

<事例報告>

[知的障がい者・精神障がい者スポーツ研究班]

コロナウイルス感染症下における 知的障害者スポーツ活動への支援

宮崎 伸一
山口 聖子

1. はじめに

日本FIDバスケットボール連盟（英語名 Japan Basketball Federation for Players with an Intellectual Disability）は、日本国内の知的障害者バスケットボール団体を統轄する組織である。例年であればナショナルチームの強化合宿、全日本選手権、海外遠征が行われ、また、傘下にある都道府県単位の団体は、所属する地域ブロック（全国で6ブロック）ごとに合同合宿や交流試合が行われていたはずであった。

しかし、周知の通り、2019年11月に中国湖北省武漢市周辺で発生した新型コロナウイルス（SARS-CoV-2）による感染症（COVID-19）が世界的な規模で感染拡大するという状況が生じた。2020年3月11日には世界保健機関（WHO）がパンデミックと認め、国内でも3月13日に新型コロナウイルス対策の特別措置法が成立した。これより早く、政府は3月2日から春休みに入るまでの全国の小中学校、高校の臨時休校を要請した。休校要請には特別支援学校も含まれ、特別支援学校での部活動や、ここを拠点とする知的障害者スポーツクラブチームは活動を休止せざるを得なかった。

4月7日には東京、神奈川、埼玉、千葉、大阪、兵庫、福岡の7都府県に緊急事態宣言が出され、これらの地域のクラブチームも中止された。4月16日には緊急事態宣言の対象が全国に拡大され、5月25日に全国的に解除されるまでの間、知的障害者スポーツは組織としての活動が全くできなかった。その後も、10月に予定された全国障害者スポーツ大会（鹿児島）が2023

年に延期されたのをはじめとして、2020年は国内外を問わずほとんどの競技会が中止となった。

このような社会的制約の多い中で、知的障害者スポーツがどのように実践されてきたのか、あるいは選手の心理状態はどのようであったかを記録することは、新しい生活様式への対応が必要となった今後の知的障害者スポーツ活動を考える上で重要な指標になると思われる。筆者らは知的障害者スポーツの競技チームでチームドクターとして活動しているが、本論文では、筆者らが関わっている競技団体のひとつである知的障害者バスケットボールを対象を絞り、日本FIDバスケットボール連盟（以下「連盟」）および全国各ブロックの2020年4月から12月までの活動を、同連盟ナショナルチーム代表選手の状況および連盟が行ってきた代表選手への支援活動を中心に報告する。

2. 調査方法および結果

2-1. 連盟および各ブロックの活動状況

連盟および各ブロックの活動状況をメールにて聴取し、その結果を表1に示した。なお、関東および関西ブロックは本論文作成時までには報告がなかったため掲載していない。これによれば、各団体とも当初の予定を大きく変更せざるを得なかったことがわかる。

表1 新型コロナウイルス感染症流行下における知的障害者バスケットボール関係の活動

行事期日	大会名等	開催地（会場）	転機
日本FIDバスケットボール連盟			
5月, 7月, 12月	FID日本A代表・B代表合宿	東京, 愛知, 神奈川	変更（下欄参照）
8月	2020FID ジャパン・チャンピオンシップ バスケットボール大会	愛知県	中止
令和3年2月	IVOR BURGE CHAMPIONSHIPS	オーストラリア	不参加
令和3年2月	韓国遠征	韓国	中止
未定	クリニック（普及活動）	東京, 福岡	中止
10月17日	男女日本B代表チーム第1次合宿 （東日本地区）	東京都板橋区	年度初めの予定を変更
11月7日～11月8日	男女日本B代表チーム第1次合宿 （西日本地区）	福岡県春日市	年度初めの予定を変更
12月28日～12月30日	男女日本A代表チーム第1次強化合宿	神奈川県川崎市	年度初めの予定を変更
12月28日～12月30日	男女日本B代表チーム第2次合宿 （東日本地区）	神奈川県川崎市	年度初めの予定を変更
令和3年1月～2月	男女日本A代表チーム第2次強化合宿	（未定）	年度初めの予定を変更
令和3年1月～3月	男女日本B代表チーム第2次合宿 （西日本地区）	福岡県春日市	年度初めの予定を変更
北海道・東北ブロック			
6月27日～6月28日	第20回全国障害者スポーツ大会北海道・ 東北ブロック予選	宮城県 （名取市民体育館）	中止

