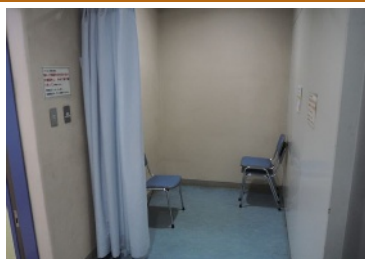
障害のために、立ったままで靴を履く、着替える等の動作が難しい人もいます。更衣室の入り口付近やロッカーの前にベンチがあると便利です。また、すのこなど段差になるものはロッカーの前に設置しないようにしましょう。



更衣室のベンチ (カルッツかわさき)

▶優先利用できる更衣スペースの確保

障害者は、健常者よりも着替えに広いスペースが必要になる場合があります。また、介助者が異性の場合は、更衣室内に入れません。場所に余裕がある場合は優先更衣スペースを確保しましょう。スペースの確保が難しい場合は、ロビーの一角を衝立などで仕切り、臨時更衣室を設けることも考えられます。



車いす更衣スペース (宮前スポーツセンター)

▶シャワーチェア等の用意

立ったままの姿勢を維持しづらい人のためにシャワーチェアを用意しましょう。転倒防止のためのバスマットがあると安心です。また、座った状態でシャワーを浴びる場合、高い位置にシャワーヘッドが置かれていると手が届かないため、使い終わったら低い位置に掛けるよう注意喚起しましょう。



シャワーチェア (宮前スポーツセンター)

体育館

障害者も健常者と同様に、卓球やバスケットボール等の球技を体育館で楽しめます。用具の配置を工夫するなど、できるだけ多くの人が体育館を気持ちよく利用できるような対応を考えましょう。

▶車いす競技への理解

車いすの体育館利用にあたり、床に汚れや傷がつかないか心配になることがあるかもしれませんが、一般の車いす使用者が卓球やポッチャ等を楽しむ程度で、床に汚れや傷がつくことはまずありません。また、車いすバスケットボール等の競技でも、現在の競技用車いすは技術の進歩により、ほとんど床にタイヤ痕などが残らず、転倒しても床が傷つきにくいよう改良されています。車いすの体育館利用については積極的な受入をお願いします。



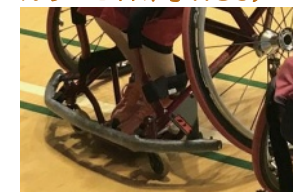
車いすバスケットボール (カルッツかわさき)

また、障害者スポーツは大型の道具を用いることが多く、持ち運びが大きな負担になります。着替えの際などに一時的に道具を置ける場所や道具を預かるスペースを設けるとより利用しやすくなります。

関係者の声

体育館での競技用車いすの使用について (車いすバスケットボールチーム 川崎WSC)

体育館利用時の懸念としてよく挙げられるタイヤ跡の考慮について、入る前にタイヤを拭くことでタイヤ跡のリスクを軽減し、また残ったタイヤ跡は拭き掃除で大体取れています。また、競技用車いす前面のバンパーと呼ばれる箇所にカバーをすることで、転倒時の床の傷を防ぐ配慮もするようになりました。



バンパーにビニールカバーを付けた競技用車いす

それでも床への傷やダメージは完全に防げるということではありませんが、それは障害者スポーツの特性に限ったことではなく、健常者の競技においても同じことなのかなと思います。車いすバスケットボールは健常者も一緒に混ざってチームを組めるユニバーサルスポーツのひとつなので、ぜひ今後受入れをしていただける施設が増え、より多くの方が競技を目にする機会が増えていけば幸いです。

▶ 熱中症予防・感染症対策としての換気

障害者の中には体温調整が難しい人もいます。また、内部障害者には特に感染症対策が求められます。熱中症予防および感染症対策として換気をしっかりと行いましょう。



大型扇風機による換気（宮前スポーツセンター）

関係者の声

製氷機の設置について （車いすバスケットボールチーム 川崎WSC）

障害を持つ選手の中には、体温調節がしにくいいため、体内に熱がこもりやすく、熱発をおこす場合もあります。多くの施設では健常者の熱中症や打撲時など運動時の応急処置として氷のうを備えているところが多いかと思いますが、障害者スポーツにとってもしもという時にあったら助かりますので、申し出をさせて頂いた際にご理解、ご提供を頂けると嬉しいです。

▶ 卓球利用にあたっての配慮

車いす使用者の卓球では、台の脚が奥にあり、車いすにぶつかりにくい専用の卓球台があると安心して利用できます。また、球が遠くに飛んでいかないようフェンスで囲い、台の下に入った球を取るための虫取り網が用意されているとより利用しやすくなります。



