

運動・スポーツによる健康なまちづくり

荒尾 孝（早稲田大学）

超高齢社会を目前にしたわが国においては、健康づくりの本格的な実施と、その具体的成果が強く求められる。そのような健康づくりの成果とは、個人レベルに留まらず、社会的な問題(社会保障制度の維持)の解決に貢献し得るような社会的成果として望まれる。そのためには、従来の個人やハイリスク者を対象とした健康づくりでは不十分であり、地域住民全体を対象とした新たな健康づくり戦略(地域健康づくり)が必要となる。そのような地域健康づくりは、現在わが国では「健康なまちづくり」として、実施されつつある。ここでの「健康なまち」とは「住民全体の健康を実現するために必要な社会的基盤が整備されたまち」と定義されており、その社会的基盤とは健康づくりに関わる政策、人、もの、情報、システム、ソフトなどである。そのような社会的基盤を、住民と行政および支援者(専門家を含む)という三者の協働により、地域に整備していくことが「健康なまちづくり」ということになる。したがって、そのような健康づくりを実践することは、その地域に多様な人材や資源を育成することであり、そのことにより地域の活性化を図り、すべての住民の生活の質をより良く・より長く維持するという夢をもたらしものである。

車いす競技者から見た万人が平等に楽しめるスポーツ環境整備

廣道 純（デンセイ・ラムダ所属）

トラック競技(最新では、400m 50秒94 日本新を2007.5.27 樹立)からマラソンまでオールラウンドに陸上競技としての車いすレースをこなす競技者の立場から、『スポーツが育む人・都市・夢』のテーマについて考えを述べることにする。

障がいのある者は、積極的に運動を実施する生活習慣を形成しなければ、日常的に運動不足になってしまう可能性が高い。車いすの生活は、「大変そうである」と一般的には思われているが、実際には歩くよりも少ない運動量で生活することも可能で、常に椅子に座った状態で休憩しているとも考えることも出来る。また食事の量に関しては、健常者と同様の食生活をしており、運動不足による体脂肪の増加による肥満が問題になっている。スポーツが苦手であっても、障がいのある人も何らかのスポーツをする事が重要であり、安全にスポーツを楽しむことの出来る都市環境は重要な課題でもある。

スポーツとして車いす競技を実施することにより、人生の目標を見つけたり、日常生活における糧になったり、新しい仲間を得たり、多くの情報を入手したりという利点を生み出す機会につながる体験をしてきた。障がいの有無に関係無く、スポーツを楽しむことが普通に出来る時代になることを希望している。

障がい者スポーツの中にも、競技スポーツとリハビリテーション、レクリエーションスポーツとに分かれるという現状を理解して欲しい。現状は、健常者はスポーツ、障がい者はリハビリや福祉という位置付けになっているが、競技スポーツとレクリエーションスポーツは、障がいの有無に関係なく考えていくべきである。障がいの有無に関係なく、競技スポーツやレクリエーションスポーツを自由に選ぶことの出来る環境整備が、スポーツを身近に感じる『スポーツが育む人・都市・夢』を実現することにつながると思う。

世界各地の車いす競技を紹介したり、日本の各地で取り組み始めた車いす競技の開催も含めて、競技者としての視点から考えを述べる。 *スイス選手権出場のためトランジットしているドイツのホテルから