

令和5年度スポーツ庁委託事業  
誰もが気軽にスポーツに親しめる場づくり総合推進事業  
(学校体育施設の有効活用推進事業)

報告書

障がいのある方も気軽にスポーツができる  
環境・仕組みを構築する取組推進事業

令和6年2月

スポーツ庁

(委託先：一般社団法人ミニらいとモルック協会)

本報告書は、スポーツ庁の委託事業として一般社団法人ミニらいとモルック協会が実施した、「令和5年度 誰もが気軽にスポーツに親しめる場づくり総合推進事業（学校体育施設の有効活用推進事業）」の成果を取りまとめたものです。従って、本報告書の複製、転載、引用等にはスポーツ庁の承認手続きが必要です。

# 目次

第1章 事業の背景・目的	1
1. 本事業の背景	1
(1) 地域内での共生社会を実現するための学校体育施設のあり方	1
(2) 学校体育施設の有効活用に関する課題認識	2
2. 本事業の目的	2
(1) 既存の学校体育施設において、ソフト面を重視した受入環境の整備	2
(2) 誰もがスポーツに親しめる機会の創出	3
(3) ユニバーサルスポーツの意義等に対する理解の醸成を図る人材育成の実施	3
3. 実証対象地について	3
(1) 大阪府熊取町について	3
(2) 対象小学校について	3
第2章 事業内容	5
1. ソフト面を重視した受入環境の整備	5
(1) 点検	5
(2) 対応策の検討・実施	6
(3) 検証改善	10
2. 誰もがスポーツに親しめる機会の創出	11
(1) 本事業で用いるユニバーサルスポーツについて	11
(2) 「教室」の開催	12
(3) 「大会」の開催	25
(4) 受入側へのヒアリング調査	41
3. ユニバーサルスポーツの意義等に対する理解の醸成を図る人材育成の実施	43
(1) 指導者養成講座の実施	43
(2) 指導者養成講座の受講者による「教室」の実施	45
(3) その他（ボランティア・ファンづくり）	46
4. 全体検討会の開催	47
第3章 総括	48
1. 今年度の成果について	48
(1) 既存の学校体育施設において、ソフト面を重視した受入環境の整備	48
(2) 誰もがスポーツに親しめる機会の創出	48
(3) ユニバーサルスポーツの意義等に対する理解の醸成を図る人材育成の実施	48
(4) その他の成果	49
2. 今後について～地域スポーツの定着と拡大に向けて求められること～	49

# 第1章 事業の背景・目的

## 1. 本事業の背景

### (1) 地域内での共生社会を実現するための学校体育施設のあり方

スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むことは、すべての人にとっての人々の権利であり、すべての国民がその自発性の下に、各々の関心、適性等に応じて、安全かつ公正な環境の下で日常的にスポーツに親しみ、スポーツを楽しみ、スポーツを支える活動に参画することのできる機会が確保されなければならない。

加えて、国民全体で「スポーツ」に親しみ、「スポーツ」に参画する習慣づくりを広げていくことは、単に個人がその恩恵に浴するのみならず、国民の健康寿命の延伸に寄与するという社会的な便益をもたらすものとして、今日強く期待されている。

しかし、現状健常者であっても、スポーツを一生継続するというのは、難しい。ましては、障がい者においても気軽にスポーツできる場所は限られ、継続的に実施することも難しい状況である。性別、年齢、障がいの有無に関わらず、スポーツをもっと気軽にできるようになれば、誰もが多様な生き方、触れ合うことのきっかけを増やすことになる。

そこで、本事業において、公共スポーツ施設ではなく、スポーツ施設の約6割を占め、地域の誰もが知っていて、もっとも身近な「小学校の学校体育施設」を地域のプラットフォームとして位置づけ、地域に根差すユニバーサルスポーツの拠点を目指す。

「学校体育施設」において、性別、年齢、障がいの有無に関わらず、誰もが気軽にスポーツに親しめるユニバーサルスポーツを展開し、様々な属性の人が集まり、そしてお互いを認め合い、地域内での共生社会を実現するための場となるよう、施設のあり方を検討する。

#### ◎ユニバーサルスポーツとは…

- 年齢や国籍、障がいの有無に関わらず、皆が一緒に楽しむことができるスポーツのこと
- ユニバーサル (universal) とは、「汎用・万人向け」という意味で、ユニバーサルスポーツのほかにもユニバーサルデザインやユニバーサルアクセスといった複合語が存在し、「すべてで通用する」というイメージを内包する。

#### <ユニバーサルスポーツの4つの特徴>

1	ルールに柔軟性があり、さまざまな人の参加が可能であること
2	勝ち負けがあるスポーツの場合、誰にでも勝つチャンスがあること
3	ルールがシンプルで誰もが理解しやすいこと
4	身体的な負担が少なく、安全性が確保されていること

## (2) 学校体育施設の有効活用に関する課題認識

(1) のあり方を踏まえ、「学校体育施設」の有効活用を推進するために、以下の3つの課題があると認識する。

### ①学校体育施設においては、団体利用が多く、個人利用も含め、誰もが気軽にスポーツを親しむことができるコンテンツがない

- ・ 学校体育施設の開放については、事前に登録をした団体が、事前に予約を行った上で利用することができる。そのため、現状では、個人利用も含め、誰もが気軽にスポーツが楽しみたいといった際に利用することができず、限られた利用に留まっていることが多い。
- ・ そのため、今後個人利用を促進するため、地方公共団体と連携し、団体として枠を予約するものの利用者については個人利用での参加を促すための仕組みの構築の可能性を探ることが求められる。

### ②学校体育施設は、バリアフリーの未対応の場所が多い。

- ・ 既存の学校体育施設においては、築年数がかなり経過しているとともに、バリアフリーへの対応が図られていない現状が多く見受けられる。特に、車椅子対応トイレがない、トイレが室外にある、建物に入るのに段差がある、上履き外履きの靴の着脱が多い、施設に常設してある突起物などがそのままになっているなどが挙げられる。
- ・ バリアフリーへの対応等ハード面における対応は、なかなか難しいものの、ソフト面における対応によって、学校体育施設が障がいの有無に関わらず、誰もが気軽にスポーツに親しめる場となりえるか検証することが求められる。

### ③障がい者への理解や共生社会の実現に向け、地域内において持続可能な仕組みづくりが希薄である。

- ・ 地域スポーツの対象者は、健常な方がメインになっていることが多く、障がい者の受け入れ体制が整っていないのが現状である。また一方で、障がい者や介助が必要な方におけるスポーツの実施は、施設内のレクリエーションにとどまり、イベント的なスポーツはあっても持続したスポーツ環境は一部の施設に限られる。
- ・ そのため、地域に身近な学校体育施設においては、その受け皿となりえるのかといった可能性を探るとともに、ユニバーサルスポーツの展開によって、地域内における持続可能な仕組みづくりを構築することができるのか検証を図る必要がある。

## 2. 本事業の目的

### (1) 既存の学校体育施設において、ソフト面を重視した受入環境の整備

築50年以上の熊取町立の小学校体育施設を活用するが、ハード面に手をいれることなく、既存のまま、障がい者や高齢者を受け入れることができるのか？及びその環境を活かし、当協会がアイデアと人の手で作るソフト面でどこまで、安全に、またどのくらいの人数を、受け入れることができるのか？を確認する。

## (2) 誰もがスポーツに親しめる機会の創出

ほとんどの方が知らないユニバーサルスポーツ（ミニらいとモルック）で、どこまで健常者と障がい者が一緒の場所でスポーツを楽しむことができるのか？及びまたその機会をどのように作り出すのか？を確認する。

## (3) ユニバーサルスポーツの意義等に対する理解の醸成を図る人材育成の実施

地域に根差すユニバーサルスポーツにはそれを担う人材が必要であり、そのスポーツのファンもしくはそのスポーツ意義に賛同する人材が必要と考え、ミニらいとモルックを継続して楽しむ環境と意義を伝えるミニらいとモルック指導員養成講習を開催する。

## 3. 実証対象地について

### (1) 大阪府熊取町について

熊取町は、大阪都心部から 30 キロメートルの距離で、大阪府の南部・泉南郡にあって関西国際空港のある泉佐野市の東隣に位置している。東西約 4.8 キロメートル、南北約 7.8 キロメートルの木の葉状の形をした総面積 17.24 平方キロメートル（大阪府の面積の約 0.9%）で、約 4 万 3 千人の人々が暮らしている。

また、熊取町では、学校教育に支障のない範囲で、町立小学校、中学校の体育施設を開放している。利用するにはあらかじめ団体登録が必要となっている。



<参考>熊取町における学校開放について

#### ○団体登録の要件

- ・本町に在住、在勤、在学の方で、10名以上で構成されていること。
- ・団体代表者は18歳以上であること。

#### ○利用方法

- ・利用を希望する月の前月初日から25日（25日がすまいるズひまわりドームの休館日である場合はその翌日）までに、学校体育施設利用許可申請書をひまわりドーム窓口へ提出
- ・団体登録や利用申請等について、詳しくは生涯学習推進課（すまいるズ煉瓦館内）へお問い合わせ

### (2) 対象小学校について

#### ①熊取町立中央小学校

大阪府泉南郡熊取町にある公立小学校で、熊取町で最も古い学校で、周囲は役場・公民館・図書館など公共施設が多い。

体育館は、築33年を経過している。



## ②熊取町立北小学校

大阪府泉南郡熊取町にある公立小学校で、熊取町の人口増加により昭和 56 年 4 月熊取町立中央小学校より分離し、熊取町立北小学校として新設開校。熊取町立北中学校が隣接。

