

ISSN 1346-194X

国士館大学

武徳紀要

第二十九号

武道德育研究所

中島 秀木

矢崎利加・石井兼輔・岡田龍司・徳安秀正・橋本 昇

障害者に対する柔道療育の研究とその可能性について
—諸外国における柔道療法の事例報告—

中島たけし¹⁾ 矢崎利加²⁾ 石井謙輔²⁾ 岡田龍司³⁾ 徳安秀⁴⁾ 橋本昇⁴⁾
(¹⁾ 国士舘大学 ²⁾ 国際武道大学 ³⁾ 近畿大学 ⁴⁾ 東京有明医療大学)

Research on the potential of Judo therapy for the Disabled

-Report on the methodologies as practiced abroad-

*Takeshi Nakajima **Rika Yazaki **Kensuke Ishii ***Ryji OKADA ****Hidemasa TOKUYASU
****Noboru Hashimoto

(*Kokushikan University **International Budo University ***Tokyo Ariake University)

Keywords : Traditional Culture, Human Development, Exercise therapy, Rehabilitation, Judo therap

I. Introduction

Budō is one of the indigenous cultural arts of Japan which has the characteristic of enhancing the spirit through ascetic repetitive practice of skills. It is not just facing an opponent with technical mastery. It is said that Budō through highly integrated movement of mind and body has a beneficial effect in the psychological and spiritual development of people (character formation). It has become clear that Judo can be used as a form of exercise therapy for mentally or physically disabled people through experiences in Europe and America. (Judo therapy)

II. Purpose

At the 1964 Tokyo Olympics where Jūdō was introduced as a new Olympic sport the Dutchman Mr. Antonius Johannes Geesink won the gold medal in the open category making world headline news. Anton Geesink said "Jūdō is split into two aspects; the competitive Olympic sport and the traditional art" (Kokushikan University Publication January 2001)

After this Jūdō spread throughout the world as a competitive sport as you are all aware. As far as Japan was concerned there was already a deep relationship between Judo and education but the purpose of this research is to determine to what extent Jūdō therapy can be of value in welfare and rehabilitation; and in particular whether Jūdō as a therapeutic method can play a part in the physical and mental rehabilitation of the disabled.

Keywords : ; 伝統文化・人格形成・運動療法・リハビリテーション・柔道セラピスト

I. 緒言 (Introduction)

日本国固有の伝統文化の一つである武道の特性とは、ただ単に相手と相互に体峙する中

で、身体を制禦する技能を用いて競い合うだけでなく、その技能の練磨を通じて、精神性を高める特性がある。またその技能の練磨過程においては、心身統合の動きが作用し、精神的・心理的な態度形成（人格形成）に良い変化をもたらし得るとされている。このように、心身の統合性の高い武道は欧米諸国においては既に、心身に病を持つ障害者に対し、運動療法としての応用が可能であることが明らかにされている。（柔道療法）

II. 目的 (Purpose)

1964年第18回東京オリンピックにおいて柔道競技が初公開され、無差別級においてオランダの Mr, Antonius Johannes Geesink 氏が金メダルを獲得したことは世界のビックニュースとして報道された。その後柔道は、「オリンピックとしての競技的柔道とトラディションとしての伝統的柔道の二つの局面に分離している。」とA・ヘーシンク氏の著書に明記されている。（2000年1月国士舘大学発行）

その後、柔道は広く世界にスポーツ競技として普及発展していることは承知のことであり、わが国においても柔道と教育との関わりはすでに深いものがあるが、柔道が福祉や医療の領域にどこまで関わることをできるかを考察し、日本発祥の柔道が障害者に対し、身体面・精神面のリハビリテーションとして、かつ柔道セラピストとして柔道を応用した場合の方法とその有効性を明らかにし、さらに柔道そのものの価値を認識しながら、障害者への柔道療法の応用とその可能性を探求することを本研究の目的とする。

III. 事例報告

III—1. 知的障害者と精神障害者について

Van, Krevelen, D. A. (1974)は、知的障害者の子どもに対して、フロスティグのムーブメント（運動）療法に柔道を適応した効果について報告した。

Davis, B. and Byrd, R. J. (1975)らは、教育可能な知的発達障害者を対象に柔道の効果について体力や心身の調整などを、それぞれ明らかにした。