11月14日～11月15日	東北・北海道ブロックFIDバスケットボール交歓大会～ひまわりカップ2020～	福島県 (あづま総合体育館)	中止. ただし「ひまわりミニカップ」として会場のある福島県のクラブチームでのみ交歓大会を実施.
北信越・東海ブロック			
4月26日	第18回岐阜県障害者スポーツ大会春大会バスケットボール競技	岐阜県	中止
5月4日～5月5日	第20回全国障害者スポーツ大会北信越・東海ブロック地区予選会	新潟県新潟市 (秋葉区総合体育館)	中止
7月4日～7月5日	愛知FIDバスケットボール大会	愛知県	中止
9月8日	第15回新潟県特別支援学校スポーツ大会バスケットボール競技	新潟県新潟市 (鳥屋野総合体育館)	中止
9月19日～9月20日	東日本FIDバスケットボール大会	長野県	中止
9月19日～9月20日	FUKUI CUP 2020	福井県	中止
10月31日～11月1日	第1回新潟県バスケットボールフェスティバル (FIDバスケットボールの部, 車椅子バスケットボールの部)	新潟県 (長岡市内の体育館)	中止 (令和3年度に開催予定)
11月15日	愛知FIDバスケットボール大会	愛知県	中止
11月22日	第20回FIDバスケットボール連盟会長杯交流試合	長野県下諏訪町 (下諏訪体育館)	実施
12月5日	第21回新潟県障害者スポーツ大会 (バスケットボールの部)	新潟県新潟市 (ふれ愛プラザ体育館)	実施
12月	愛ピックバスケットボール大会 (特別支援学校の大会)	愛知県	中止
平成33年2月21日	福井県特別支援学校交流スポーツ大会	福井県	中止
令和3年 3月6日～3月7日	愛知FIDバスケットボール大会	愛知県	中止
中国・四国ブロック			
5月23日～5月24日	第20回全国障害者スポーツ大会中国・四国ブロック予選会	岡山県岡山市	中止
7月6日～7月7日	第23回愛知FIDバスケットボール交歓大会	愛知県安城市	中止
7月～8月	FID 鳥根県選抜, 鳥根県特別支援学校との練習試合	鳥根県出雲市	中止
8月	鳥取県FIDバスケットボール連盟親睦会	北条オートキャンプ場	中止
9月8日	第5回西日本女子FID交流大会	山口県下関市	中止
10月24日～10月26日	第20回全国障害者スポーツ大会	鹿児島県鹿児島市	中止
10月頃	第6回中国・四国ブロックFIDバスケットボール交流大会	香川県三豊市総合運動公園	中止
10月25日・12月13日	第16回琴浦町バスケットボール大会	鳥取県琴浦町	琴浦町地区団体のみ参加可のため, 参加できず.
12月～令和3年1月	FID 鳥根県選抜, 鳥根県特別支援学校との練習試合	鳥根県出雲市	中止
令和3年 2月28日～3月1日	第24回愛知FIDバスケットボール交歓大会 (女子)	愛知県安城市	中止
3月22日	第8回岩国FIDバスケットボール交流大会	山口県岩国市	中止
未定	強化合宿	鳥取県内	中止
九州ブロック			
5月16日～5月17日	第20回全国障害者スポーツ大会九州ブロック地区予選会	鹿児島県始良市 (始良市総合運動公園体育館)	中止
12月5日～12月6日	第2回九州FIDバスケットボール選手権大会	沖縄県尻郡与那原町 (与那原町観光交流施設)	令和3年度へ延期
令和3年 2月20日～2月21日	第4回九州ブロック合宿	長崎県 (諫中央体育館 (内村体育館))	令和3年度へ延期

連盟の活動では、最初の合宿ができたのは北海道・東北ブロックおよび関東ブロックに属するB代表選手による合宿であった。以下、この合宿の概要について記載する。この合宿の実施にあたっては、「スポーツイベントの開催に向けた感染防止ガイドライン ver.2」¹⁾、「JBA バスケットボール活動再開ガイドライン（手引き）第2版」²⁾を参照して作成した本連盟のガイドラインである「FID日本代表合宿再開ガイドライン」³⁾を遵守し、前に提出させた参加同意書、健康チェック表をチェックした。実施概要を表2に示す。また、本合宿のB代表コーチによる評価および今後の活動への提案は以下の通りである。