体育館は、築 43 年を経過している。



## 第2章 事業内容



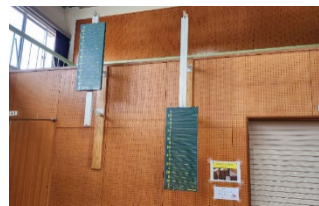

### 1. ソフト面を重視した受入環境の整備

学校体育施設の有効活用にあたり、障がい者等が安全・安心して利用できるよう、各体育館及びその周辺において、点検・対応策の検討・実施・検証改善を行った。

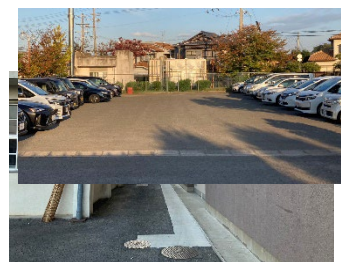
#### (1) 点検

学校体育施設の状況を把握するため、目視にて点検を行った。また、車いす利用者にも協力いただき、懸念となる場所の洗い出しも行った。




##### ①熊取町立中央小学校

場所	懸念点	備考（写真）
入口 周辺	<ul style="list-style-type: none"> <li>車いす優先駐車場指定がなく、大きな車種や肢体不自由者が施設の近くに優先的に車を停めることができない。また他の車出入りも同じ場所であるため、安全性を確保する必要がある。</li> <li>体育館までの道のりがわかりづらい。また、学校施設等に入らないよう、適切な誘導が求められる。</li> </ul>	
体育館 内部	<ul style="list-style-type: none"> <li>入口にて、手すり等の支えがなく、靴を着脱することが難しい。</li> <li>壁からの突起物等があり、子ども達が不注意に動き回った際、危険な可能性がある。</li> <li>体育館等はエアコンが完備されていないため、体温調整が難しい方には過酷な場となりうる。</li> <li>ステージに上って落ちる、大型扇風機に近づくと衣服の巻き込みなどの危険が考えられる。</li> </ul>	 
トイレ	<ul style="list-style-type: none"> <li>体育館内ではなく、出たすぐの屋根のある通路の沿いに一般・車椅子専用トイレがある。</li> </ul>	

##### ②熊取町立北小学校

場所	懸念点	備考（写真）
入口 周辺	<ul style="list-style-type: none"> <li>車いす優先駐車場指定がなく、大きな車種や肢体不自由者が施設の近くに優先的に車を停めることができない。また他の車出入りも同じ場所であるため、安全性を確保する必要がある。</li> <li>体育館までの道のりがわかりづらい。また、学校施設等に入らないよう、適切な誘導が求められる。</li> </ul>	



場所	懸念点	備考（写真）
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 入口が段差になっており、足の不自由な人や車いす利用者にとって入りづらい構造になっている。</li> </ul>	
体育館 内部	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 入口にて、手すり等の支えがなく、靴を着脱することが難しい。</li> <li>• 靴の着脱のスペースが狭い。</li> <li>• 体育館等はエアコンが完備されていないため、体温調整が難しい身体者には過酷な場となりうる。</li> <li>• 常に跳び箱などが端に置いてあるため、子どもが上って落ちる、またステージの上で落ちるなどの危険が考えられる。</li> </ul>	 
トイレ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 体育館内にトイレがなく、屋根のない野外にあり、さらに一旦上履きを脱ぎ、下足履き替える必要があり、また個室が狭く、車椅子が利用できるスペースがない。</li> </ul>	

## （２）対応策の検討・実施

「（１）点検」で明らかになった懸念点に対応するの取組を以下の通り、検討し、その取組を後述で記載する「教室」、「大会」時に実施した。

### ①熊取町立中央小学校

#### i) 体育館への動線の確保

学校内の安全面を確保するため、入り口から会場となる体育館までの動線を下記のとおり、確保した。車いす利用者の声にもとづき、動線上の小さな溝や段差については特段問題ないという意見であった。

適切に体育館まで誘導できるように、動線上にコーンを設置し、案内表示を行うこととした。

少し回り道となるが、スロープが設置されており、足の不自由な方等にはスロープを利用してもらえるよう、案内表示を行う。

救護車の配置位置

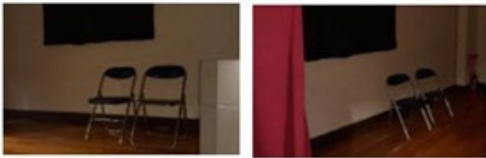




徒歩の動線 → 自動車利用者の動線 →

ii) 個別箇所の対応

場所	対応方法	
入口 周辺	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 個人での参加がメインとなり、部外者が学校内に入らないようにする必要はあるが、他の利用者もいるため、今回は協会でスタッフを配置し、入り口の開閉の管理を行った。</li> </ul>	
駐車場	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 車いす優先駐車場等を確保するため、体育館に一番近い場所にコーンを設置し、障がいのある方に優先駐車場とわかる表示を行った。</li> </ul>	
体育館 入口	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 足の不自由な方のために、少し遠回りとなるが、スロープが設置されている箇所へ誘導するために、案内表示を行った。</li> <li>➤ 靴を脱ぎ履きする場所に、簡易的ないすを設置し、座りながら靴の着脱ができるようにした。</li> </ul>	
体育館 内部	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 体育館内部の突起物については、布で覆い、手が届かないようにした。</li> <li>➤ 動かすことができないものについては、囲いを設け、利用できないようにし、安全の確保を行った。</li> </ul>	
トイレ	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 体育館と少し離れた場所に、車いすが利用できるトイレがあることから、その場所に適切に誘導した。</li> </ul>	

### iii) その他の対応

事項	対応方法
パニック障害	<p>➤ 万が一、参加者がパニックを生じた際、気持ちを落ち着かせることができるよう、体育館の事務室を利用し、クールダウンルームとして一時的な利用を想定した。(いすの設置など)</p> 
体温調整困難	<p>➤ 体育館にはエアコンが完備されていないことから、万が一の場合、エアコンのある校舎内を利用できるように学校側と調整するとともに、事務局の車に退避できるよう環境を整えた。</p> 
遅刻者	<p>➤ 様々な障がいのある参加者がいることから、安全確保に、入り口は施錠するが、入り口扉に案内を掲示し、遅刻した場合に連絡いただけるようにした。</p> 

## ②熊取町立北小学校

### i) 体育館への動線の確保




学校内の安全面を確保するため、入り口から会場となる体育館までの動線を下記のとおり、確保した。対応策としては、中央小学校と同様の対応を行った。


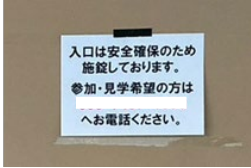


## ii) 個別箇所の対応

場所	対応方法	
入口 周辺	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 個人での参加がメインとなり、部外者が学校内に入らないようにする必要があるが、他の利用者もいるため、今回は協会でスタッフを配置し、入り口の開閉の管理を行った。</li> </ul>	
駐車場	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 車いす優先駐車場等を確保するため、体育館に一番近い場所にコーンを設置し、障がいのある方に優先駐車場とわかる表示を行った。</li> </ul>	
体育館 入口	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 車の動線と分離した経路を表示し、安全な動線を確保した。</li> <li>▶ マンホールやブロック等の段差もあるが、利用者を確認し、特段問題ないことを検証した。</li> <li>▶ 案内板を掲出し、適切に体育館まで誘導できるようにする。</li> <li>▶ 靴を脱ぎ履きする場所に、簡易的ないすを設置し、座りながら靴の着脱ができるようにした。</li> </ul>	 
体育館 内部	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 椅子を並べ、立ち入り禁止と明記した紙を貼り、入ることができないよう対応する。</li> <li>▶ 大型扇風機の設置もないため、夏場は室温が上がらないように 2 階の窓を開け換気を行う。冬場は、安全な場所にカイロや毛布などを準備しておいた。</li> </ul>	  
トイレ	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 体育館外にあり、外履き靴への履き替えが必要だったことから、上履きのままトイレへいけるシートを敷いた、車いす利用者においては、実務経験のある支援者によりその場所を適切に誘導し、適切に介助した。</li> </ul>	

## iii) その他の対応

事項	対応方法	
パニック障 害になった 場合	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 体育館の事務室を利用し、クールダウンルームとして一時的に利用することを想定する。そのために、いすなどを準備した</li> </ul>	
体温調整が 困難とな り、体調が 悪くなった 場合	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 万が一の場合、エアコンのある学校施設を利用できるよう、学校側と調整。</li> <li>▶ 事務局の車に退避させ、一時的に休憩できるように環境整備。</li> </ul>	 

事項	対応方法
参加者が開始時間に間に合わない場合	<ul style="list-style-type: none"> <li>案内を掲示して、電話をいただき、入口をあけるなど、対応していく。</li> </ul>  

### (3) 検証改善

「教室」、「大会」にて、各対応策を実施した際、対応がうまくいかなかった事項や新たに発生した懸念点に対して、以下のとおり、改善を図った。

取組1

## 学校体育施設の受入環境の整備

点検	<ul style="list-style-type: none"> <li>既存の学校体育施設を活用するため、<b>学校の環境を点検</b>。</li> </ul>	
対応策の検討	<ul style="list-style-type: none"> <li>洗い出した課題への<b>対応策を検討</b>し、マニュアルとしてまとめ、<b>関係者と共有</b>。</li> <li>実際に<b>当事者(重いす利用者等)</b>からの<b>意見も把握</b>。</li> </ul>	
実施	<ul style="list-style-type: none"> <li>マニュアルを基に、「教室」「大会」を実施。</li> </ul>	
検証改善	<ul style="list-style-type: none"> <li>アンケート等で<b>利用者の声の把握</b>。</li> <li><b>熊取町担当者が参加する全体会議</b>にて、取組内容の認識確認や「教室・大会」で出た課題への対応を検討。(毎月1回程度開催)</li> </ul>	