Gleser, J. M., Margulies, J. Y., Nyska, M, Porat, S. and Mendelberg, H. (1992)らは、盲目で精神的に知恵遅れの子どもたちを対象に、彼らの条件に合わせて修正した柔道の指導を実施し、身体的・心理社会的な利点を確かめようと試行的研究を試み、体力の改善が示された。

精神障害者への柔道については、Bonfranchi, R (1980)が、問題行為を持つ学生のための治療として柔道を試みている。

Prieur, J. C (1983)は、柔道により精神疾患の統合作用を施すために精神医学の面から、Gleser, J; Lison, S (1986)らは、情緒的ノイローゼの青年のための治療として柔道による療法の効果について、Therme, P; Raufast, A (1987)らは、精神病の子ども達を対象に柔道練習を試み療法の効果について、Gleser, J. and Brown, P. (1988)らは、精神病的症状である葛藤・軋轢を解くための方略に柔道における原理（「柔の理」）を応用した指導を試み、

柔道の効用の成果を報告している。

また、May, T. W., Baumann, C., Worms, L., Koring, W., Aring, R. (2001) は、重複障害およびてんかん症状を持った青年を対象に、身体の調整と姿勢の動揺について柔道トレーニングの影響の研究を試み、柔道実施グループ「が身体的な調整および身体動揺で改善を示したことを報告した。その改善は調整とバランスにおいて期待され、分析の結果、対照群とは対照的に柔道グループが身体的な調整および身体動揺で改善を示したが、心理的な運動機能および反応時間において柔道トレーニングには有意な効果が観察されなかったことを挙げている。

Baumann, C. (1998) は、てんかん症状を持つ障害者の柔道活動への参加について、スポーツ研究者の支援で、規則的な柔道トレーニングの可能な影響を測定した。対照群を設けて縦断的な研究を実施し、多数のハンディキャップ（精神障害、てんかん）に苦しむ参加者の身体調整を調査し、柔道の実施群の調練効果の改良が対照群より著しく大きく、柔道トレーニングは、療法的に活性化し長期的に身体調整を豊かにできることを認めた。

さらに、Baumann, C., Worms, L., Koring, W., May, T., Aring, R. (1998) は、重複障害の青年たちの柔道トレーニングは身体調整（コーディネーション）を改善することを明らかにし、柔道が身体調整に効果的であることを認めている。

イタリアの Visalli, S.; Sozzi, G.; Vizzardì, M. (1995) は、知的障害のある対象者に適応されたスポーツ活動としての柔道は大きな効果を実施したことを報告し、様々なタイプの精神障害のある人々が7年間の柔道教室の経験から効果を明らかにされ、成功したことを強調している。

フランスの Prieur, J. C. (1983) は、スポーツと障害者についての研究で、スポーツ協会のボランティア活動で精神障害者の柔道による統合の実験を試みた。また、Cardinal, Y. (1978) は、障害を持つ子供たちに柔道による遊び方と柔道の技能指導について報告している。Van Hal A. J. (1969) は、知的障害を有した人々への有意義な柔道についての方法を示した。

このように、知的障害や精神障害への柔道指導がかなり効果的な面を表していることが明らかにされている。

Ⅲ—2. 視覚障害者について

視覚障害者に対する柔道の試みでは、Lignac, B.; Weil, M. (1987) らが、完全盲目者と半盲目者のための柔道について運動学的に研究した。

Loetje, R. (1981) は、柔道コーチが視覚障害を持つ18人の子供たちのグループに柔道を教えた経験について報告した。視覚障害の子供たちへの柔道指導で、考案した特別の練習や設備について用意し、スポーツを単に教えることだけではなく、子供たちの自信を構築し、荒れた気持ちを低下させる手段として指導した。その結果、顕著な傾向として障害のなかった子供たちとうまくコミュニケーションが図れ統合ができたことを挙げている。

視覚障害者の柔道においては、試合・競技の次元で競技化が著しく発展し、健常者とともに殆ど同様なルールで実施が可能であり、国際大会やオリンピックと同様な世界的大会であるパラリンピックにまで発展している。従って、彼らの競技力向上のためのコーチング方法や試合のルールと運営等については柔道の競技団体の支援を得ている現状である。

