

青年・成人期の余暇活動のパイロット実施報告書

東久留米市地域自立支援協議会
青年・成人期の余暇活動調査部会

1. 目的

市内在住もしくは勤務する障害のある青年・成人が、日中活動や就労後および休日等に、障害者相互、地域住民や学生等、様々な人々と交流し、活動等を行うことにより、自立した態度の醸成を目指し、地域における障害者のコミュニケーション能力等の社会で生きる力の向上を図る事業として、ひばり学級を位置づける。

2. 現状と課題

現在、生涯学習課において市文化協会委託事業として「ひばり学級」を実施している。自力で来場できる障害者を対象に年9回程度レクリエーションを提供。ボランティアの高齢化に伴い事業の継続性に課題がある。

→青年・成人期の余暇活動調査部会にて視察した、中央区「かえで学級」の取組みを参考に活動の見直しと、その強化を図るため、2025年8月3日(日)にパイロット事業を実施。

3. パイロット事業開催までの準備

全日本知的障がい者スポーツ協会のメンバー(専任講師)を中心に、当日のスケジュールや実施内容に関して、学級生の能力等に関する十分な検討を行った(事前に一度見学)。また、事務的な手続きに関しても、担当課および文化協会とも連携し、運営方法等(費用の扱い)の調整も行った。

4. 実施内容

当日は、9時40分頃に専任講師は会場入りし、事前に必要な準備を行い、10時よりプログラムを開始した。プログラムは大きく「あたまとからだをつかったあそび」「リボンをつかったとくべつなうごき」「ダンス」の3つのパートに分けて行うこととし、それぞれ、別々の専任講師が指導を行った。尚、今回メインで指導しない専任講師2名は、補助・支援にあたった。

<主な狙いは以下である>

- ① 楽しく行う(無理はしない・させない)⇒まだ関係性が作れていないため
- ② 自分の身体の使い方を知る⇒3つのプログラムのすべてに共通
- ③ 新しい発見(できる喜びを共有する)⇒①に通じる
- ④ できないことを知る⇒こちら側も把握する必要がある
- ⑤ 集団の中の自分を知る⇒協調性の醸成・集団の中における自分という意識が大切

以上の5点を念頭に置きながら、各プログラムを実施した。

一方、今後も見据え、ボランティアの方々との協力関係(良い関係性)を構築しながら、一緒に楽しんで頂いた。

5. 今後の展望

①事業自体の振り返りについて

令和8年度以降の取組みについて、パイロット事業で得た結果などを、地域自立支援協議会にて評価・検証し、次年度以降の具体的な取組みを検討する。その際、単にイベントを楽しむという視点ではなく、生涯において、どのような態度を醸成していかせるのかを十分に検討し、「生涯学習」としてのひばり学級を構築していく。

②事務局(市関係課:障害福祉課、生涯学習課)の考える方向性

今回のパイロット事業で、障害を持つ方にとっての、生涯を通じた生きるための学びの視点、青年期の余暇活動(居場所)の視点の両面で、新たな可能性が見られたと考えている。

運営方法や回数、参加者(学級性・ボランティア両方の面で)、プログラム内容など、①の検討結果を受けて、8年度は障害福祉課が所管する包括補助金を活用し、事業を充実させる方向とし、生涯学習課で予算要求することとしたい。

(参考)

プログラム概要

2025(令和7)年8月3日(日) 10:00~11:30 さいわい福祉センター1階多目的ホール
学級生は15名、ボランティアは9名が参加、地域自立支援協議会からも委員や民生児童委員など関係者を含め9名が参加した。

・自己紹介(斎藤先生、新体操 川本講師、ダンス 上野講師、サポート 伊藤講師、中田講師)

①あたまとからだをつかったあそび(斎藤先生)

じゃんけんで先生が出した手を考えて勝つもの(負けるもの)を出すこと、じゃんけんの手の動きと上の動きを合わせてやってみることを、ボランティアの方を含めて、一緒に行つた。

②「リボンをつかったとくべつなうごき

オリンピアンである川本講師による、リボンをつかった動き方の講義。普段とは異なるからだの動かし方を知るプログラム。

色とりどりのリボンを手にした学級生たちが、ボランティアとペアとなって交代しながら、リボンをまっすぐ振る、相手のひとを円で囲むように回す、走りながら波を描くように振るなど、日ごろはあまり経験しづらい動きの練習を行つた。また、最後には片付けとして、リボンをまく動作を学級生にチャレンジしてもらつていた。ボランティアも支援者というより、参加者として取り組み、相手の版が終わると全員で拍手をするように、20数人が交代でプログラムに参加していた。