#### ①熊取町立中央小学校

課題点	対応策
<ul style="list-style-type: none"> <li>教室や大会の申込時、申込者の車での来訪が想定より多く、駐車スペースが不足する恐れがあった。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>スタッフの自動車については、学校の駐車場を利用せず、隣接の商工会議所の駐車場を借りることで、参加者、障がい者車両を優先し、駐車優先順位を設けながら、参加者の安全確保を図った。</li> </ul>

#### ②熊取町立北小学校

課題点	対応策
<ul style="list-style-type: none"> <li>体育館の外にトイレがあり、外靴に履き替えトイレにいき、さらにトイレスリッパに履き替え利用するが、靴の着脱に係る負担が大きいようであった。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>外靴を履いたまま利用できるスリッパをトイレに用意した。</li> <li>次いで、地面にシートを敷き、靴の履き替えなしで、トイレにいけるようにした。</li> </ul>

## 2. 誰もがスポーツに親しめる機会の創出

### (1) 本事業で用いるユニバーサルスポーツについて

学校体育施設において、性別、年齢、障がいの有無に関わらず、誰もが気軽にスポーツに親しめる機会を創出できるよう、本事業においては、「ミニらいとモルック」を採用した。

「ミニらいとモルック」は、フィンランド発祥のモルックをヒントに、体や心に障害があってもできるように、現場の意見を取り入れ、軽くて小さく握りやすく 100%日本で作られたスポーツゲームである。



効果先	期待できる力
脳	計算力・想像力・集中力
身体	姿勢維持の体幹・足腰の筋肉
社会性	コミュニケーション力・交流の波及

ミニらいとモルックのルールは、当協会により作られ、日本はもちろん世界において行われる mini light Molkky (ミニらいとモルック)大会に適用されるものである。

このルールは、大会に参加する全ての者がミニらいとモルックを楽しむために、これまでの事例をもとに、多くの方に受け入れられる形に作られている。

**1** 最初はこの順番で整列します!

1~2m

ぼくたちはスキットルです!

12本のスキットルをセット。そこから1~2m離れたラインを決めます。2チーム以上で対戦しますので順番を決めます。

**2** チームが交互にモルックを投げてスキットルを倒します。点数を得点表に記載します。

この場合は3点になります!

点数の数え方  
2本以上が倒れたら、倒れた本数が点数になります。

この場合は12点!

1本だけ倒れたら書いている数字が点数になります。

**3** そっと振り回して!!!

※斜めになって完全に倒れていない場合はカウントされません。

**4** スキットルは倒れた地点に、そのまま起こして数字がある面を正面に向けて立てます。

スキットルは持ち上げるに!

だんだんスキットルが広がっていくよ!

先に50点ピッタリ上がったチームが勝ちです!

Win! 50 42

**5** チーム内で3回連続スキットルを1本も倒せないと失格になり0点になります。

2回ミスしたら次は全滅を倒せろ!

投げ方は下投げになります。転がしてもOKです。

## (2)「教室」の開催

### ①「教室」の企画

#### i) プログラムの企画

学校体育施設におけるユニバーサルスポーツの展開可能性を検証するため、ミニらいとモルックを用いた「教室」を開催した。その「教室」のプログラムは、以下のとおりである。

全体の時間として、熊取町の学校開放事業の単位である3時間とする。

#### <狙い>

- ▶ 棒をなげるだけという簡単な動作であることから、スポーツの得手不得手に関係なく楽しめることへの理解
- ▶ 試合を通して、勝つための戦略をチーム員で考えることによって、コミュニケーションの創出
- ▶ 実施を通じて、スキttlやモルック棒を拾ったりする際に、屈伸運動になり、気が付かないうちに身体活動・運動量の増加
- ▶ 点数の計算やミニコーンの出し入れは、状況判断や頭を使った運動の増加

#### <内容>

- 1) ミニらいとモルックとはどのようなものか？楽しみ方、ルール説明を全員に行う。(約5分)
- 2) 全員モルック棒を投げて、スキttlを倒す体験を行う。(約15分)
- 3) スキttlの倒れ方で、点数が変わることを点数表、ミニコーンなどで示し、理解を深める。(約15分)
- 4) その場で2～4名のチームを作って、試合を行う。(約20分)
- 5) 様々なチームと試合ができるように、対戦相手を変えながら、プレーを楽しむ。(約30分)
- 6) 試合を行っていない参加者に対して、スキttlを立てたり、モルック棒を拾いに行ったり、点数をつけるといったフォローを促し、雰囲気づくりを行う。(約30分)

#### <募集・周知方法等>

- ・チラシ(右図)を作り、熊取町生涯学習推進課からスポーツ推進委員へ配布、また介護や福祉の施設・事業所へ送付し、電話でご案内をした。
- ・熊取町のHPやLINE公式アカウントで配信、ミニらいとモルック協会のHPやSNSなどから配信をした。
- ・申込フォームからの受付以外に、協会の電話、メールからも随時受け付けた。

**学校体育施設を活用した  
障がい者も気軽にスポーツができる  
環境・仕組みづくりの取組について**

**本取組の背景**

- 日本のスポーツ施設の約6割を占める学校体育施設について、地域スポーツの場として有効活用を推進
- 身近な学校体育施設において、多様な利用を推進するため、障がい者も気軽にスポーツができる環境・仕組みを構築

**本取組のミッション**

- 身近な学校体育施設において、エール・笑顔・心の絆を繋ぐ機会を創出し、障がい者も含む誰もがスポーツに楽しめる機会を創出
- 年齢、性別、障がいの有無に関わらず、様々な地域住民が集う場とし、交流を促進
- 障がい者等が安全・安心できるよう、ハード面・ソフト面の両面の環境整備

**mini light Molkky** とは…

フィンランド発祥のモルックをヒントに、体や心に障害があってもできるように、邪魔の足音を取り入れ、軽くて小さく握りやすく100%日本で作られたスポーツゲーム

**ミニらいとモルックの基本ルール**

1. 準備運動を済ませ、ミニコーンで陣地を囲む。
2. ミニらいとモルックを投げ、スキttlを倒す。
3. スキttlを倒すと、ミニコーンが落ちる。落ちたミニコーンの数を点数とする。
4. 相手の陣地に入ると、スキttlを立てる。立てたスキttlは、相手の陣地に入ると倒れる。
5. 相手の陣地に入ると、ミニらいとモルック棒を拾い、自分の陣地に持ち帰る。
6. ミニらいとモルック棒を拾った数は、相手の陣地に入ると減る。
7. 相手の陣地に入ると、ミニらいとモルック棒を拾った数は、相手の陣地に入ると減る。
8. ミニらいとモルック棒を拾った数は、相手の陣地に入ると減る。

効果先	期待できる力
脳	計算力・想像力・集中力
身体	姿勢維持の体幹・足腰の筋肉
社会性	コミュニケーション力・交流の波及

本取組は、スポーツ庁 令和5年度「誰もが気軽にスポーツに楽しめる場づくり総合推進事業(学校体育施設の有効活用推進事業)」として実施しています。

## ii) 開催にあたっての留意点の検討

安全に「教室」を開催するため、事前予約方式をとり、介助が必要な方の数、介助できる方の数を把握し、スタッフの人数を決めるタイムスケジュールと留意点のまとめを各回で作成し、スタッフに徹底した。

また方が一、当日連絡も受けられるように緊急連絡先等も予約者へ共有した。

### <タイムスケジュール (例) >

コート：5面

スタッフ6名+有志スタッフ若干名

13:00に現地に入り

参加者の同線の確認  
コート設置・留意点の対策  
参加スタッフとの打ち合わせ

13:45教室受付

施設の先生と一緒に体育館に誘導する

14:00入り口を締める(遅刻者・途中参加者には電話案内を掲示する)

参加者全員に対し、写真NGかどうかを確認しておく。  
1つのコートに全員を集め、ミコらいとモルックとは何かを伝える。

14:10各コートに分かれて、モルック棒を投げていく。

14:30点数の取り方やゲームの進め方などを指導員にはレクチャーしながらプレーする。

(子供たちには、棒の危険な投げ方や守るべきルールを時間をかけ、丁寧に伝えながら、ゲームになるように勧めていく)