Ⅲ—3. 身体障害者（四肢障害）について

ベルギー国において、身体障害者（四肢障害）と柔道の研究では、脳性小児麻痺の子ども達を対象に身体活動として柔道を試みた報告があり、脳性小児麻痺を持った人々が肉体的活動に参加することができる範囲、およびその活動に参加した結果の利点や効用への注目がなされている。その活動のタイプはハンディキャップの厳しさに依存し、彼らにとっての活動の練習は体育性を含んでいることを明らかにした。他の運動と同じように柔道によってバランスが改善される利点や、移動運動や調整、社会統合、自己イメージおよび空間構成に効果の可能性を有し、体力の改善と療法的性を認めている。

Pelletier, C. (1975) は、障害を持った幼児に対して柔道を試み、Bonfranchi, R. (1980) は、先天性四肢奇形を持った青年のための柔道について報告している。さらに、彼は行動障害のある学生のためのセラピーとして柔道を用いたことを報告している。Lev, J. (1986) は、障害者への柔道と護身術についての研究報告がある。Koo, de, A. : Haan, Alkema, de, W. らと、および Burel, H. : Bui Xuan, G. (1989)、Gaertner, AV. (1990)、Weil, M. (1991) らは、同様に身体的障害を持つ人々への柔道指導について実践的教育方法、統合志向性、社会性の面から検討している。

スペインの Gareia Garcia, Jose Manuel (2003) らは、車椅子の脊髄損傷者の機能回復を目的としたリハビリテーションに、柔道を採用し、特に寝技の練習を取り上げ、その指導内容と方法並びにその効果を紹介した。欧米での柔道による療法への取り組みの積極的な一端が伺われた。

Ⅲ—4. 我が国における障害者に対する柔道療法の事例報告。

重度身体障害者更生施設である大阪の「わらしべ園」での取り組みについては、脳性麻痺の障害児を対象に療育として、障害児及び障害者各自の持ち味を十分に引き出しながら自らの内発性で自己改造を進めてゆくハンガリーのペトウー法を基盤に据えた日常生活全般を通じた集団指導療育を行っている。その療法方法として、柔道を取り上げ実践している数少ない事例である。その例は痙直性四肢麻痺の少年が歩行がままならなかったが、やがて受け身を会得し、乱取を行うようになったことや、右肩麻痺の医学生、言語障害の小学校5年生、右肩麻痺の小学校1年生らが柔道を試みて、技を競い合うようになった事例報告であり、わが国では先導的なケースであると言える。

Ⅲ—5. 障がい者教育と柔道の実例報告。

—特別支援学校での体育授業の単元としての柔道—

1. 単元名「柔道」

2. 単元の目標

- (1) 相手を尊重して礼儀を重んじる気持ちを持つ。
- (2) 健康・安全に留意して積極的に身体を動かす。
- (3) 柔道を通して基礎体力の向上を図る。
- (4) 受け身や基本的な投げ技・固め技を身につける。

3. 単元の評価規準

観 点	関心・意欲・態度	技能・表現	知識・理解
単元の評価規準	安全に注意して練習に取り組もうとしている。	受け身や投げ技・固め技の技能を身につける。	柔道の礼儀作法や基本動作を理解している。

4. 単元設定の理由

- 1) 柔道は「礼に始まり、礼に終わる」といわれるように、相手を敬い尊重する礼儀作法を身につけることができる日本固有の伝統的な運動文化である。
- 2) 自分の身を守る術「受け身」は、危険を回避する手段として日常生活の安全に役立つ技能である。
- 3) 相手と直接組んで、投げる・抑える等の対人的技能は、相手を尊重する態度や規則を守り協力するなどの公正な社会的態度を身に付けることができる。
- 4) 柔道を通して身体の調和的な発達や基礎体力の向上を図ることができる。

以上のように、高等部3年間継続して学習することにより、他者への思いやりの気持ちを養うことができる。また、生徒が社会人となり様々な場面において、この経験がいかされることが期待できる。

