



### PT Practice

#### ～ボッチャで語る障がい者スポーツ～

片岡 正教(カタオカ マサタカ)

大阪府立大学大学院 総合リハビリテーション学研究所

障がい者スポーツにおける理学療法士の支援には様々なものがある。例えば、トレーナー活動、クラス分け、情報提供、選手強化などが挙げられる。一般的にスポーツの分野における理学療法士の関わりは、メディカルスタッフとしての技術を選手に提供することがその大きな役割となっている。これは障がい者スポーツの分野においても同じである。障がい者スポーツ特有のものとして、障がいの重さによる競技の不公平さが生じないよう、「クラス分け」というルールが存在する。このクラス分けには医師または理学療法士が関わることで規定されている競技が多い。関節可動域・筋力・筋緊張の評価、競技動作の観察などを行うため、専門的な知識や技術を活かすことができる役割である。一方、当事者に対する「情報提供」は理学療法士の大きな役割の一つであると考えている。理学療法士の根幹には「障がい者の社会参加支援」があり、スポーツは彼らが社会参加するための重要なツールの一つになり得るため、我々の目の前にいる方々に活躍できる場を提供するということは、その人の人生を大きく変える可能性を提供することにもなり得る。

障がい者スポーツの中でも、特に重度の障がい者が参加するパラリンピック競技であるボッチャは、競技のことはもちろん、競技から離れた場面での生活介助やリスク管理など、障がいに関する知識が必要になるという点から、一般社団法人日本ボッチャ協会の強化スタッフには多くの理学療法士が関わっている。我々は、2012年のロンドンパラリンピック以降、医科学的なサポートを行いながら選手強化に取り組んできた。特に、重度脳性麻痺の選手に対する新たな取り組みとして、マット上での基本動作の反復、無負荷で高速度の上肢などの反復運動など、選手が遂行可能な動作を抽出し、スピードや反復回数で負荷をかけ、心拍数の上昇、自律神経機能の賦活を目的としたボッチャトレーニング(ボチトレ)を考案し実践することで、競技パフォーマンスが向上し、リオパラリンピックの成績に大きく貢献したと考えている。脳性麻痺リハビリテーションガイドラインにおいては重度脳性麻痺者に対するトレーニング効果は「不明」とされているが、これらを継続的に実施することで競技パフォーマンスはもとより、日常生活動作能力や心肺機能が向上することが明らかになりつつある。

日常的に電動車椅子を使用し、日常生活の中で多くのことに支援を必要とする重度の障がい者が、アスリートとしてトレーニングに励み、世界で活躍する姿は、我々に「人の可能性」を感じさせてくれる。そして選手自身も自らの「可能性」を見出すことができる。このように、障がい者スポーツには、理学療法士の活躍場面が多く用意されている。ボッチャを通して、これらの魅力を一人でも多くの理学療法士に感じてもらいたい。