- 評価：自分の体のコントロール（ボディバランス）を上手くできない選手が多い。バスケットボールにおける状況判断、感覚でプレイしているので相手を見て良い状況判断をすること。普段の練習からの意識付けが重要となる。人数の関係で5on5ができなかったので、ゲーム中での状況判断が見られなかった。
- 今後の課題：現在の特殊な環境の中での実施となったが、このような合宿時のみではなく、普段チームへ戻ってからの練習が重要であり、コーチ陣で情報共有しながら、HPなどで情報発信し、今後の状況を見ながら選手を集めた合宿なのか、分散型での実施なのか、選手を見る回数を増やしていければと思う。

なお、本合宿の参加者の合宿中の怪我、および本合宿が起因と思われるCOVID-19の発症はなかった。

表2 男女日本B代表チーム第1次合宿（東日本地区）実施内容

実施日	2020年10月17日	
場所	板橋区立小豆沢体育館	
対象選手	男女日本B代表のうち、東日本のブロックに属する選手	
参加選手	男子7名、女子2名（すべて関東ブロック）	
参加スタッフ	男子コーチ4名、女子コーチ2名、チームドクター1名、トレーナー1名、支援スタッフ4名	
当日タイムスケジュール	10:00 スタッフ集合	練習内容 ①ウォーミングアップ
	11:30 選手集合・受付	②ドリブルドリル
	12:30 チームミーティング	③パスドリル
	13:00 練習開始	④ドリブルシュート、レイアップシュート
	16:00 練習終了	⑤シューティングドリル（ペリメーターシュート、状況判断）
	17:00 完全撤退	⑥ディフェンスフットワーク
		⑦2メン
		⑧ハーフコート2on2
		⑨クールダウン、ストレッチ

2-2. 連盟ナショナルチーム代表選手の活動状況および連盟の支援

2020年度初めにA代表に指定された27名（男子14名，女子13名，平均年齢22歳，標準偏差4.6歳，年齢分布18歳～39歳）は全員軽度知的障害を持つ社会人であり，地元のクラブチームを活動の拠点としていた。これらの選手の活動状況について，まず緊急事態宣言解除後の7月に各代表選手の担当コーチより聴取した。聴取内容はチーム練習および個人トレーニングの有無と頻度，大きな生活の中の変化や病気・怪我があったかどうか，活動意欲の程度などである。聴取方法はオンラインビデオ電話，メールまたはLINEを用いた。その後，9月，11月の活動状況を同様に調査した。なお，9月，11月の選手の心理状態を，江田香織らによる質問紙^{注1)}を著者が一部改変し（表3参照），Google Formを使って筆者らが各選手にアンケート形式にて調査した。この「心理状態質問紙」は10項目より成り，被検者は「まったくない」「たまにある」「ときどきある」「よくある」から今の自分に該当するものを選択し，検査者は項目ごとに「まったくない」1点，「たまにある」2点，「ときどきある」3点，「よくある」4点の1点～4点の評点をつける。評価は合計点数（10～40点）で行い，合計点数が高いものほど心理状態が悪いと評価した。これら選手の活動状況および心理状態評点を表4に示した。

これによれば，今年度何らかの理由で代表を辞退した選手は5名であった。この5名を除き，各時期にチーム練習（月1回以上）が行えた選手数とその割合は，7月6名（27.3%），9月12名（54.5%），11月19名（86.3%）と徐々に増えていった。心理状態に関しては，引退を表明した5名，および回答のなかった2名を除いた20名について評価した。これら20名の9月および11月の平均値，標準偏差はそれぞれ（21.1，7.1），（20.7，6.6）であった。9月と11月の平均値の差をt検定したところ，有意差を認めなかった（ $t(19)=0.12, p=0.90$ ）。また，9名が2回の調査でともに評点が20点以上であった。