5) 本授業の対象となる生徒

自閉症や広汎性発達障害、ダウン症等の障害を持った生徒でその特性から、全体指示による一斉指導は成り立ちにくく、個別に指示を与え行動を促す支援が必要である。

ある程度の集団行動は落ち着いて行うことができるが、数名の生徒は、集団への参加が難しく、個別に対応することが必要である。

身体を動かすことは好きであるが、運動技能に対して自信を持ってない生徒が多く、個々の実態に応じた課題設定や自信をもって取り組むための言葉かけ、支援が必要である。

6. 年間指導計画における位置付け

教科のねらいとして3年生は、「生涯にわたってスポーツに親しむことのできる態度と、

健康および性に関する知識・心構えを身につけるように指導する。また、日常の生活に必要な体力および運動能力の向上と健康の保持増進を図る。

年間の目標は、1学年「基礎体力の向上を図る」

2学年「集団を意識して行動をするとともに、技能の向上を図る」

3学年「将来に向けて経験を拡大する」

第3年間のねらいとして、次のように考えている。

○各種の運動の実践を通して、運動をすることの楽しさを味わい、自発的に取り組む意欲を身につけ、生涯体育へ結びつける。

○身体操作性・柔軟性を高める。

○運動時の安全についての基本的習慣を身につける。

7. 単元の指導計画（18時間扱い）

1	柔道着の着方・たたみ方・帯の締め方・礼法・補強運動・後ろ受け身・横受け身
2～4	礼法・補強運動・後ろ受け身・横受け身・大外刈り
5～7	礼法・補強運動・後ろ受け身・横受け身・体落とし
8～10	礼法・補強運動・後ろ受け身・横受け身・前受け身・固め技・（袈裟固め・横四方固め）
11～14	礼法・補強運動・後ろ受け身・横受け身・前受け身・立ち技から固め技への連絡変化技
15～17	礼法・補強運動・後ろ受け身・横受け身・前受け身・立ち技・固め技・約束稽古
18	柔道演武会（受け身演技・試合稽古）

8. 学習（全18時間中16時間目）

（1）学習の目標

* 体落とし・大外刈りを自分で選択して相手に技をかける。

* 技をかけたときに引き手を離さず投げる。（相手に対する安全確保）

（2）学習の個人目標

用途の実態・個人目標・指導の手だて

（3）教材および準備するもの

* 柔道衣一式（上着・ズボン・帯）・視覚教材（足マークなど）、爪切り

（4）学習の展開

* 学習内容（着替え・集合・挨拶・点呼・諸注意・学習の説明・準備体操・受け身（後ろ受け身・横受け身・前受け身）7分・補強運動5分・固め技・体落とし・大外刈り（約束稽古）・自然本体右組み20分・整理運動・体調把握・学習の評価・次回の説明・黙想・挨拶・着替え。

9. 学習の評価

1) 生徒の参加態度

* 体落とし・大外刈りを自分で選択し相手に技をかけることができたか？

* 技をかけたときに引き手を（左手）離さず投げることができたか？

2) 指導者の手だてなど

* 各生徒の目標、手だてのポイントは適切であったか？

* 安全に留意して授業を行ったか？

* 着替えの支援に取り組めたか？

まとめ

今回の報告は、諸外国における障害者に対する柔道指導に関する事例報告により、柔道療法（療育）としての効果とその価値の研究が多くみられ、柔道の特性とその価値が拡大性を追求されていることが推察された。改めて柔道に多方面な効果の価値が存在することが伺われた。

