

視覚障がい者ランナーと伴走者の現状分析（その4）

- 走る動機と実現の現状 -

鈴木邦雄

視覚障害 視覚障がい 盲人 マラソン 伴走

・目的

視覚に障害を持つ人が走る（歩く）などの運動をしたいと思った時に、晴眼者が同じことを考えた場合にすぐに実行できるのと違い、大多数は伴走者がいないと行動を起こすことが困難である。

視覚に障害を持つ人が走りたい（歩きたい）と思う動機と、実現するにあたっての弊害となった事を調査し、これから同じ希望を持った視覚障がい者に対して、なるべくスムーズに実現してもらえよう、実現に妨げになる要因を見つけようと考えた調査である。

伴走者を必要としている視覚障がい者ランナーと、伴走者との関係を調査し、視覚障がい者ランナーのより充実したランニング環境向上を目指すことを目的とする。

・方法

1) 対象者

全国の視覚障がい者ランナーと伴走者を対象にしたが、直接会えるかた、ホームページ、メーリングリストなどインターネットで連絡できるかたなどが主体になった。

2) 調査方法

直接対面でお話を聞ける視覚障がい者のかた、メールなどでアンケートに回答をいただける方などを中心にし、一部地域には郵送でアンケートを返送していただくことをお願いした。

過去の3回は伴走者に依存する調査内容であったので、伴走者が代筆していただくことを避けたが、今回は直接伴走者個人に対する関連は少ないと判断したので、伴走者による代筆も可能として調査した。

・結果

1) 対象者の実態

対象者の居住地分布

表 1 対象者の居住地区分布

地域	東京都	大阪府	神奈川県	埼玉県	滋賀県	兵庫県	静岡県	京都府	広島県	北海道	茨城県	栃木県	山梨県	長野県	千葉県	富山県	石川県	和歌山県	長崎県	熊本県	愛知県	-	合計	
障	11	4	3	3	3	3	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	45	
伴	11	10	5	2	2	4	2	6		2	2		1						1			1		49

対象者の性別、年齢、障害区分

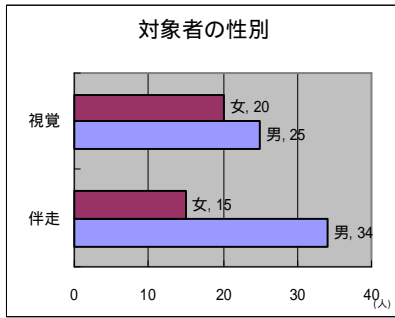


図 1-1

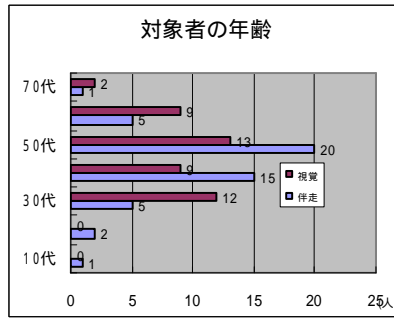


図 1-2

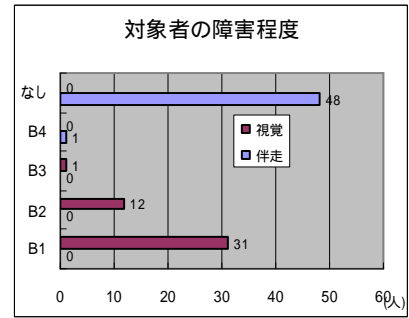


図 1-3

2)・走りだした動機、実施までの期間及びその理由など

走り始めたきっかけ (理由)