15:00他のコートでできたチームと混在でゲームを行う。

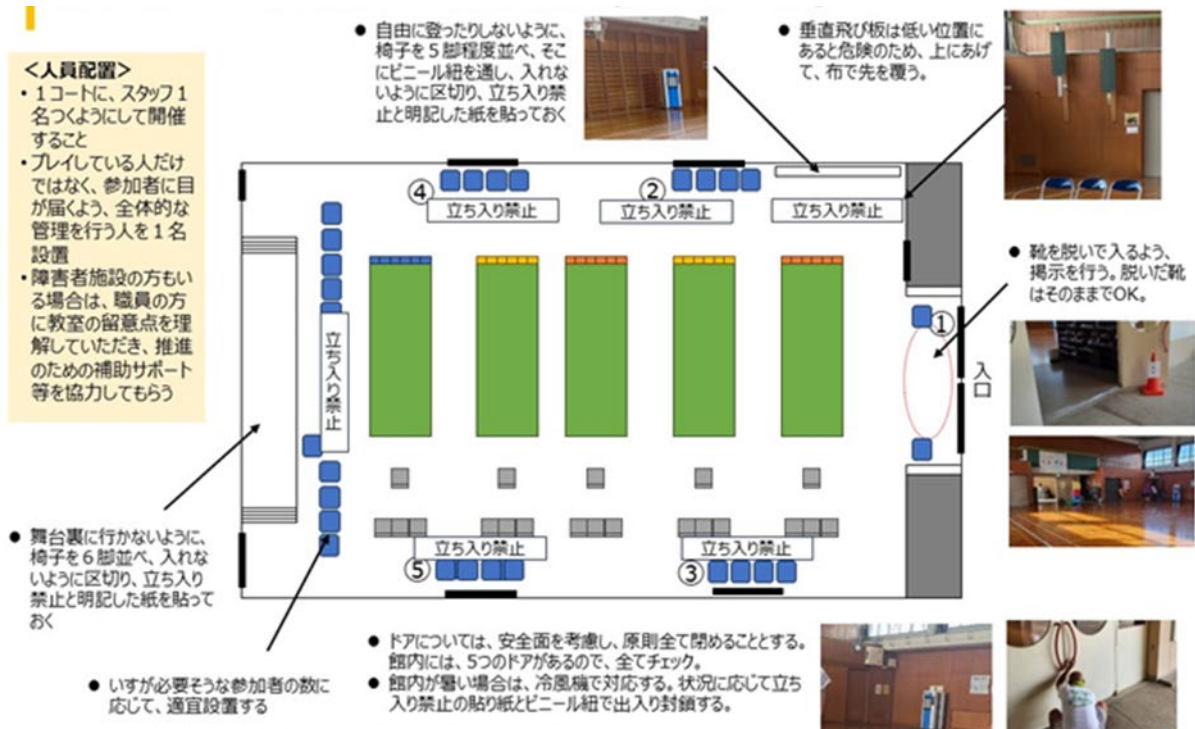
15:30参加者みんなで片付けをし、随時アンケートをお願いする

15:45集合写真を撮り、配布物を渡し、大会の参加受付も行う。

(途中退出の方は都度、アンケートや配布物、受付対応をしていく)

### <教室プログラム設置図および留意点まとめ>

#### ○中央小学校





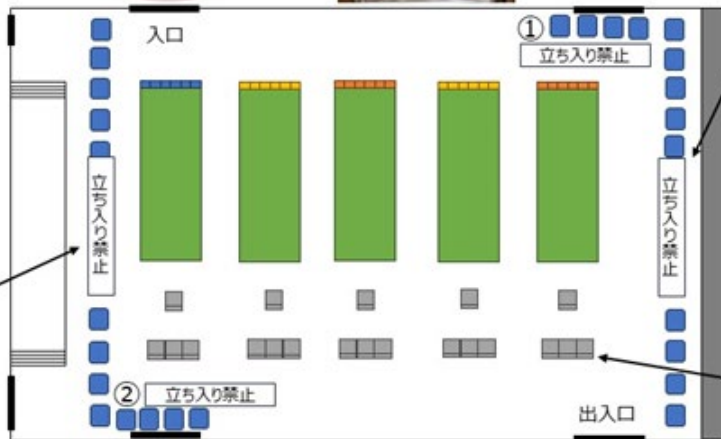
## ○北小学校

### <人員配置>

- 1コートに、スタッフ1名つくようにして開催すること
- プレイしている人だけではなく、参加者に目が届くよう、全体的な管理を行う人を1名設置
- 障害者施設の方もいる場合は、職員の方に教室の留意点を理解していただき、推進のための補助サポート等を協力してもらう

- 舞台裏に行かないように、椅子を10脚並べ、入れないように区切り、立ち入り禁止と明記した紙を貼っておく

- 靴を脱いで入るよう、掲示を行う。脱いだ靴はそのままOK。



- 跳び箱やマットなどの運動用品に自由に乗ったり、遊んだりしないように椅子10脚並べ、入れないように区切り、立ち入り禁止と明記した紙を貼っておく



- いすが必要な参加者の数に応じて、適宜設置する



- ドアについては、安全面を考慮し、原則全て閉めることとする。館内には、入口以外3つのドアがあるので、全てチェック。
- 館内が暑い場合は、冷風機で対応する。状況に応じて立ち入り禁止の貼り紙とビニール紐で出入り封鎖する。

- 隣接する屋外トイレ用出入口。車いす利用者にはおいては実務経験のある支援者により、その場所を適切に誘導し、適切に介助する。

## ②「教室」の実施

①の企画を踏まえ、以下全8回の「教室」を開催した。

開催日	会場	参加人数	主な属性
9月9日(土)	中央小学校	18名	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 認知症</li> <li>• 身体障がい(弱視、パーキンソン病)</li> <li>• 健常者(スポーツ推進委員、地域住民、学童、ボランティア団体)など</li> </ul>
9月23日(土)	中央小学校	15名	
10月9日(土)	中央小学校	午前36名	
		午後9名	
10月14日(土)	中央小学校	45名	
10月28日(土)	北小学校	41名	
11月9日(土)	北小学校	27名	
	中央小学校	25名	

<教室の様子>



### ③検証（アンケート調査）

#### 1) 調査概要

<対象>教室参加者

<方法>google フォームの利用

<サンプル数>

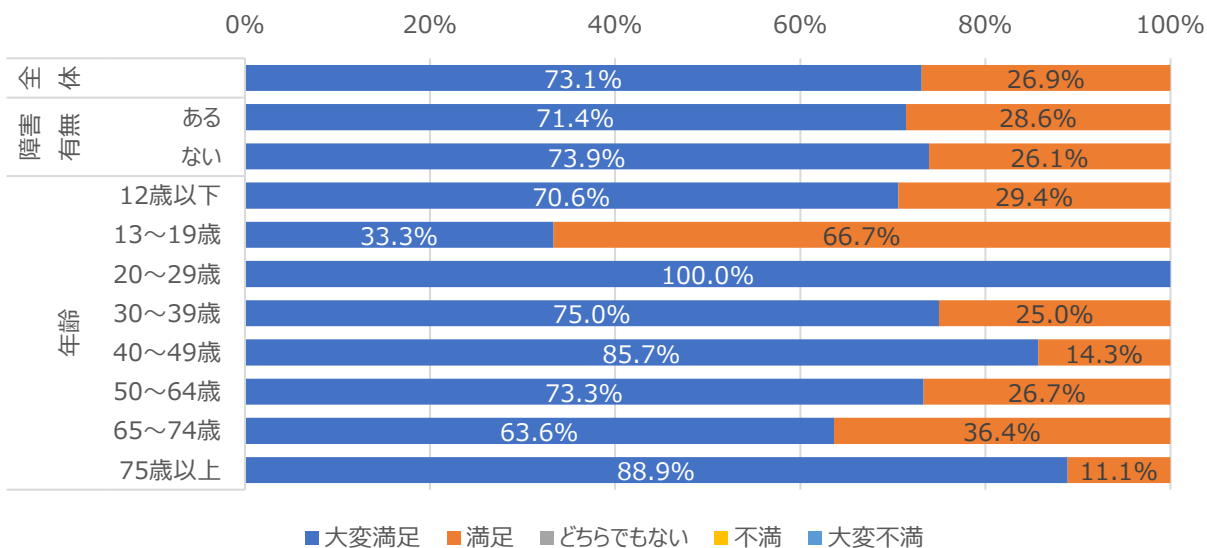
	9/9	9/23	10/9 AM	10/9 PM	10/14	10/28	12/9 AM	12/9 PM
	中央小	中央小	中央小	中央小	中央小	北小	北小	中央小
参加者数	18	15	36	9	45	41	27	25
回答者数	0	0	10	1	11	5	16	24
割合(%)	0.0%	0.0%	27.8%	11.1%	24.4%	12.2%	59.3%	96.0%

#### 2) 調査結果

##### 【結果概要】

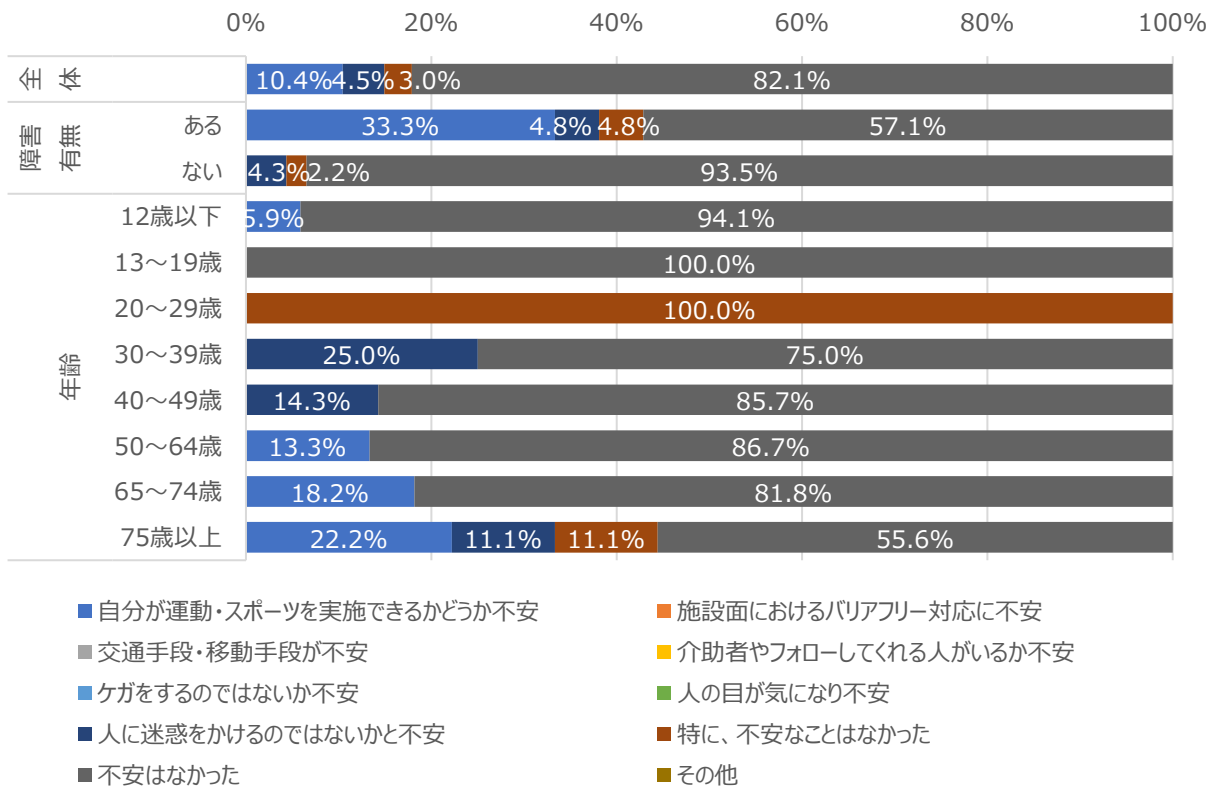
##### (i) 「教室」の満足度

- 「大変満足」が73.1%と最も多く、次いで「満足」が26.9%という結果である。
- 障がいの有無にかかわらず、「教室」には満足している。
- 年齢別でみると、20～64歳、75歳以上の参加者の「大変満足」の割合が高い。