表3 心理状態調査質問項目

- | |
|--------------------------------|
| 1. なかなか眠れないことがある。 |
| 2. むしゃくしゃしたり，イライラしたり，かっとしたりする。 |
| 3. ついついスマホをやりすぎてしまう。 |
| 4. ご飯やお菓子をいつもより食べ過ぎ，とまらない。 |
| 5. 自分が悪い，と責めてしまうことがある。 |
| 6. さみしい気分になる。 |
| 7. 頭やお腹が痛かったり，からだの調子が悪かったりする。 |
| 8. ご飯がおいしくないし，食べたくない。 |
| 9. 何もやる気がしない。 |
| 10. この先，どうなるか心配だ。 |

表4 新型コロナウイルス感染症流行下での日本FIDバスケットボール連盟ナショナルチーム選抜選手の状況

選手ID	選手プロフィール 所属/ブロック	性別	年齢	練習状況			心理状態再点		
				7月の状況	9月の状況	11月の状況	9月	11月	
M1	関東	男子	29	練習再開未定 体重増加傾向 意欲あり	チーム練習なし 週7回自主トレトレーニング 週7回自主トレトレーニング 週3回自主トレトレーニング 体重減少し適正体重に近づく	週1回チーム練習 週3回自主トレトレーニング 週6回自主トレトレーニング 週4回自主トレトレーニング	週1回チーム練習 週3回自主トレトレーニング 週6回自主トレトレーニング 週4回自主トレトレーニング	11	12
M2	関東	男子	20	練習の目途立たず 意欲あり	チーム練習なし 意欲あり	週1回チーム練習 週6回自主トレトレーニング	週1回チーム練習 週6回自主トレトレーニング	19	16
M3	関東	男子	21	チーム練習の目途立たず 意欲あり	代表辞退申し入れあり	週1回チーム練習 週6回自主トレトレーニング	週1回チーム練習 週6回自主トレトレーニング	11	12
M4	関東	男子	20	代表辞退申し入れあり	チーム練習再開 意欲あり	週2回チーム練習 週4回自主トレトレーニング	週2回チーム練習 週4回自主トレトレーニング	回答なし	回答なし
M5	関東	男子	39	チーム練習再開 意欲あり	代表辞退申し入れあり	週2回チーム練習 週4回自主トレトレーニング	週2回チーム練習 週4回自主トレトレーニング	14	13
M6	東海北信越	男子	25	怪我のため週2回ハビリ・トレーニング実施 回復は順調	回復は順調	週1回チーム練習 自主トレトレーニングなし	週1回チーム練習 自主トレトレーニングなし	34	28
M7	関東	男子	27	練習再開の目途立たず 地区センターで自主練習 意欲あり	練習再開の目途立たず 地区センターで自主練習 意欲あり	週1回チーム練習 週5回自主トレトレーニング	週1回チーム練習 週5回自主トレトレーニング	17	18
M8	東海	男子	19	6/21~チーム練習再開 体重増加傾向	体重増加傾向	体重は増加したまま	体重は増加したまま	21	21
M9	東海	男子	20	6/21~チーム練習再開 自粛期間中自主トレトレーニング実施	自粛期間中自主トレトレーニング実施	週2回チーム練習 週4回自主トレトレーニング	週2回チーム練習 週4回自主トレトレーニング	14	16
M10	九州	男子	19	6月から練習再開(個人スキル中心) 7月からチーム練習再開予定	6月から練習再開(個人スキル中心) 7月からチーム練習再開予定	週2回チーム練習 週1回部活	週2回チーム練習 週1回部活	14	16
M11	関東	男子	18	代表辞退申し入れあり	代表辞退申し入れあり	辞退	辞退	19	18
M12	関東	男子	18	練習再開の目途立たず 4月に就職し、会社側の支援あるも仕事に慣れるまで余裕がない	練習再開の目途立たず 4月に就職し、会社側の支援あるも仕事に慣れるまで余裕がない	チーム練習なし 週7回自主トレトレーニング	チーム練習なし 週7回自主トレトレーニング	16	16