フェンスで囲った障害者優先の台を用意（カルッツかわさき）



車いす使用者も利用しやすい卓球台（多摩スポーツセンター）

▶ 用具の収納場所を分かりやすく示す

用具を収納する棚やカゴに、用具の写真やふり仮名を振った名前シールを貼ると収納場所がより分かりやすくなります。



用具の写真で収納場所を明示（埼玉県障害者交流センター）

プール

プールを利用する障害者は多く、肢体不自由者でも水泳を楽しむことができます。また、リハビリ目的で水中ウォーキングを行う人もいます。滑りやすい環境のため、肢体不自由者や視覚障害者には特に配慮が求められます。

▶ プールサイドへの車いすでのアクセス

肢体不自由者のために、プール内専用車いすを用意するか、持参の車いすのタイヤを清掃してプールサイドまで移動できるようにしましょう。また、入水のためのスロープがあると、より多くの人が利用しやすくなります。



入水のためのスロープ（多摩スポーツセンター）

▶ 視覚障害者への配慮

視覚障害者が利用する場合は、可能であれば視覚障害者の専用（または優先）レーンを設定しましょう。また、視覚障害者は周囲の状況を把握することが難しいため、視覚障害者が利用していることが分かる表示を行い、他の利用者に配慮を求めましょう。また、ウレタン等の柔らかい素材のコースロープを採用すると、視覚障害者のケガを予防できます。

▶ 介助者に対する柔軟な対応

介助者や見守りの保護者は、水着を着用していなくてもプールサイドに入れるようにするなど、柔軟な対応を心掛けましょう。

トレーニング室

スポーツとしてのトレーニングのほか、リハビリの一環として利用する人もいます。最初に利用者本人や介助者にヒアリングして、障害の状況・内容に合った利用の方法を確認しておきましょう。

▶ 感染症対策の実施

トレーニング室では不特定多数の人がトレーニングマシンに直接触れるため、感染症のリスクがあります。そのため、アルコール消毒とペーパータオルの利用者への配布、一度に入室できる人数と利用時間の制限、受付の際の健康チェックシートの記入など、利用のルールを明確に定め、感染症対策を徹底することが求められます。

▶ 利用券の種類による障害の有無・種類の把握

トレーニング室は、受付で利用券を購入し、それをトレーニング室のスタッフに渡して利用する形が多く、また、利用券の購入にあたり、障害者手帳を提示することで利用料金が減免されるケースが一般的です。

そのため、受付で利用券を発行する際に障害者手帳の提示があった場合、障害の種類に応じた利用券を発行することで、トレーニング室のスタッフが障害の有無や種類を把握することができます。聴覚障害や内部障害などは外見から障害の有無を判断できないことが多いため、このような方法が有効となります。なお、利用券の種類の違いはスタッフのみが分かるような表現にしましょう。



障害の種類に応じて色の異なる利用券を発行している（カルッツかわさき）

▶ 器具の使い方を分かりやすく示す

器具の使い方を写真やイラストを用いて分かりやすく示したボードや掲示があると、より利用しやすくなります。



写真による器具の使い方の説明（とどろきアリーナ）

▶ 簡易的な用具を用いてマシンを使用しやすくする

障害の部位や程度によっては、一般のトレーニングマシンをそのまま利用することが難しい場合もあります。ちょっとした用具を用いることで使いやすくなりますので、利用者の声を聞きながら工夫しましょう。



器具の持ち手と手を固定するバンド（横浜ラポール）

5 多くの人に利用される施設の実現に向けて

障害者にとってスポーツは、「体力や身体能力の回復」だけでなく、「障害受容の促進」「自立心の向上」「意欲・自信の回復」を図る上で、極めて重要な意味を持ちます。全国には、障害者専用・優先のスポーツ施設がありますが数は限られています。そのため、障害者も含めた多くの人々が利用できる身近なスポーツ施設を増やしていくことが求められています。

一般のスポーツ施設は、障害者専用・優先のスポーツ施設のように、専門の指導員を常駐で配置し、障害者に特化したプログラムを運用することは現実的ではありません。一方で、ちょっとした配慮や工夫、道具類の準備があれば、一般のスポーツ施設を利用できる障害者の方も多くいます。このような属性の人たちをしっかりと受け入れていける体制を整えていくために、本マニュアルでは、大規模な工事等を必要としないソフト面の工夫や障害者への配慮など、各スポーツ施設が比較的取り入れやすい対策や取組事例を紹介しています。

市内各区のスポーツセンターでは、定期的に「障害者スポーツデー」の取組を実施しています。このような取組を継続的に実施していく中で、日常的なスポーツ施設の利用者を徐々に広げていくことが望まれます。



ボッチャの手作りランプ（高津スポーツセンター）

コラム⑥ 障がい者スポーツ指導者

障がい者スポーツ指導者とは、公益財団法人日本障がい者スポーツ協会及び加盟団体等が資格認定する指導者で、日本国内の障がい者スポーツの普及と発展を目指し、障がい者スポーツの環境を整備する上で専門的な知識、技術を有する人材の養成、資質向上を目的としています。初級から上級の障がい者スポーツ指導員、障害者スポーツコーチなど6種の指導者資格があり、資格取得者がスポーツ指導や大会、教室、イベントのサポートなど、それぞれのフィールドで活躍しています。スポーツの魅力を障害のあるすべての人に知ってもらおうパートナーとしての役割が期待されています。



