

車いすダンスにおける初歩的段階の指導

牛山 眞貴子¹⁾

The work of the chair dance for beginners

Makiko Ushiyama¹

Key words: chairdance, handicap, inclusion

(Bulletin of Department of Physical Education, Faculty of Education,
Ehime University, 5, 71-74, March, 2006)

キーワード：車いすダンス 障害のある人、インクルー
ジョン

I 緒 言

人間は、皆「自己を表現したい」と願う欲求を持っている。この「皆」には当然、障害のある人も含まれる。自己表現の欲求は、障害のあるないに関わらず、岩岡^{*1}らが挙げる人間が本来持つ「基本的欲求の階層構造」の成長欲求でもある。成長欲求は自己の可能性を最大限に拓いていこうとする力の根源であり、他者と自分を繋ぐ糸口になる。

障害のある人となない人による共創を主活動に置く車いすダンスにおいて、重要な概念として2つの点が挙げられる。

一つはインクルージョン(すべてを包み込むこと)この点について西^{*2}は「障害があろうとなかろうと、人は皆それぞれのライフサイクルにおいて、さらによりよく発達を遂げる為に充足すべき固有の特別なニーズを誰もがもっている」と主張し、インクルーシブな身体表現/ダンス活動の可能性について

- ① 相互コミュニケーションの心理的-身体的な共振行動を促進する可能性
 - ② 個々人の自発的な身体表現動作を介して、動きと表現することが可能な身体空間を広げる可能性
 - ③ ありのままの自分の体と動きでいいのだという個々人の自信を高める可能性
- を挙げている。

これは、障害のある人となない人が関わる時、障害のない人

がある人を「ヘルプする」あるいは「お世話する」という固定されてきた通念を真っ向から打ち砕く概念であり、皆＝障害のあるないに関わらず人すべてを指し、フラットな状態から、お互いの関わりを築く前提である。

二つめはアダプティッド(その人に合った)である。近年アダプティッドスポーツとして水泳を筆頭に車いすマラソン、車いすバスケット、シッティングバレーボールなど、障害のある人に適応するスポーツが開発されてきた。これはインクルージョンを拡大して上での大きな前進であり、車いすダンスもその一つと言える。車いすを使った、障害のあるないに関わらず、各々の自己表現で共創する車いすダンスは、さらに活動を拘束する外的なルールや規制もない。自らの身体的な制約を個性ととらえ、動きを創造する点から考えるならばアダプティッドの概念を深化させた活動形態ととらえる事ができるだろう。

* 1 岩岡研典 富山医科薬科大学

* 2 西洋子 東洋英和女学院大学

II 研 究 目 的

本研究は、障害のある人となない人で、車いすを使いながら共創する身体表現活動において、その初歩的段階の指導について、実践から考察することを目的とする。

III 研 究 方 法

平成17年9月17日に実施した「地域の達人ふれあいボラ

1) 愛媛大学教育学部
〒790-8577 愛媛県松山市文京町3番

1. Faculty of Education, Ehime University,
Bunkyo-cho 3, Matsuyama-shi, Ehime, 〒790-8577,
Japan

ンティア育成事業車いすダンス交流会」*3のワークショップを取り上げ、内容を収録した後、実技指導内容とワークショップ受講者のアンケートをもとに省察を行った。

日時＝平成17年9月17日 場所＝愛媛県身体障害者福祉センター体育館

参加者＝40名（アンケート有効回答者数30人）

（内訳小学生2 中学生1 高校生2 大学生5 第一養護学校同窓生2

保護者5 職員5 その他4）

指導 牛山眞貴子

*3 主催 愛媛県立第一養護学校

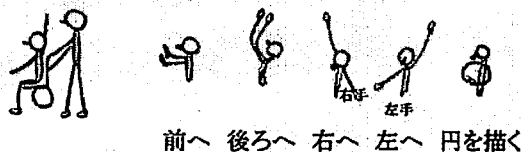
Ⅳ 初歩的段階の指導

WORK1 シグナルムーブメント

形態＝2人組 車いす1台 車いすに乗る人1名 車いすに乗る人の後ろ側に1人立ち、車いすの取っ手を持つ。

- ① 車いすに乗っている人が翼、後ろの人がエンジンの役割になって、移動を行う。方向や進むタイミングの主導は翼、スピードの変化の主導はエンジンの役割とする。
- ② お互いのシグナルを話し合って決める。例）右手をのばしたら右カーブ、両手を曲げて後ろを指したら、後ろ下がりなど