M13	関東	男子	20	練習再開は未定 個人でのトレーニングのみ	練習再開は未定 個人でのトレーニングのみ	チーム練習なし 週5回自主トレトレーニング	チーム練習なし 週5回自主トレトレーニング	27	25
M14	九州	男子	21	6月から練習再開(個人スキル中心) 7月からチーム練習再開予定	6月から練習再開(個人スキル中心) 7月からチーム練習再開予定	週2回チーム練習 週4回自主トレトレーニング	週2回チーム練習 週4回自主トレトレーニング	29	25
F1	関東	女子	19	4月に就職 練習再開は未定 仕事が終わって一杯でトレーニングができない 意欲はある	4月に就職 練習再開は未定 仕事が終わって一杯でトレーニングができない 意欲はある	週1回チーム練習 週5回自主トレトレーニング	週2回チーム練習 自主トレトレーニングなし	20	28
F2	関東	女子	23	練習再開は未定 個人でのトレーニングのみ 意欲あり	練習再開は未定 個人でのトレーニングのみ 意欲あり	チーム練習なし 週6回自主トレトレーニング	チーム練習なし 週6回自主トレトレーニング	14	17
F3	関東	女子	21	練習再開は未定 個人でのトレーニングと週1で高校のOBチームの練習参加 意欲あり	練習再開は未定 個人でのトレーニングと週1で高校のOBチームの練習参加 意欲あり	週2回チーム練習 週4回自主トレトレーニング	週2回チーム練習 週4回自主トレトレーニング	32	31
F4	関東	女子	21	練習再開は未定 個人でのトレーニングのみ 意欲あり	練習再開は未定 個人でのトレーニングのみ 意欲あり	週1回チーム練習 週5回自主トレトレーニング	週1回チーム練習 週5回自主トレトレーニング	21	17
F5	関東	女子	21	選抜チームのみ6月から練習再開(個人スキル) 練習不足による自信喪失	選抜チームのみ6月から練習再開(個人スキル) 練習不足による自信喪失	月1回チーム練習 自主トレトレーニングなし	月1回チーム練習 自主トレトレーニングなし	23	29
F6	関東	女子	26	練習再開は未定 個人でのトレーニングのみ 意欲あり	練習再開は未定 個人でのトレーニングのみ 意欲あり	チーム練習なし 週6回自主トレトレーニング	チーム練習なし 週6回自主トレトレーニング	20	20
F7	関東	女子	20	練習再開は未定 個人でのトレーニングのみ 意欲あり	練習再開は未定 個人でのトレーニングのみ 意欲あり	週1回チーム練習 週3回自主トレトレーニング	週2回チーム練習 週3回自主トレトレーニング	27	21
F8	東海北信越	女子	20	3月より新習に転職 個人でのトレーニングと週1の自由練習日に参加 意欲あり	3月より新習に転職 個人でのトレーニングと週1の自由練習日に参加 意欲あり	週1回チーム練習 週5回自主トレトレーニング	週2回チーム練習 週5回自主トレトレーニング	21	17
F9	関東	女子	20	練習再開は未定 個人でのトレーニングのみ 意欲あり	練習再開は未定 個人でのトレーニングのみ 意欲あり	月1回チーム練習 週6回自主トレトレーニング	月1回チーム練習 週6回自主トレトレーニング	21	17
F10	関東	女子	19	練習再開は未定 意欲あり	練習再開は未定 意欲あり	チーム練習なし 週7回自主トレトレーニング	チーム練習なし 週7回自主トレトレーニング	回答なし	回答なし
F11	関東	女子	20	練習再開は未定 個人でのトレーニングのみ 自信喪失気味で代表への不安あり	練習再開は未定 個人でのトレーニングのみ 自信喪失気味で代表への不安あり	辞退	辞退	回答なし	回答なし
F12	東海北信越	女子	21	辞退	辞退	辞退	辞退	回答なし	回答なし
F13	中国四国	女子	30	6月より月1回の練習再開 練習参加と個人でのトレーニング 意欲あり	6月より月1回の練習再開 練習参加と個人でのトレーニング 意欲あり	祖母の介護などで多忙 チーム練習、自主トレにもできていない	祖母の介護などで多忙 チーム練習、自主トレにもできていない	32	36

