

## 事業概略書

事業名	障害福祉サービスにおける日中活動プログラムに関する調査
事業目的	本事業では、障害者における運動実施の日常生活化を図るための基盤整備を具体化するため、障害者施設における障害者の身体活動量を計測し、必要とされる運動課題を明らかにする。また、その結果を踏まえた運動プログラムを試行することによって具体的指導、支援方法を明らかにし、さらには障害者の日常生活において運動効果が得られる運動指導の実現を目指す。指導者の育成カリキュラムモデルを検討する。
事業概要	<p>フィットネス指導者、障害者体育・スポーツの有識者、障害福祉サービス関係者、行政関係者等で構成する「障害者フィットネス推進委員会」及び運動専門家による運動プログラム開発のワーキンググループを設置。</p> <p>1) 入居型福祉施設において知的障害者の身体活動量を調査分析。                  2) 馴染みのある楽曲を用いた運動指導（フィットネスダンス）の実践指導例を検討し、指導方法、声掛け、課題設定等の観察評価を行った。                  3) 障害者の健康増進のための運動指導を行う専門性を有する障害者健康増進指導者の育成カリキュラム（案）について検討した。</p>
事業実施結果及び効果	知的障害者の日常身体活動量調査の結果、歩数では全国平均レベルを確保しているが、生活習慣病等の予防につながる強度の運動を行っている対象者は少なかった。フィットネス専門家が知的障害者に対して定期的実施している運動を分析した結果、障害者福祉施設利用者を対象とした運動プログラムの条件として5つの要素が示唆され、これらを満たすものとして「アダプテッドフィットネスダンス」が提案された。今後、身体活動に関する専門性を障害福祉施設に注入していくことを見据え、障害者健康増進指導者育成のカリキュラムを試作し、内容の検討及び運営方法を含めた具体的実施方法の策定につなげたい。
事業主体	<p>〒113-0033                  東京都文京区本郷2-8-3 天野ビル4階                  公益社団法人 日本フィットネス協会                  TEL：03-3818-6939                  E-MAIL：jafastaff@jafa-net.or.jp</p>