

みんなで仲良くバタ足の練習



**障害を持つ人々に
体を動かす機会を**

「ピーー！」
甲高い笛の音がプールサイドに
鳴り響く。

「今日は息継ぎの練習をします。
でも、その前に準備運動ね。イチ、
ニ、サン、シー！」

青年海外協力隊の青木奈美さんの
指導の下、子どもたちが整列し
てストレッチを始める。早くプー
ルに入りたいといわんばかりに、
どの子も満面の笑みだ。

「みんな水泳の授業が大好きな
んです。廊下ですれ違おうと決まっ
て、『次の授業は水曜日だよ』
と話しかけてくるんですよ」。派
遣されてから1年半、すっかりこ
の学校の「一員」となった青木さ
んはうれしそうに話す。ここは、
カリブ海に浮かぶ国ジャマイカ。
気候は常夏。何か問題が起きても
「No problem」。子どもからお年
寄りまで、のんびりおらかな人

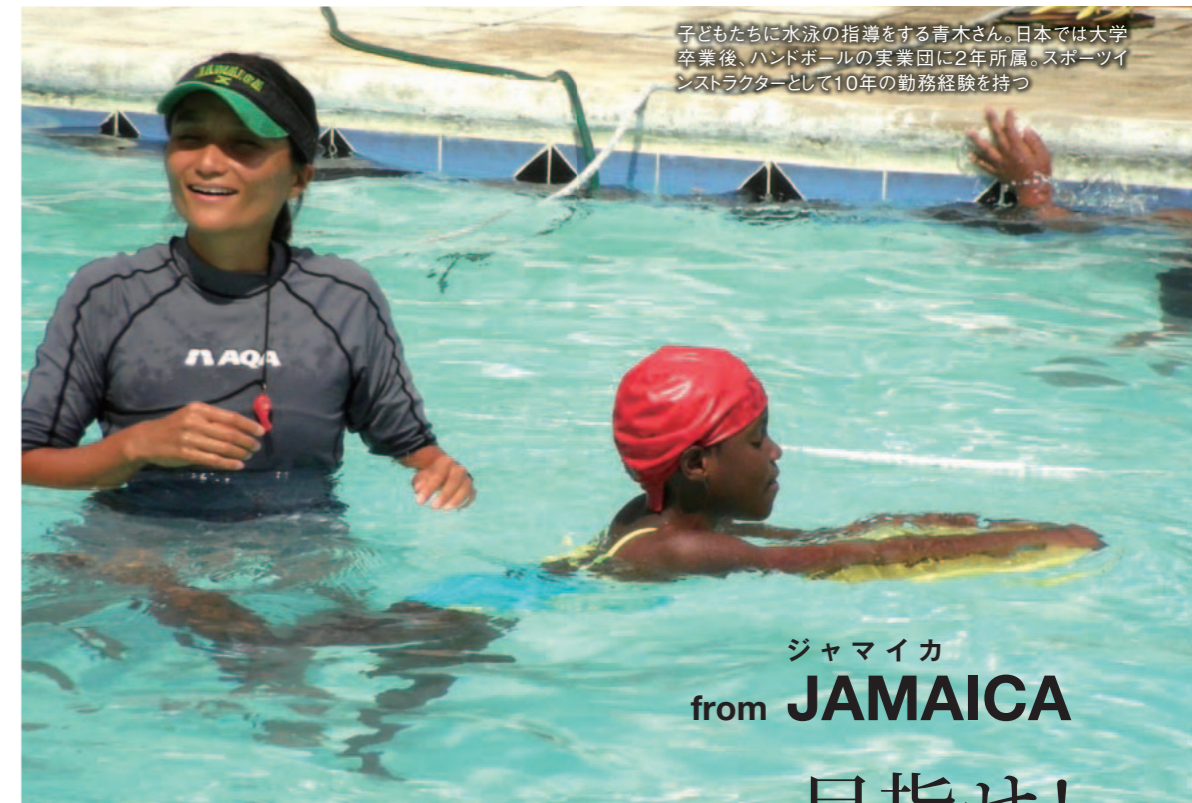
も、心身の健康の維持、ストレス
発散などに有効なアプローチだ。
しかし障害の度合いによっては、
マンツーマンの補助、特殊器具の
導入などの環境整備が必要で、普
通校に比べて配慮すべき点が格段
に多い。また「スポーツは危ない」
と、教師や保護者の理解もなか
な得られないのが現状だ。