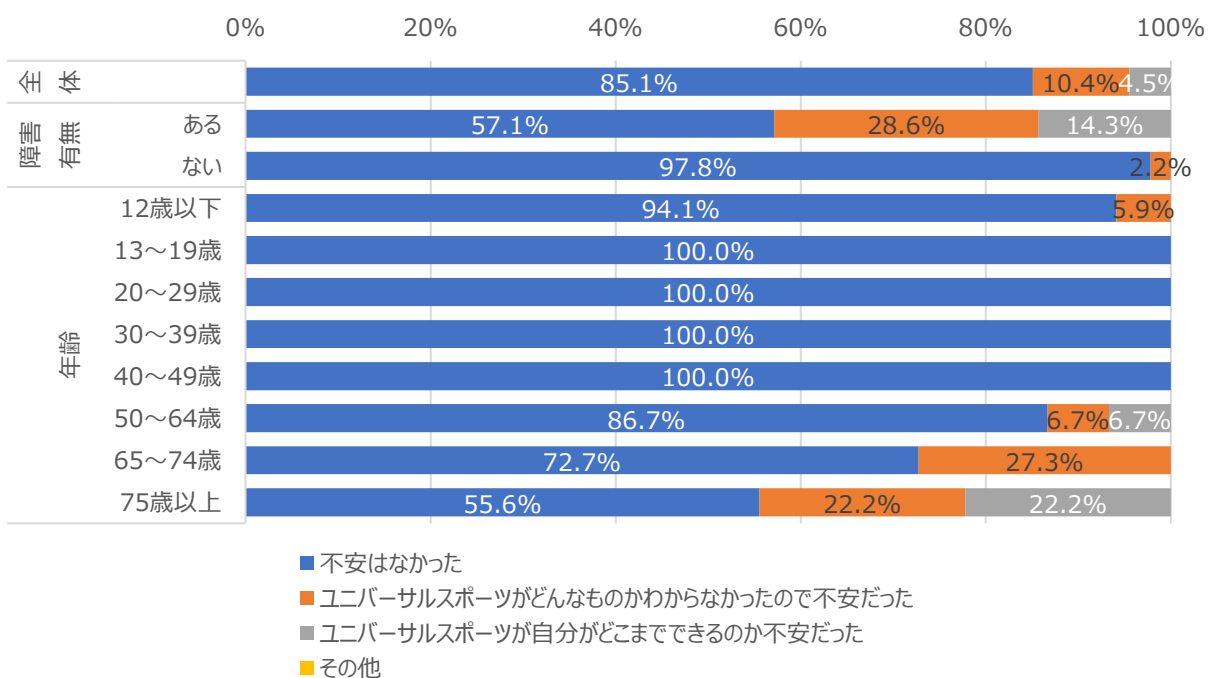
##### (ii) 「教室」参加への不安

- 「不安はなかった」が82.1%という結果で、「教室」参加への不安がなかったものの、「自分が運動・スポーツを実施できるかどうか不安」が10.4%、「人に迷惑をかけるのではないかと不安」が4.5%という結果も多少上がっている。
- 年齢別にみると、高齢になるにつれ、「自分が運動・スポーツを実施できるかどうか不安」の割合が高くなる傾向である。



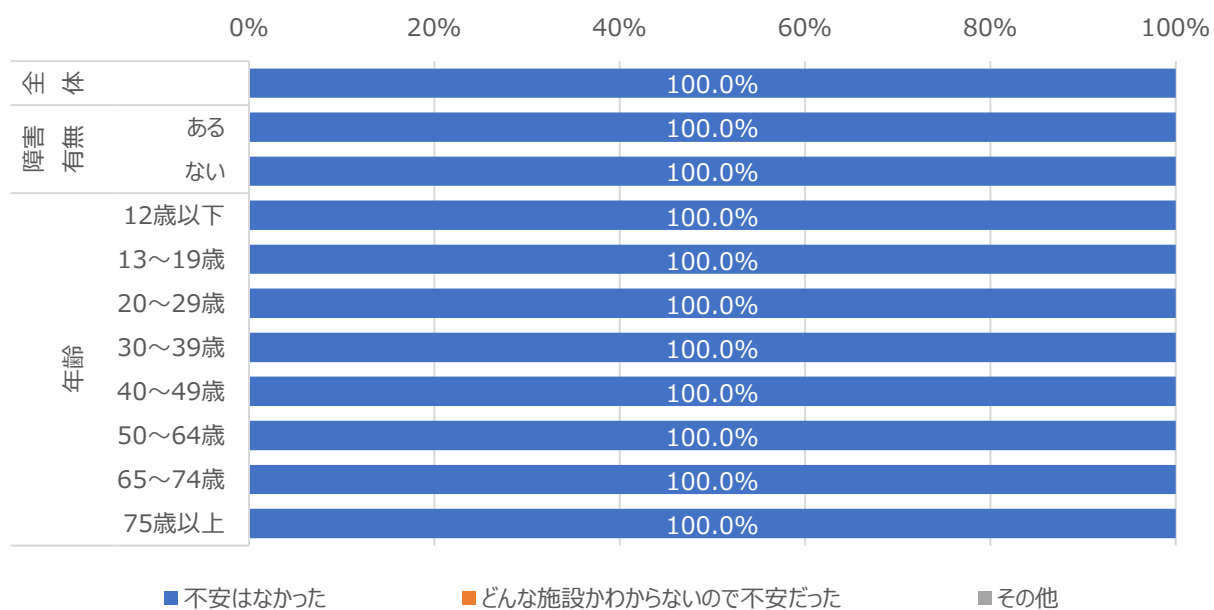
(iii) ユニバーサルスポーツ実施に対する不安

- 「不安はなかった」が 85.1%という結果で、ユニバーサルスポーツ実施に対する不安は少なかった。
- 年齢別にみると、年齢が高くなるにつれ、「ユニバーサルスポーツがどんなものかわからなかったので不安だった」や「自分がどこまでできるのか不安だった」という割合が高くなる傾向である。



(iv) 「教室」参加における施設面での不安

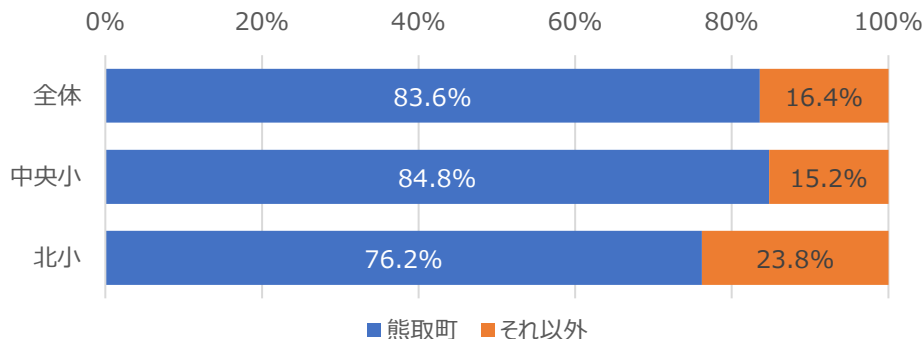
- ・ 小学校という環境下において、施設面での不安はなかったという結果であった。