シグナル例

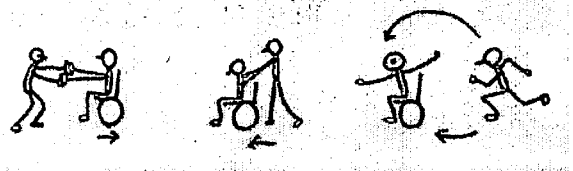


WORK2 プッシュ&スルーフムーブメント

形態＝2人組 車いす1台 車いすに乗る人1名

- ① 車いすに乗っている人と向かい合わせに1人が立ち、両手を合わせ、押し合う。押し合う部位は手でなく両肩や両膝、車いすの両サイドの肘掛けでも良い。押し合った後、その両者の力で車いすに乗った人はスルーして（滑るように）離れる。その車いすが止まらないうちに車いすに乗っていない人は後ろにまわりこみ、車いすに乗っている人の背部（背中、車いすの背もたれ、車輪など）を押す。
- ② ①を繰り返す。車いすと床の摩擦や、両サイドの力のかけ方でスピンする場合があるので、最初は小さい力で行う。だんだん加える力を大きくしていくなど、お互いで相談しながら様々な力のかけ方を工夫する。
- ③ 車いすに乗っている人は、車輪には触らない。車いすがスルーしている間、手を含む上肢をできる限り自由に、

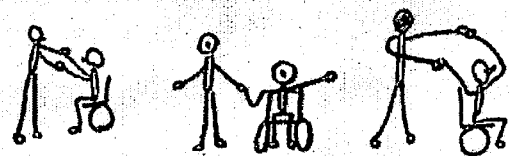
空間に絵を描く気持ちで動かす。



WORK3 シェイク&スルーフムーブメント

形態＝2人組 車いす1台 車いすに乗る人1名

- ① 車いすに乗っている人と向かい合わせで両手を繋ぎ、移動する。車いすがスルーしているうちに片手を離し、スルーした後、また両手を繋いで移動する。
- ② ①を繰り返す。途中でスルーが止まっても、両手つなぎの移動でスピードを戻し、繰り返す。車いすに乗っている人を引っ張りすぎると、車いすから落ちてしまう場合があるのでアダプティッドする強さを確認し合いながら行う。



WORK4 シェイク&ターンムーブメント

形態＝2人組 車いす1台 車いすに乗る人1名

- ① 車いすに乗っている人と向かい合わせで両手が交差するように繋ぎ、繋いだまま、車いすに乗っている人が回転を繰り返す。
- ② 車いすに乗っている人のほうが低い事を利用し、低い方が繋いだ手の下をくぐるように回転は続いていく。腕が捻れる状態にならないように手を握り直したり、持ち替えたり、ゆっくり回転するコースを辿ってみたり、工夫しながら2人にとって、アダプティッドな方法とタイミングを探していく。

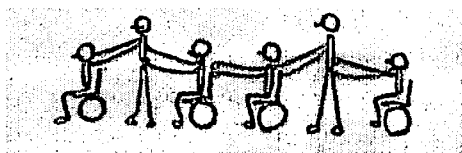


WORK5 カルガモダンス

形態＝4～8人のグループ 車いす1～6台 グループ構成人数から2をひいた台数が目安

- ① 車いすに乗る人とならない人を縦1列で繋いで移動していく。編成は自由で、やりやすい配置を構成員で話し合い、試行しながら決めていく。
- ② 編成が決まったら、繋がったまま、移動していく。途中で