コラム⑦ 障害者と健常者が共に楽しめるスポーツ



◆ボッチャ

ジャックボールと呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールをいかに近づけるかを競うスポーツです。相手のボールやジャックボールを弾いて、自分が優位に立てるよう位置取りをしていきます。カーリングとは一味違う戦略、魅力がある競技です。
(写真) 麻生スポーツセンター提供



◆卓球バレー

卓球台を使い、ネットを挟んで1チーム6人ずつがいすに座ってピンポン球を転がし、相手コートへ3打以内で返すというゲームです。ルールは6人制バレーボールを元に考案されています。1988年の全国身体障害者スポーツ大会の公開競技として実施され、その後全国に広がりました。

問い合わせ先

障害者スポーツの対応に関すること等

一般社団法人神奈川県障がい者スポーツ協会

〒251-0871 藤沢市善行 7-1-2 神奈川県立スポーツセンターグリーンハウス内
電話：0466-96-0183 / FAX：0466-96-0186

障がい者スポーツ指導者の派遣に関すること

川崎市障がい者スポーツ指導者協議会

E-mail：kawakyougikai@gmail.com / URL：http://kawakyougikai.gouketu.com

県・市の施策等

神奈川県スポーツ局スポーツ課障害者スポーツグループ

〒231-8588 横浜市中区日本大通 1
電話：045-285-0798 / FAX：045-662-5557

神奈川県立スポーツセンター健康・障害者スポーツ課障害者スポーツ担当

〒251-0871 藤沢市善行 7-1-2
電話：0466-81-2803 / FAX：0466-83-4622

川崎市市民文化局市民スポーツ室障害者スポーツ担当

〒210-0007 川崎市川崎区駅前本町 11-2 川崎フロンティアビル 9階
電話：044-200-3547 / FAX：044-200-3599

参考文献等

文献①：「スポーツ基本計画」文部科学省、平成 29 年 3 月

https://www.mext.go.jp/a_menu/sports/plan/index.htm

文献②：「地域における障害者スポーツの普及促進について」

地域における障害者スポーツ普及促進に関する有識者会議、平成 28 年 3 月
https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/shingi/002_index/toushin/1369121.htm

文献③：「月刊保団連」2013 年 9 月号、No.1135、特集：スポーツと医療

文献④：「増補 改訂版 道路の移動等円滑化整備ガイドライン」

財団法人国土技術研究センター、平成 23 年 8 月

文献⑤：「公文書作成におけるカラー UD ガイドライン」

川崎市総務局、平成 28 年 8 月

https://www.city.kawasaki.jp/170/cmsfiles/contents/0000024/24002/cud_guide.pdf

文献⑥：「みんなでスポーツ！誰もが楽しめるスポーツ施設運営をめざして

障害者のスポーツ施設利用促進マニュアル」
東京都オリンピック・パラリンピック準備局／公益社団法人東京都障害者スポーツ協会、平成 28 年 2 月
<https://www.sports-tokyo-info.metro.tokyo.lg.jp/shospomanual.html>

文献⑦：「スポーツ施設向け 障害者スポーツ受入マニュアル」

埼玉県、平成 31 年 1 月

<https://www.pref.saitama.lg.jp/documents/145578/manual.pdf>

編集協力

スポーツ施設

- 障害者スポーツ文化センター 横浜ラボール
- 埼玉県障害者交流センター
- とどろきアリーナ
- カルッツかわさき
- 幸スポーツセンター
- 高津スポーツセンター
- 宮前スポーツセンター
- 多摩スポーツセンター
- 麻生スポーツセンター

市内障害者スポーツ関連団体

- 特定非営利活動法人 ファンズアスリートクラブ
- 川崎 WSC
- 川崎ポッチャクラブ
- 川崎フレンドシップスマーズ
- メーヴェ陸上クラブ
- 川崎市障害者アーチェリー協会

アドバイザー（敬称略）

- 特定非営利活動法人ファンズアスリートクラブ理事長 井上秀憲



めざせ! やさしさ日本代表!
かわさきパラムーブメント

川崎市 障害者スポーツ受入マニュアル

令和3年3月発行

発行 川崎市市民文化局市民スポーツ室
〒210-0007 川崎市川崎区駅前本町 11-2 川崎フロンティアビル 9 階
電話：044-200-3547 FAX：044-200-3599

制作 株式会社近畿日本ツーリスト首都圏
〒221-0052 横浜市神奈川区栄町 3-4 パシフィックマークスイースト 4 階
電話：045-277-0771 FAX：045-277-0772