【各設問の結果】

問1 お住いの地域はどちらですか？

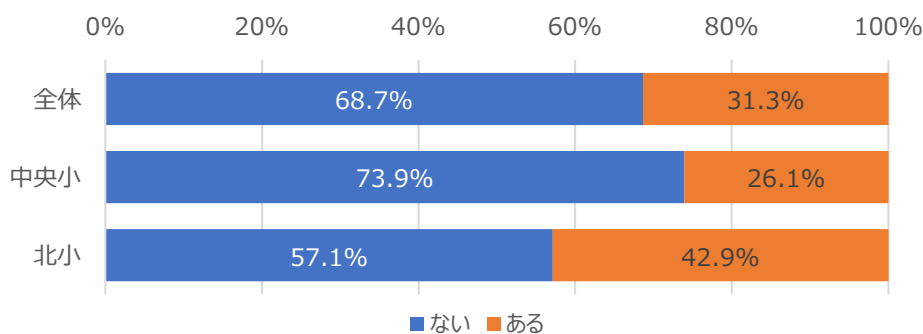
- ・ 「熊取町」にお住いの参加者が 83.6%と大半を占めていた。



<その他> 貝塚市、岸和田市、泉佐野市

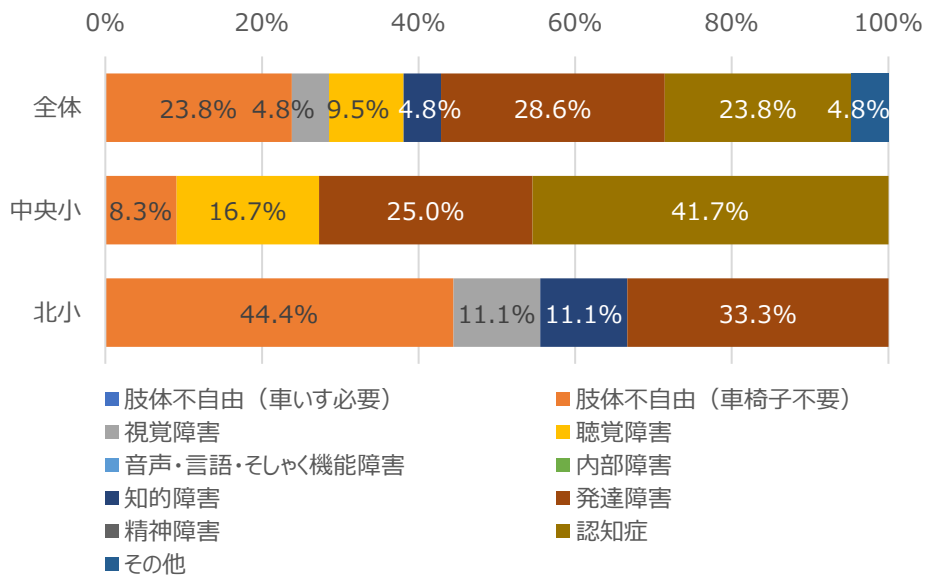
問2 あなたは、障がいがありますか？

- ・ 障がいの有無については、68.7%が障がいがなく、31.3%が障がいのある参加者だった。



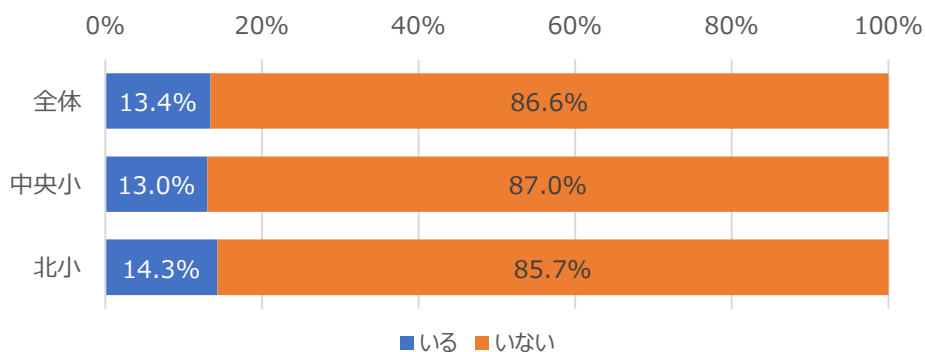
問3 どのような障がいですか？<問2で「ある」回答者のみ>

- 障がいについては、「肢体不自由（車いす不要）」や「発達障がい」、「認知症」の参加者が多かった。その他、「視覚障害」や「聴覚障害」、「知的障害」などがいた。



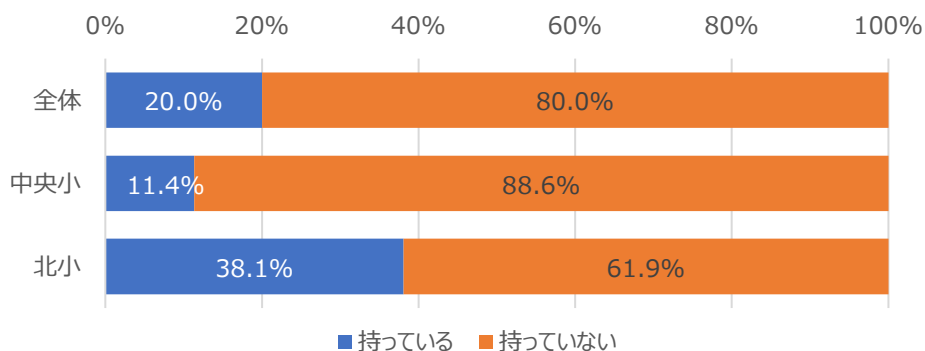
問4 同居されているご家族に、障がいがある方はおられますか？

- 家族などに障がいのある方は、「いない」が86.6%、「いる」が13.4%であった。



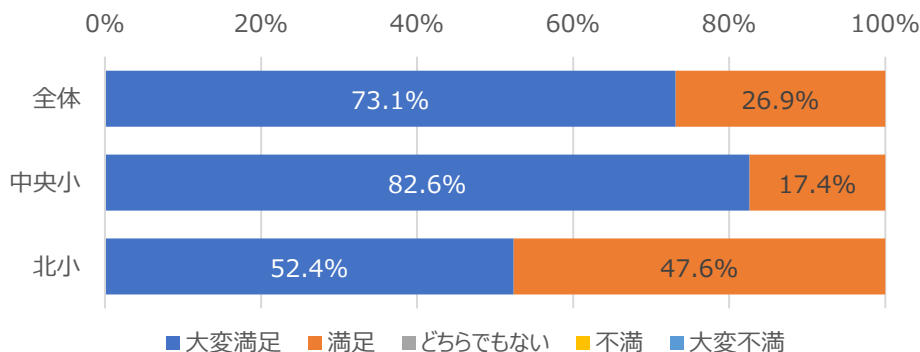
問5 障害者手帳はお持ちですか？

- 障害者手帳については、「持っていない」が80.0%、「持っている」が20.0%であった。



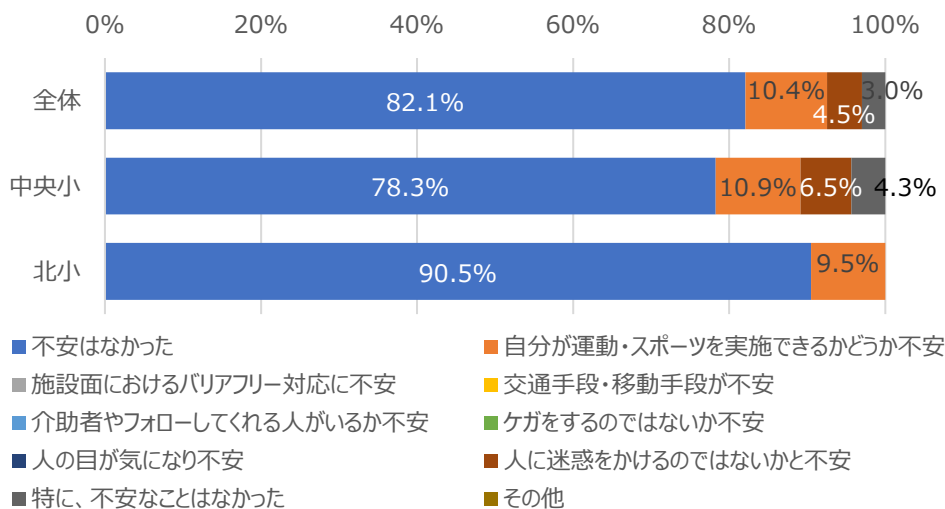
問6 本日の「教室」の満足度はいかがですか？

- 満足度については、「大変満足」が73.1%、「満足」が26.9%であった。
- 会場別にみると、中央小の方が北小に比べ、「大変満足」の割合が高い結果となっている。



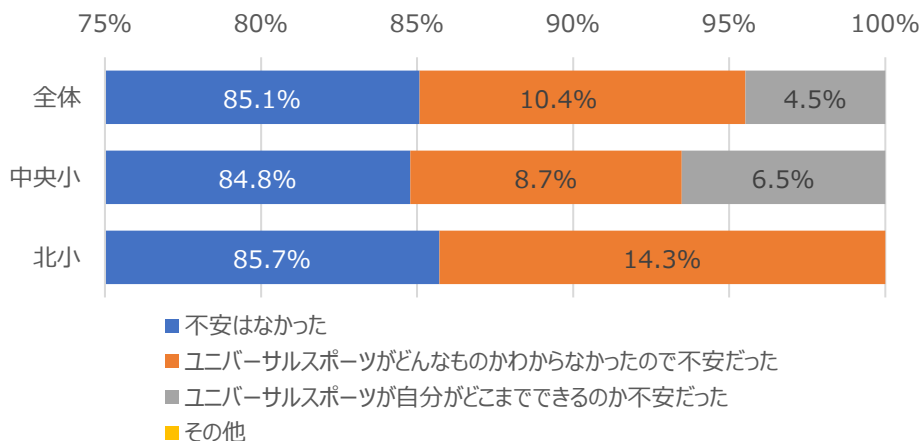
問7 「教室」に参加するまでに、何か不安等がありましたか？

- 「不安はなかった」という回答が82.1%と最も多い結果であるが、「自分が運動・スポーツを実施できるかどうか不安」や「人に迷惑をかけるのではないかと不安」といった不安も生じていた。
- 特に、中央小での参加者の方が、不安事項が多い状況になっている。



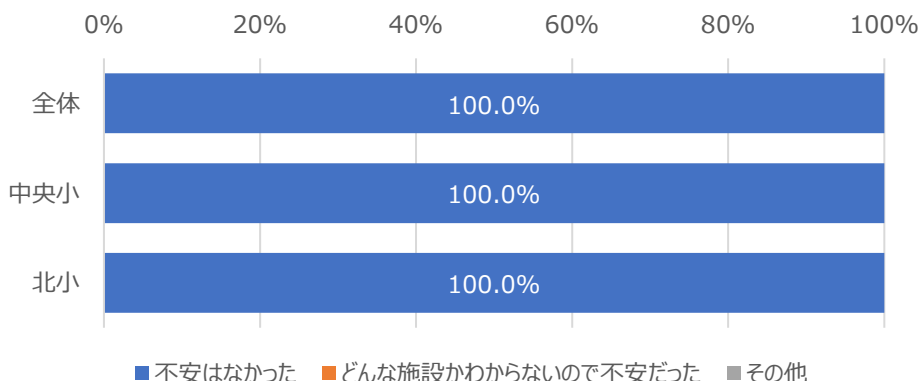
問8 「教室」に参加しユニバーサルスポーツを実施するにあたり不安と思ったことはありますか？