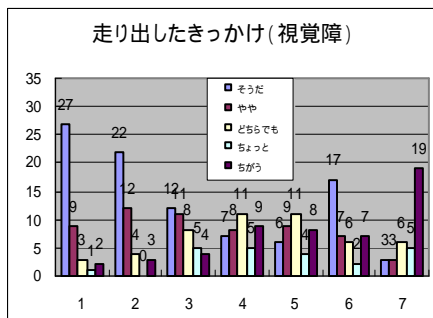


図 2-1

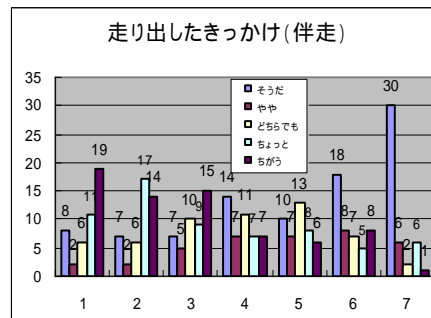


図 2-2

1	運動不足の解消
2	体力低下防止
3	肥満防止
4	他スポーツのトレーニング
5	時間の有効活用
6	友人に誘われた
7	雑誌・テレビなどで紹介されていた

実際に走るまでの期間

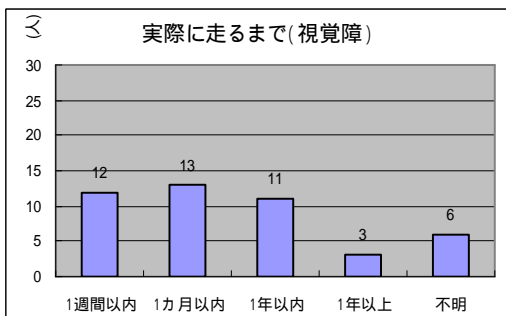


図 3-1

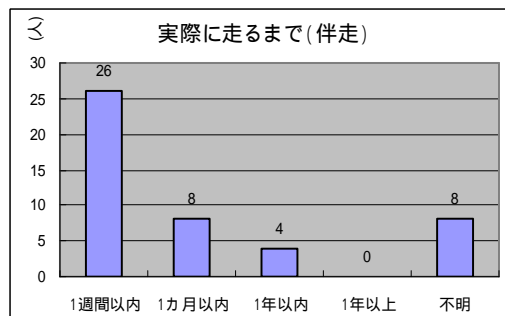


図 3-2

時間がかかった理由

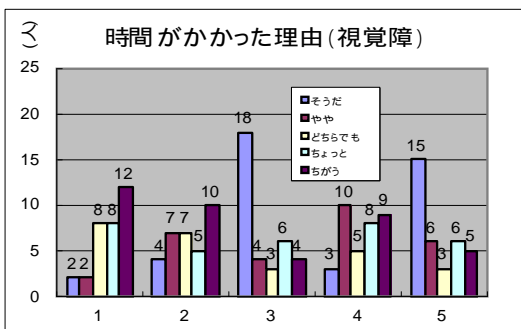


図 4-1

1	気が向かない
2	暇がない
3	伴走者がいない
4	走る場所が無い
5	練習会を知らない

伴走を始める動機及び実行までの期間とその理由

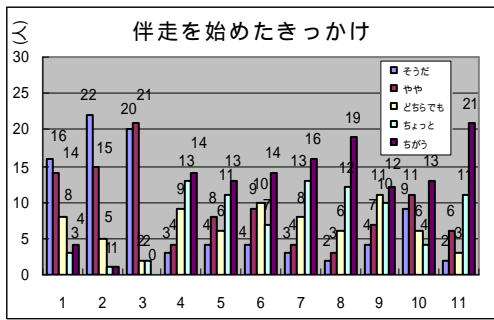


図 5-1

1	伴走者が不足と聞いた
2	困っている人の役に立つ
3	自分の能力が役立つ
4	自分が目立つ
5	運動不足の解消
6	体力低下防止
7	肥満防止
8	他のスポーツのトレーニング
9	時間の有効活用
10	友人に誘われた
11	雑誌・テレビなどで紹介されていた

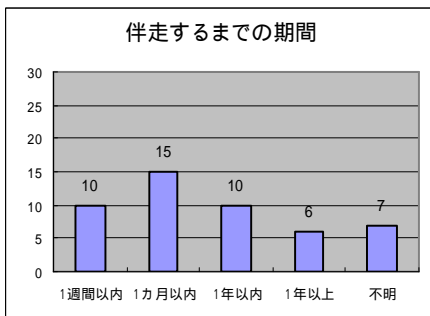


図 5-2

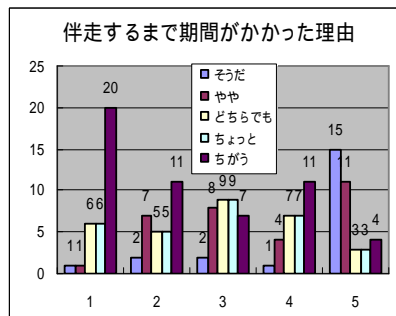


図 5-3

1	気が向かない
2	暇がない
3	障がい者ランナーがない
4	走る場所が無い
5	練習会を知らない

・考 察

1) 対象者の実態

対象者の居住地分布

北海道から熊本県まで視覚障がい者ランナー・45名、伴走者・49名のかたが協力してくれた。「表1」

対象者の性別、年齢、障害区分

男女の比率については視覚障がい者ランナーは男性：25名(56%)、女性：20名(44%)で、伴走者は男性：34名(69%)、女性：15名(31%)である。「図1-1」