3. 考 察

COVID-19下、長く活動ができなかった知的障害者バスケットボールの選手たちは、7月から徐々に活動を再開し、地元チームでの練習も増えていった。このような中で10月17日に感染への細心の注意を払って行われた東日本B代表チームの合宿では、実練習が4時間と非常に短いものであったが、選手には再び仲間とバスケットボールができること、スタッフには選手に直接指導できることの喜びが感じられたように思われた。この経験を生かしてその後の11月の西日本B代表合宿、12月のA代表合宿も無事に行うことができた。しかし、感染状況は改善方向のみに向かうとは限らないので、今後全国から選手を招集する集合型の合宿の開催が難しい状況になれば、スタッフが全国の各ブロックに出張する「行脚型」の合宿も検討されている。

12月に入っても活動が再開できないクラブチームがある。そのようなチームに属する選手の一人（選手ID:F10、表4参照）は、合宿時の筆者との面接の際に「これまでずっとバスケットボールをやってきたが、全くチーム練習ができないのははじめて。自分がどうなっていくのか心配だ」と強い不安を述べ、「バスケットボールをやっている自分」というアイデンティティが壊れる危機感を感じていることが推察された。同じくチーム練習のない選手F6は心理状態評点も悪い（9月23点、11月29点）。選手F4およびF13は怪我や家庭の事情でチーム練習への参加が困難になっており、やはり心理状態評点が悪い（それぞれ9月32点、11月31点、9月32点、11月36点）。実際チーム練習が再開されなかったために代表辞退をした選手もいる（F11）ので、選手F10や心理状態評点の悪い選手の代表辞退が懸念される。地元コーチと連盟スタッフが共同して介入する必要がある。その一方で、選手M1はチーム練習のない中でも自主トレーニングを続けて一時増えた体重を以前の体重に戻している。心理状態評点も良く精神的に安定していることが推察された。今回選手の心理状態評価に用いた江田の方法⁴⁾は、早期に介入が必要な選手をスクリーニングするのにも有用と思われた。

先の見えない状況の中でフランスが2021年の知的障害者バスケットボール世界選手権の開催国に名乗りを上げている。実施されるかどうかは未定といわざるを得ないが、このような海外の流れに呼応して、日本の知的障害者スポーツ関係者はこのCOVID-19の下でも着実に選手への支援活動が続けていくべきであろう。

4. ま と め

- ① COVID-19下、2020年度は多くの知的障害者スポーツの日常活動やイベントを中止せざるを得なかった。
- ② COVID-19下で活動が制限される中、代表選手としてトレーニングを続けるモチベーションを維持できずに代表を辞退する選手がいる一方で、自主トレーニングを続けて一時増えた体重を以前の体重に戻すなどしてモチベーションを維持している選手も見られた。
- ③ 江田の方法⁴⁾による心理状態評価は、早期に介入が必要な選手をスクリーニングするのに有用と思われた。
- ④ 直接選手と接する機会が少ない状況では、知的障害者スポーツ関係者はさまざまな手段と工夫で選手の状況を知り、選手のスポーツ継続の支援をする必要がある。

注

注1) 国立スポーツ科学センターにて心理療法を担当している江田らの心理士グループが、担当する思春期トップアスリートのコロナ禍における心理状態のフォローアップに使用しているものである⁴⁾ (第18回スポーツ精神医学会学術集会 アスリートサポート委員会企画シンポジウム「新型コロナウイルス感染症を受けて、競技者に専門職はどのようなサポートができるか」<http://jasp18.kenkyuukai.jp> 2020年8月29日閲覧可能)。

引 用

- 1) 公益財団法人日本スポーツ協会, 公益財団法人日本障がい者スポーツ協会 (2020) スポーツイベントの開催に向けた感染防止ガイドライン ver.2 2020年5月29日 <https://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/jspo/guideline2.pdf>, (参照日2020年12月25日)。
- 2) 公益財団法人日本バスケットボール協会 (2020) JBAバスケットボール活動再開ガイドライン (手引き) 第2版 (2020年9月10日作成 http://www.japanbasketball.jp/wp-content/uploads/covid19_guideline_2nd-02_20200910.pdf, (参照日2020年12月25日)。
- 3) 日本FIDバスケットボール連盟 (2020) FID日本代表合宿再開ガイドライン 第2版 (2020年9月13日作成 <http://www.jbf-fid.jp/wp-content/uploads/2020/10/2020-guideline-2.pdf>, (参照日2020年12月25日)。
- 4) 江田香織 (online) ジュニア競技者の反応と心理的支援, 第18回スポーツ精神医学会学術集会 アスリートサポート委員会企画シンポジウム「新型コロナウイルス感染症を受けて、競技者に専門職はどのようなサポートができるか」<http://jasp18.kenkyuukai.jp>, (参照日2020年8月29日)。