- 「不安はなかった」という回答が85.1%と最も多い結果であった。
- 中央小での参加者の方が、不安事項があったという結果となっている。



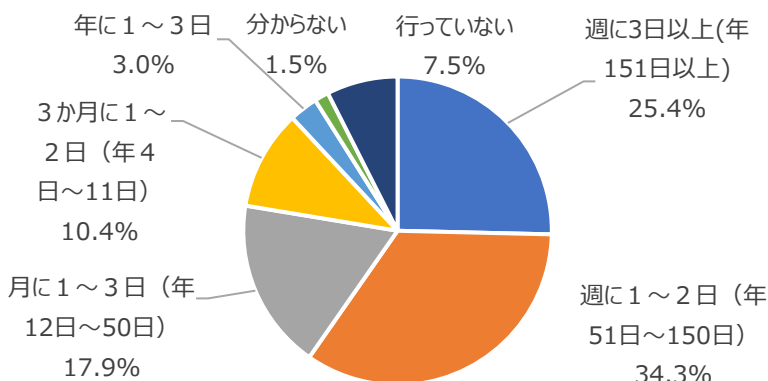
問9 「教室」に参加し、施設面で不安に思ったことはありますか？

- 「不安はなかった」という結果となっている。



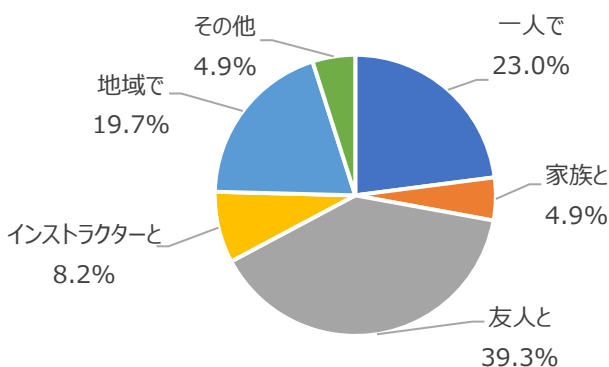
問10 過去1年間にスポーツ・運動はされましたか？

- 参加者は、「週1～2日」が最も多く、次いで「週3日以上」となっており、毎週運動・スポーツをしている方が約6割であった。
- その他、「月に1～3日」が17.9%、「3か月に1～2日」という結果であった。
- 「行っていない」が7.5%存在した。



問11 スポーツ・運動は、どなたと一緒にされていますか？

- 「友人と」が39.3%と最も多く、次いで「一人で」、「地域で」という結果であった。



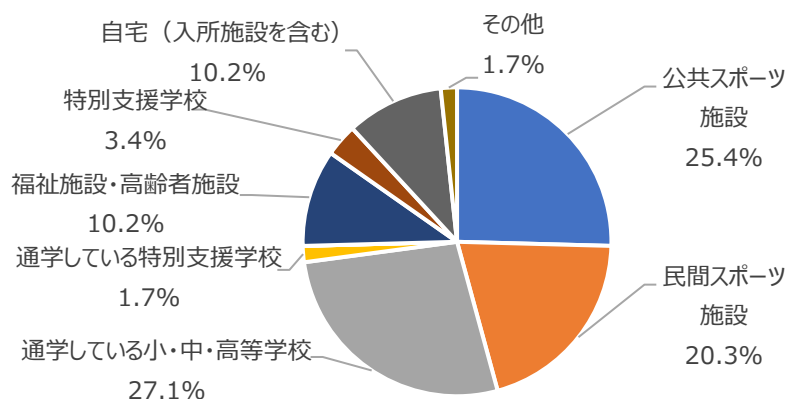
問12 どのようなスポーツ・運動をよくされていますか？

体操 (12)、ウォーキング (6)、ヨガ (4)、体育 (3)、ドッジボール (3)、バドミントン (3)、テニス (3)、バスケ (2)、野球 (2)、剣道 (2)、水泳 (2)、ボーリング (2)、ソフトボール (1)、サイクリング (1)、ゲートボール (1)、ジョギング (1)、バレーボール (1)、卓球 (1)、ストレッチ (1)、グラウンドゴルフ (1)、スポーツジム (1)、ボッチャ (1)、おにごっこ (1)、サッカー (1)、ランニング (1)



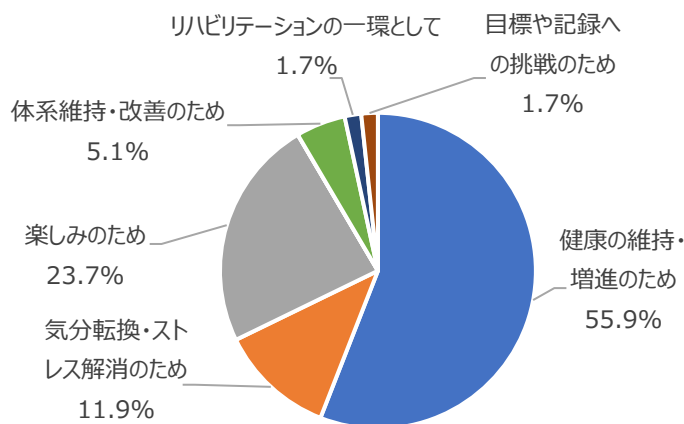
問 13 どこで運動・スポーツを行っていますか？

- 「通学している小・中・高等学校」が 27.1%と最も多く、次いで「公共スポーツ施設」、「民間スポーツ施設」、「福祉施設・高齢者施設」という結果であった。



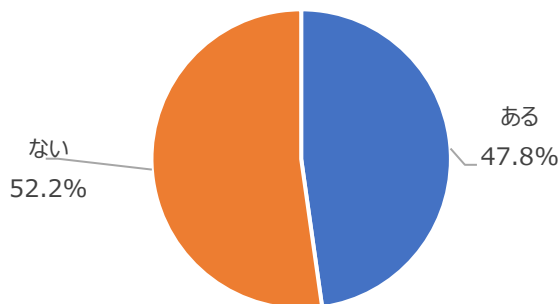
問 14 スポーツ・運動をする、した理由を教えてください。

- 「健康の維持・増進のため」が 55.9%と最も多く、次いで「楽しむため」、「気分転換・ストレス解消のため」という結果であった。



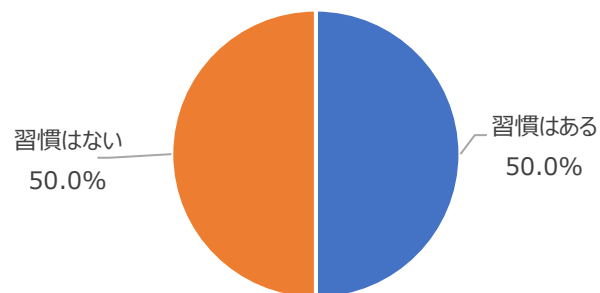
問 15 障がいのある方と一緒にスポーツをしたことはありますか？

- 障がいのある方と一緒にスポーツした有無については、半々という結果であった。



問 16 障がいのある方と一緒にスポーツをする習慣はありますか？

- 障がいのある方と一緒にスポーツをする習慣については、半々という結果であった。



問 17 どのようなことを工夫して、どのようなスポーツをされているか、教えてください。

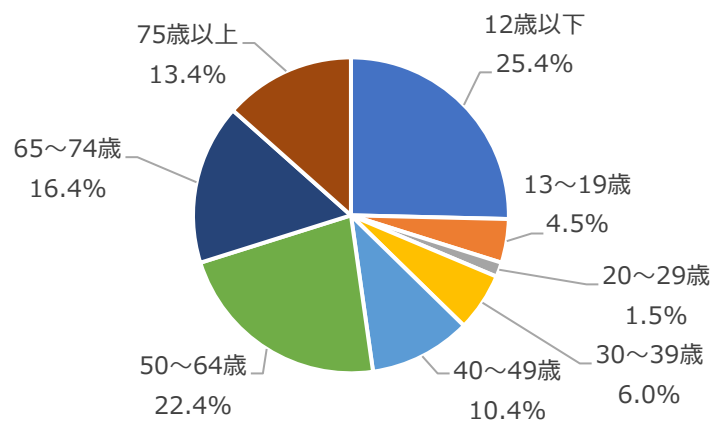
- その人が参加できるルール
- ボッチャ
- ジョギング
- しっかりスキンシップをとる。沢山褒める
- ボーリング
- バレーボールをする際に、コート小さくし、何回タッチをしてもいいようにした。
- 体操
- やりたいと言うものを一緒にする
- 各自のレベルに合わせてルールを変えたりする
- 楽しく
- できるだけ自立を促す
- できることを引き出す
- なわとび
- 丁寧にルール説明をする
- 体育
- 先生の話きく
- 分からない
- 過度な負担になる動きはしない
- 誘導などゆっくり動く
- 順番待ちやルールを理解されるのが難しい子供も多くスポーツは中々難しい。
- 障がい者と外でスポーツをするのはハードルが高い

問 18 本日参加してどのような工夫があればもっと、一緒に楽しめると思いますか？

- 会場音楽
- 点数を数えられない子が多いから、色やイラストに変えるとやりやすい。
- さむい
- BGMがあれば雰囲気を和ませたり楽しく盛り上げたりできると思います。
- タスキなどで順番が視覚的にわかりやすかった。
- 子供が見やすい場所にイラストでルール説明があるといいなと思います。