列が切れたり、ぶつかってクラッシュしないように、慎重に、少しずつ移動をしてみる。



V WORKの結果および省察

平成17年9月に行ったワークショップの実践に関するアンケート結果は以下の通りであった。

<結果>

9月17日実施 回答者30名(小学生2名 中学生1名 高校生2名 大学・専門学校学生5名 第一養護学校教職員5名 地域関係者0名 その他学校関係者1名 その他3名)

Q1 車いすダンスはどうでしたか？

- A とてもよかった(20名)
- B よかった(9)
- C あまりよくなかった(0)
- D よくなかった(0)
- E どちらともいえない(1)

Q2 交流会はできましたか？

- A とてもよくできた(15名)
- B できた(12)
- C あまりできなかった(3)
- D できなかった(0)

Q3 この会に参加してどうでしたか？

- A とてもよかった(19名)
- B よかった(11)
- C あまりよくなかった(0)
- D よくなかった(0)

Q4 開催時期・日程についてどうでしたか？

- A とてもよかった(13名)
- B よかった(15)
- C あまりよくなかった(2)
- D よくなかった(0)

Q5 このボランティア育成活動をどのようにして知りましたか？

- 第一養護学校から(17名)
- ダンスグループから(5)

親から(3)

友人から(2)

案内状で(2)

身体障害者協会から(1)

Q6 本日の感想などをお書きください(主な感想,意見 * 複数の同じ内容の記載有り)

(小学生)

- ・車いすに乗れてよかった
- ・おもしろかった

(中学生)

- ・初対面の人たちとも仲良くなれたのでよかった。車いすでこんなきれいな動きができるのを知って、しかもそれができてすごく楽しかった。これからもどんどんやっていきたい。

(高校生)

- ・ダンスをするうえで、普段かかわることのできない人たちと触れ合って、とても新しい発見ばかりで、すごく自分の為になった。

- ・あまり交流する事のない車いすの方と触れ合えてよかったと思う。楽しくできたので本当に良かった。様々な所で交流していきたいと思った。

(大学・専門学校学生)

- ・初めてこのような会に参加したが、また是非参加したい。
- ・みんな笑顔で楽しそうだった。
- ・表現する楽しさなど、とても楽しかった。

- ・最初は、照れもあってどう接したらいいのかわからなくて不安もあったけれど、目があった時ににこっと笑ってくれたり、楽しくダンスができて楽しい時間が過ごせた。

(同窓生)

- ・少し暑かった
- ・みんなににこして、とても楽しそうでした。

(第一養護学校保護者)

- ・車いすを押して、車いすに乗っている子どもが手を動かすとき、とてもうれしそうでした。
- ・若いボランティアさんをつけてください。
- ・暑い日だったが、なんとか元気だった。子どもは最初とても照れていましたが、雰囲気や動きに慣れてくると、とても楽しそうだった。

- ・ダンスや音楽にはあまり興味のない子ですが、いろんな人と交流する機会をと思い、参加しました。自分で車いすを自由に動かす楽しみを知ってもらえたらいいなと思った。

- ・体育館に入った時少し暑かったので、体温があがらないか心配だったが、休憩の水分補給がしっかりできたので、楽しめた。

- ・初めて車いすダンスに参加した。参加する前は楽しめるかなと不安でしたが、何か楽しそうと感じる事ができたよう

だ。車いすでいろいろな動きをしたり、言葉を聞いて人と触れ合うことで笑顔が出てきました。

- ・時間が長かった。暑さの為に最後の方は疲れていたように思う。
- ・明るい先生方とボランティアの方々とても楽しく過ごせてよかった。

(第一養護学校教職員)

- ・他の人と知り合えた。(牛山先生の心)みんなで心が一つになって踊れた。子どもの笑顔がよかった。
- ・とてもよかった。子どもたちのわずかな動きや個性に見事に沿う牛山先生の動きには感動した。「一緒に動く」ことのすばらしさを感じた。
- ・みんながとても生き生きしてよかった。
- ・初めて出会った人たちと親近感が持てた。心に残るよい活動であった。児童生徒、教員の家族の参加が多く、イベントと一緒に作り上げる事ができ、感動的だった。