青木さんの学校では、これまで
も週1回、体育の授業があった。
しかし、本当に「ある」だけ。授業
らしい授業は行われず、ほとんど
「遊び」の時間と見なされていた。
そこでJICAは障害者スポーツ
の普及を図るべく、2005年か
ら「救世軍視覚障害者学校」に青
年海外協力隊員（体育）を派遣。
学校にあったプールを活用し、全
身を使う「水泳」を取り入れなが
ら体育の授業に取り組んできた。

**水泳を通じて
成長する子どもたち**

一代目の隊員は2年間放置され
ていたプールの維持管理体制を立
て直し、水泳の授業を再開。二代
目の隊員は体育の授業を定着させ
るべく、器械運動、陸上競技、縄
跳びなどを取り入れた。そして青
木さんは三代目。「過去に派遣さ
れた2人の隊員がしっかりと土台
を作ってくれていたので、スムー
ズに活動に入ることができました
。私に求められていたのはその

子どもたちに水泳の指導をする青木さん。日本では大学卒業後、ハンドボールの実業団に2年所属。スポーツインストラクターとして10年の勤務経験を持つ



ジャマイカ
from **JAMAICA**

**目指せ！
未来のパラリンピック**

オリンピック終了後、次に幕を開けるのがパラリンピック。
障害を抱えた選手たちが繰り広げる熱戦は、世界中の人々の心をつつ。
心身の健康維持はもちろん、リハビリ効果も期待できるスポーツ。
JICAもその効果に注目し、障害者支援の一環として普及を進めている。



が多い国だ。
青木さんが派遣されているのは、首都キングストンにある「救世軍視覚障害者学校」。視覚に障害のある5才から18才までの子どもたちが通う学校だ。ジャマイカ

国内でも視覚障害者の学校は、青木さんの派遣先を含めて2校しかない。「障害児を対象とした特別支援学校の数が足りない上に、校内も整備が行き届いてない学校が多い」と青木さんは話す。

彼女が担当するのは体育の授業。障害のある人にとって、スポーツはリハビリやセラピーの一環としても重要な役割を果たす。日常生活の行動にどうしても制限が出てしまう子どもたちにとって

いるうちに、いつの間にかみんなが自発的に片付けをするように。「二人で黙々とプールの掃除をしている男の子を目にした時には、胸がいっぱいになりました」。

「もっと泳げるようになって、将来は人を助ける仕事がしたい」というガールフィールド・ミッチェルくん（15歳）。生徒たちは確実に、体育の授業を通じて頼もしく成長している。校内でスポーツ委員会を担当するシェリン・トンプソン先生は「スポーツを通じて子どもたちに自信が生まれていることを実感します。弱視でも全盲でも、みんながスポーツを楽しめるような環境づくりをしていきたい」と意気込む。

「顔ついてもできなかった子が泳げるようになって、何度も何度も泳いで見せてくれるのは感動的です」と青木さん。今後は国内外の大会に出場できるチャンスが増えるよう、現地の水泳協会や陸上協会との連携を強化していきたくて考えている。「帰国するまでに、全校生徒が泳げるようになることが目標。そして近い将来、パラリンピックに出場する生徒が出てくれればうれしい」と青木さんは話す。

障害を乗り越えてスポーツに励む子どもたち。その姿はジャマイカの太陽の光の下で、今日も輝いている。



スポーツが大好きで、走るのが得意な子も多い。青木さんはやる気のある生徒を集めて、早朝から一緒に筋トレやマラソンの練習をしている

先。子どもたちに体育を楽しんでもらえるようになること、そして、スポーツを通じて規律を身に付けてもらうことでした」と青木さんは話す。

目が不自由であるが故に、最初は何をするにも怖がる生徒が多かった。まずは「体を動かすのは楽しい」と感じてもらいたい。青木さんはプールにコインを沈めて拾うゲームや水中エアロビクスなど、「遊び」の要素をふんだんに取り入れた。そうすると次第に、

「プールに入るのが待ち遠しい！」という子が増えてきたのだ。

「プールの日は興奮状態。その割には、水着を忘れてきたり、時間通りに来なかったりするんです」と青木さん。ビート板は散らかし放題、ゴーグルもすぐになくなってしまふ。そこで青木さんは、生徒たちにしつこいくらい、一つ一つ指導を続けた。「ただ厳しくするのは逆効果。ルールを守ればプールの自由時間が増えるなどの工夫をしました」。そうして



整理整頓やプール掃除も体育の一環。青木さんが指導を続けた結果、プールは見違えるようになった



準備運動はスポーツの基本。最初は「早くプールに入りたい!」と言っていた子どもたちも今では自発的にストレッチをするように