③ダンス

障害者支援の専門である上野講師が、ここ5年程度のヒット曲に合わせて、振り付けを練習しながら、その場で学級生やボランティアに踊るよう呼び掛けるプログラム。

30分強の間に、比較的テンポの速い4曲程度を、ハイペースで踊るプログラムであったが、バランスをとる、繰り返しで少しずつ変化するなど、の動きであり、ここまでプログラムと同様、学級生ボランティアともに大多数が参加していた。曲の終わりごとに踊ったそれぞれに拍手をしていた。

・最後に斎藤先生より今日のプログラムの狙いについて、学級生・ボランティアへの説明があり、継続と目的を持った取り組みの大切さが語られ、プログラムは終了した。

実施前後の気づいた点、感想等

(NPO法人東久留米市文化協会 ひばり学級担当より)

○総括としては、ひばり学級の参加者が楽しめる内容で良かった。

○タイムスケジュールがもう少し明確にされると良かった。お迎えの方が終了時間をわからなかつたのと、少し内容を見たく最後の方に来たら終了てしまい見られなかつたとのこと。

○11:30頃までプログラムがあつても良かった(疲れを考慮されたのかもしれないが通常は11:30まで行つているので)。

○民生委員さんの見学者数は予め知らせてほしかつた。利用者の中には知らない顔が多いと不安な方もいるため。ただし、今回は結果的に大丈夫ではあった。

○座席の配置、名札の準備、上履きの用意などは予め知らせてほしかった。裸足になった人は、最後ウェットティッシュで拭いたが、人によってアルコール除菌できる・できないがあつたりもするので個別の配慮が発生するので。

○最後、椅子から立たない子に個人的に話しかけたのはやや心配した。対人的な課題がある人のため。ただし、最後先生にお礼を言いに行けたので問題になったわけではない。

(市関係課(生涯学習課・障害福祉課)より)

○全体として、学級生にとって新しい刺激となっているようで、新たな学びの場のきっかけとしての意義はあったと考える。

○専任講師は開始前にも積極的に声かけを行うなど終始積極的に対応していた。見学者が多い(普段と環境が異なる)ことで学級生が不安定になる場面等はなかった。

○参加の度合いは毎回プログラムごとにまちまちであるが、前半のオリンピアンによるリボン指導で、参加を促す工夫を随所に感じられた。リボンを持つことで多くの学級生がうまく扱おうとしていたうえ、ボランティアにも一緒に参加することを促したことで参加する雰囲気を作り出していた、先生方も一人になる学級生が出ないように、前向きな声かけをしていた。

○ボランティアが普段の”保護者”より”仲間”として活動していた。また、講師の皆さんがそう促していることが、全体で活発にリボン演技やダンスに参加する雰囲気作りに一役買っていた。

○講師は学級生の動きが終わった後に、学級生に向けて率先して拍手を行い、周囲にも拍手を促することで、お互いを認め合う空気づくりに取り組んでいた。

○後半のダンスでは、通常の学級でもヒップホップなどで指導力に優れた講師に来ていただいている。明確な違いとしては、可能な限り多くの人に参加してもらおうという声かけや明るい姿勢であった。特に若い学級生に身近な楽曲(yoasobi や Mrs.GREENAPPLE、BTS など)を、普段より難しいが、楽し^くチャレンジできるくらいの振り付けでダンスを促していた。

○休憩時間や終了後、学級生が気に入った講師に集まるまではまあありうるが、ある学級生が記念写真を撮影していたなど、短時間で関係性ができていた。学級への新たな参加なども見込めるのではないかと考える。

○当日は外気が 35 度を超える猛暑であり、またリボンとダンスというトレーニングの強度自体も普段よりもかなり強かったように感じられた。ただ、学級生は普段以上に活発に動き、踊ってはいた。休憩等は水分補給を含め 40 分ごとに 10 分程度とっていた。今後何かのきっかけになったかは次回の学級などで聞いてみるなどしてもよいかと考える。

○充実度の高さの一方、学級生のなかにごく少数ながら活動に加わらない方もいた。

○↑の方について、普段のひばり学級では強く声かけはしない形であるが、パイロット事業ではみんなと一緒に参加してもらいたいことを声かけしていた。

(以上)