(その他の学校関係者)

- ・とても、音楽を知る事が大事なかなと思った。音楽を知って踊れば簡単かも？

(その他)

- ・今回初めてで、はじめは何をすればよいかわからなかったが、慣れると楽しくなった。
- ・この活動がさらに広がるとよいと思った。
- ・子どもを連れてきた。車いすでの体験や交流にいい機会が持てた。

<省察>

1ワークショップ全体の省察

- ① ワークショップにおける初歩的段階の指導において、言葉かけは以下のカテゴリーに分類される。

- a 全体を統轄する手順を伝える指示的言語
- b 感覚を伝える形容詞的言語
- c 動きを誘発するためのアプローチ的言語
- d 激励 賞賛

- e 個人の動きの評価を含む言語

- f 動きの質を高める為の技術に関わる言語

- ② 参加者はワークショップ内容について概ね肯定的に積極的に受け止め、継続の可能性を示唆する意見が多い。

- ② 参加者は指導者を概ね好意的に受け入れ、意見は指導継続の可能性を示唆するものであった。

2指導者からの省察

- ① 障害の段階によって、介助者を伴う活動になるが、それは自立した動きや判断を阻害するものではなく、むしろ両者が一体化して動くことでコンタクトインプロビゼーションが誘発され、新しい動きの創造に繋がった。

- ② カルガモダンスの話し合い時間を10分と想定したが、実際には20分以上時間は必要であった。共創は動きあ

うことと同様に対話する時間が重要であり、時間は余裕をもって想定する必要がある。

- ③ 身体の個性の異なる集団では、個別に対応する言葉掛けの時間を十分に取る。

- ④ 約120分間の時間配分は、休憩20分を削除するとほとんど活動を行っていた。3つの課題を各30分程度のおおよその目安を想定して実施した。概ね良好であったが、教材や内容を詰め込み過ぎない配慮は常に必要である。

VI 結 語

車いすダンス活動を始めて4年間を経過した。定例の活動の場である松山市総合福祉センターの大会議室には毎週木曜日10代から70代までの平均15人が集う。常連もいれば毎回初めて参加する人もいる練習会のため、一回完結の練習と創作を主活動として継続している。

車いすダンス活動は、「初めての人でも穏やかに加わっていける」いわゆる緩い空気感をとても大切にしている。インクルージョンとは、そういった緩い空気感を指すのではないのか。緩い空気感の中で漂っているうちに、お互いの違和感が消えたり、いつの間にか融合していく。そのような世界ではないかと考える。

障害のある人にとって、「障害が自分の個性である」という肯定的な捉え方に至るまでの道のりは決して平坦ではない。友人の語る自己肯定感に至るまでのプロセスは、数多くの苦悩と向き合い、障害を個性として認めるまで、失望希望を繰り返す。受容できるまでの過程は真の感動に満ちている。しかし障害のある人が障害を個性として自己受容していても、社会、とりわけ障害のない人が、障害を個性として受容できなければいかなる「共創する活動」も成立していくことはない。障害のない人が、障害を受容する学びが急務である。今日の共生社会に不可欠なバリアフリー化は、まず障害のない人が、障害のある人の存在する社会をあたりまえと認識するインクルージョンを前提に物事を構築していく心を持つことであると考え。さらにアダプティッドなスポーツの開発や、運動のバリアフリー化は、それまで運動とは遠い環境にいと曲解されつづけてきた障害のある人に、成長欲求、達成感、強い心と身体、生きていく力の推進に寄与する事ができる。

我々は、全て「よりよく生きていく、より幸せになる」権利を有している。その権利を有効に機能させていくためにも障害のある人、ない人が共に活動する経験をつみ、そのプロセスから導いた答えを社会のしくみの中に取り込んでいくことが早急に望まれる。