年齢的にはどちらも50歳代をトップに40歳代、70歳代、30歳代と続くように、比較的高年齢者の協力者が多かった。「図1-2」

視覚障がい者ランナーの障害区分はB1：31名(71%)、B2：12名(27%)、B3：1名(2%)となった。一方伴走者は障害無しが48名(98%)であるが、B4：1名(2%)が存在する。これは国内では視覚障がい者として認定されているが国際競技区分では認定されずに国際大会には参加できない視覚障がい者で、非公式ではあるがB4として区分した。「図1-3」

2) 走りだした動機、実施までの期間及びその理由など

走り始めたきっかけ(理由)

走りだす動機については視覚障がい者ランナーが「運動不足の解消・体力低下防止・肥満防止」の3つが大きな理由である。この事は視覚に障害を持つ人が運動不足を実感しており、その解消手段として歩いたり、走ったりした意図することを希望していると思われる。「図2-1」

一方で伴走者はほぼ平均的な理由で走りだすことが現れているが、理由の7項「雑誌・テレビなどで紹介されていた」に理由を挙げている人が多いが、走りだしたきっかけと伴走をしようと思ったきっかけを混同している可能性もある。「図 2-1」「図 2-2」

実際に走るまでの期間

走ろうと思ってから実際に走り出すまでの期間については視覚障がい者ランナーは1週間以内・一ヶ月以内・1年以内とほぼ同じような人数であるのに対して、伴走者は1週間以内が約60%と大半を占めており、一ヶ月以内・1年以内と減少傾向を持っている。また、視覚障がい者には1年以上かかって実施した人が3名もいる事は実現に対しての困難さを表しているとともに、伴走者ランナーは走りたと思ったきっかけで即座に実行に移しているのに対して、視覚障がい者ランナーは様々な理由で走りたくても走れない環境に置かれているのではないかと想像出来る。「図 3-1」「図 3-2」

時間がかかった理由

走るまでの期間についての理由では「気が向かない」、「暇がない」などの理由が視覚障がい者ランナーの回答で多い。特筆することは視覚障がい者ランナーの「伴走者がいない」、「練習会などの情報を知らない」など自身では解決できない事と、情報不足を顕著に表わしていると思われる。「図 4-1」

3) 伴走者の伴走しようと思う動機、実施するまでの期間及びその理由など

伴走しようと思った動機は「伴走者が不足している」、「伴走者がいなくて困っている人がある」、「自分の走る能力を活かせる」などボランティア精神にあふれる動機がほとんどであった。「図 5-1」

しかし実際に伴走者として活動するまでの期間は「図 5-2」に表れているように、1週間以内の人から、1年以上かかる人まで様々である。

そして時間がかかったその理由は「図 5-3」にあるように、実際に伴走者として活動できる練習会などの情報を知らないことが一番の要因である。

・結 論

伴走者の人数がまだまだ不足していることは前回の学会大会で発表したが、視覚障がい者が運動不足などを感じている人が多いことが容易に想像できる結果が見えている。この事はより一層の伴走者を必要としているとも言える。

伴走者として協力したいと思っても具体的な方法、場所などを知る機会が少なく、この情報さえ周知できればより多くの伴走者の協力を望めるの可能性があることが明確になった。

関連組織、伴走者を必要としている視覚障がい者ランナー自身が積極的に一般ランナーなどの伴走予備軍に働きかけて自分たちの実態、練習会などのPRを積極的に行う必要があると思われる。

個人的な見解ではあるが、伴走者を必要としている本人が声を大にして活動することの大切さをいつも思っている。

この調査が少しでも視覚障がい者ランナーの練習環境向上につながる事を祈るとともに、アンケートに協力して下さった全国のランナーに感謝申し上げます。