図—1「柔道の特性とその価値」で示した如く、試合の（勝負）や体育、レクリエーションなどの分野で対置した領域として位置付けられることが云えよう。

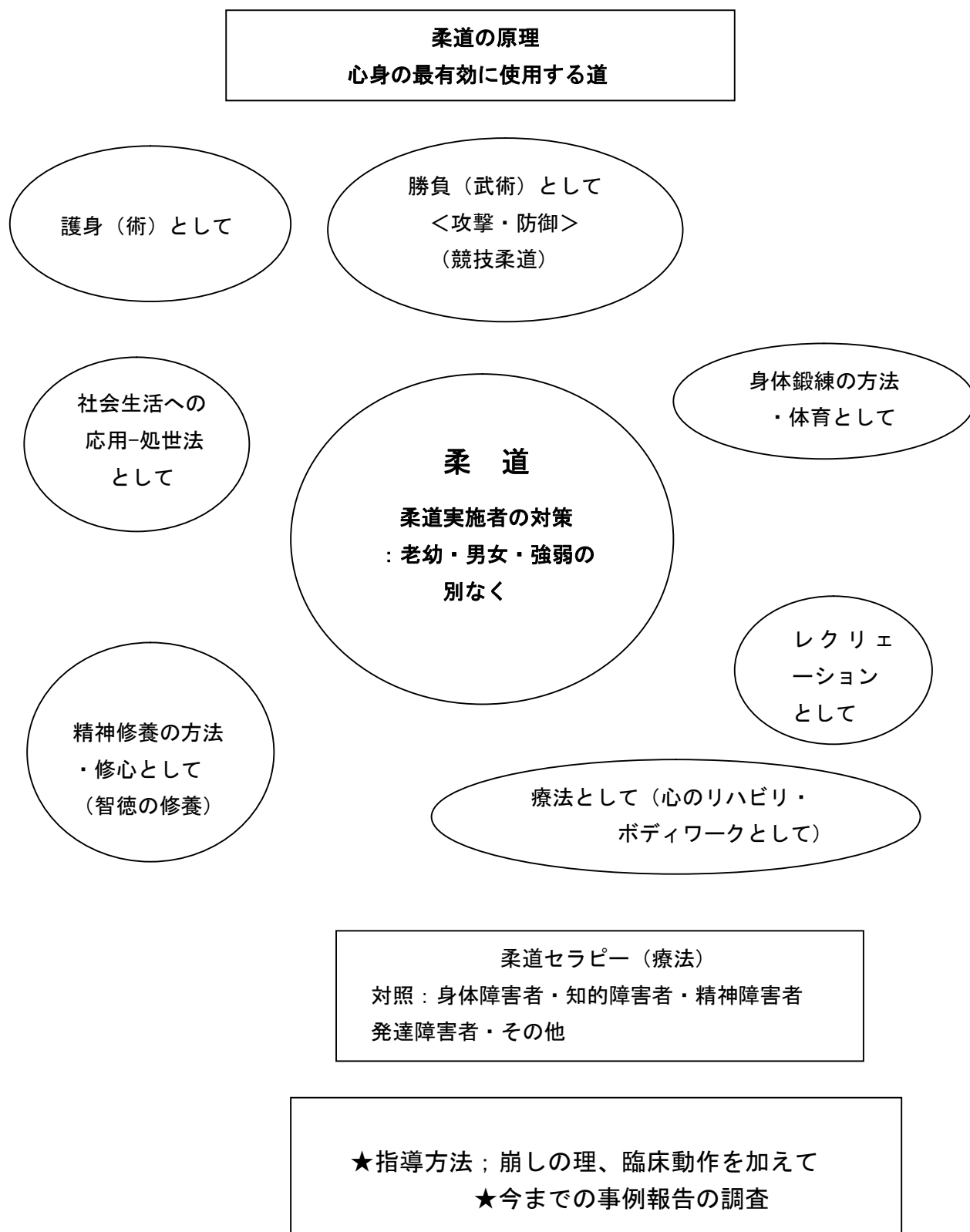
さらに、柔道の療法的効果の動向で明らかにされた主な点は、心の調整や体力の調整に効果的であり、心理的葛藤においても解決するための可能性を有し、姿勢の調整、態度の形成、運動能力の向上にも大きな効果を発揮していることが認められる。

実際の柔道の練習では、相手と組み合、約束的な動きの状況を構成して、相手の状態に合わせて互いに心身の力を発揮して実施し、体性感覚の活動や反射機能を促進し、力的感覚を誘導することで心地よさが体感される。その結果が心理的にも好影響を期待できると云えます。（ケース by ケース）

最後に、障害者が抱えている諸問題はそれぞれの国、それぞれが異なるためにデーターの集積に困難を有するので、21 世には情報の共有化を世界規模で発展することを期待し、するものである。そして「障害のある人たちに、障害のない人たちと同じ生活条件をつくり出すことである。障害のある人を障害のない人と同じノーマルにすることではなく、人々が普通に生活している条件が障害者に対しノーマルであるようにすること。自分が障害になったときにして欲しいことをすること。」（N.E.Bank-Mikkelsen,1950）

本研究の一部は、「2012Pre-Olympic Congress on Sport」Liverpool, United Kingdom, July 24-25,にて発表した。

【参考文献】



図—1 【柔道の特性とその価値の概念について】