問 19 あなたの年齢を教えてください

- 「12歳以下」が25.4%と最も多く、次いで「50～64歳」、「65～74歳」という結果であった
- 本アンケート調査の結果は全ての参加者に回答してもらっている訳ではないため、参加者の属性の割合ではないことに留意。



## 問 20 その他、ご意見・ご感想

- とてもいい経験になりました
- どの人でも楽しめるスポーツだと思いました。
- 楽しい、面白い
- みんなで一緒に行くのでおもしろかった。
- 安全で誰でも参加できるスポーツでした。
- とても楽しかったです。
- 楽しく出来るとおもうのでひろげられたらとおもいます
- 参加して良かった。楽しかった
- 外に出て、年齢を関係なく楽しめました。
- また参加したい
- どの年代の方も楽しめる競技だと思いました。
- 楽しかったからまた来ます
- もっとやりたいからまた来ます
- 参加して楽しかった。
- みんなでワイワイ楽しめてとても良かった。
- 初めてでしたが年齢問わず楽しめるスポーツだと思いました。
- 楽しかったまたしたい
- またやりたいです
- 子供達も大変楽しめました。
- あたるのが楽しかったです。
- 丁寧に対応してくださりありがとうございました。
- 利用者さんも大変楽しまれていました。
- 初めて体験したが、室内で遊べて盛り上がりとても良かったです。
- とても楽しいスポーツですね！
- 年齢関係なく遊べるのが楽しいですね！
- 立ったり座ったり、足腰を使うので良い運動になりました。
- 一度に複数人で対戦できるのが良い。
- 色んな世代で交流ができて楽しかったです。
- 子供と一緒に楽しめました。

### (3) 「大会」の開催

#### ① 「大会」の企画

##### i) プログラムの企画

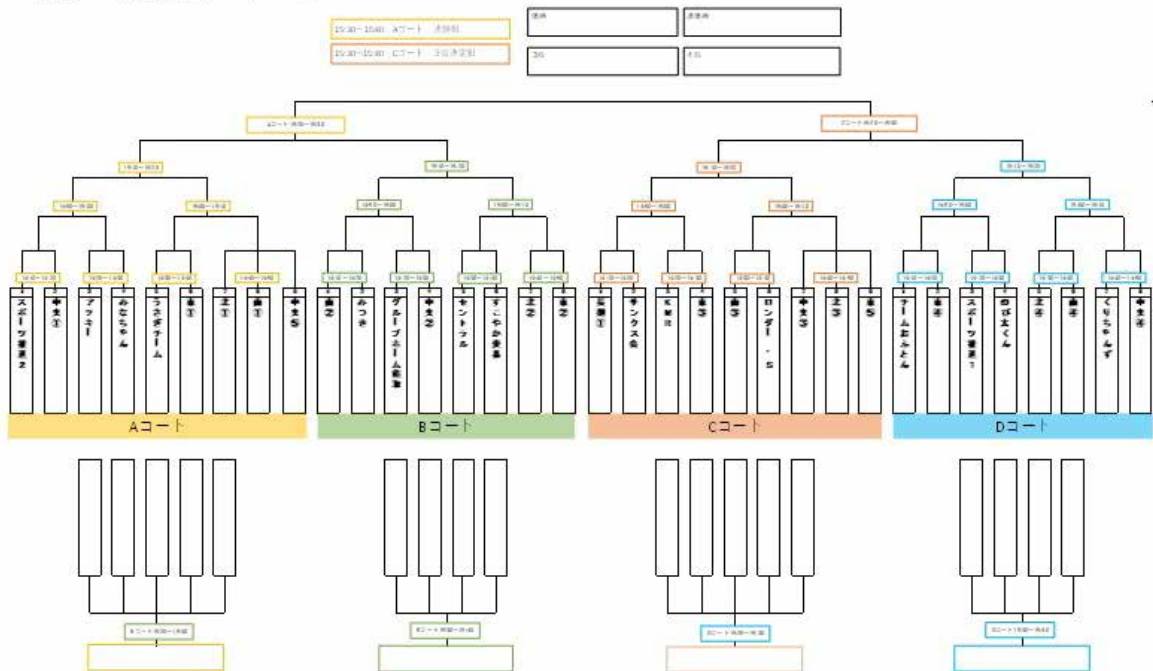
これまで社会体育施設等で開催していた「大会」について、参加者の身近な学校体育施設において開催することができるか、また、どのくらいの人数までを安全にマネジメントできるのかといった事項を検証するために、「大会」を開催する。

#### <内容>

- ・勝ち抜きトーナメント方式で、2~4名のチーム24組を定員とした大会
- ・オープニングスロー(始球式)には学校長・町長などにご協力をいただき、地元住民で本実証の機運を高め、開催

## 【総合大会】トーナメント表

2023年12月23日(土) 総合大会 トーナメント表



＜募集・周知方法等＞

- ・チラシ（右下図）を作り、熊取町駅、煉瓦館などに掲示し、施設利用者に積極的に配布した。
- ・熊取町のHPやLINE公式アカウント、ミニらいとモルック協会のHPやSNSなどから配信した。
- ・申込フォームからの受付以外に、協会の電話、メールからも随時受け付けた。
- ・マスコミにプレスリリース(左下図)を送って告知を促した。

プレスリリース



大会告知チラシ

**ミニらいとモルック®**  
大会チームで出場しよう!

～第2大会～  
日時:12/16(土)  
14:00～16:00  
24チーム募集

～総合大会～  
日時:12/23(土)  
14:00～16:00  
24チーム募集

【申込要項】  
1チームの人数は2～4人で作ってください!  
(親子、三世代、友達などご自由に編成してください!)

【お申し込み方法】  
①お申し込み用紙を印刷して記入し、お申し込み用紙と一緒に詳細を送ります。  
②お申し込み用紙を印刷して記入し、お申し込み用紙と一緒に詳細を送ります。  
③お申し込み用紙を印刷して記入し、お申し込み用紙と一緒に詳細を送ります。

ii) 開催にあたっての留意点の検討

事前予約制を取り、介助が必要な方の数、その介助できる方の参加数を把握し、受入スタッフの人数を事前に決め、万全な状態を構築した。

100名以上の参加なので、混乱の回避のため、障がいの有無を確認し、駐車位置の指定、会場での待機場所の指定など、事前に固定し当日は人員を配置し、案内を徹底した。

＜タイムスケジュール(例)＞

【総合大会】スケジュール		日時：12月23日(土) 場所：中央小学校
12:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>●中央小学校集合</li> <li>12:30～12:40 全体ミーティング</li> <li>12:40～ 全員で会場内の椅子・テーブルを出す。その後各自の担当場所の設営</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・動線の確認、荷物の搬入</li> <li>・コート・会場内外設営 (会場図・スタッフ配置を参照)</li> </ul>
13:30～	<ul style="list-style-type: none"> <li>●開場・受付</li> <li>※駐車場誘導スタッフは13:15にスタンバイ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・<b>駐車場誘導スタッフ</b>→一般・身障者を分けて駐車誘導。駐車場から体育館まで誘導。足元の注意喚起を促す。</li> <li>・<b>体育館前スタッフ</b>→靴用の袋を渡す。必要な人には椅子を勧める。</li> <li>・<b>受付</b>→名札、会場案内図、ルール用紙を配布。写真OK・NGの確認</li> <li>・<b>会場内誘導スタッフ</b>→受付から各チームの待機席へ誘導。トイレの場所の案内。舞台などの立入禁止区域の注意。</li> </ul>
14:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>●開会式 ※ABコートの間にて開催</li> <li>・開会宣言 (宇藤理事)</li> <li>・ルール説明 (西村)</li> <li>・オープニングスロー (熊取町立中央小学校校長 寺田暁司様)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受付は入り口を締め、途中参加者用の電話案内を扉に掲示する</li> <li>・各審判は、担当するコートに集合</li> <li>・ルール説明の際、西村の説明に合わせて、各コートの主審がそれぞれにデモンストレーションを行う。</li> </ul>
14:10～15:20	<ul style="list-style-type: none"> <li>●試合 (トーナメント形式)</li> <li>・各コートに分かれて、試合を行う。</li> <li>・1試合1ゲーム行う。(1ゲーム10分)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・試合が終わったチームから随時アンケート協力をお願いします。</li> <li>(P11「アンケートについて」参照)</li> <li>・アンケートブースもしくはスタッフがpadを持ち各チームの座席に行ってアンケートに回答いただく (ipadが難しい方は紙媒体で回答いただく)</li> <li>・途中退出の方がいる場合はその都度、受付がアンケート対応をしていく。</li> </ul>
15:20	<ul style="list-style-type: none"> <li>●表彰式、記念撮影</li> <li>賞状授与→○○○○</li> <li>※写真撮影後、駐車場スタッフはすぐにスタンバイ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ABコートの間で優勝・準優勝・3位まで賞状と賞品授与。舞台を背に写真撮影</li> <li>・表彰式終了後、参加者全員で記念撮影 (舞台を背に椅子を12個並べる)</li> <li>※横断幕は最前列の人に持つもらう。</li> <li>写真撮影後、一旦席に戻ってもらい、退場の誘導があるまで待つもらう。</li> </ul>
15:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>●閉会</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>出口の混雑を避けるため、司会が声を掛けて順に退場</li> <li>会場内誘導担当は、1チームづつ誘導する</li> </ul>
16:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>完全撤収</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>会場内外の片付けをし、解散。</li> </ul>

<大会プログラム設置図および留意点まとめ>

○中央小学校

### 【総合大会】会場配置図（大会中）

**テーブル 8 台**  
**椅子 133 脚**

椅子を置く場所には、全てシートを敷く必要がある為、全員でシートを敷いてから椅子を出す。

**<体育館入口>**

- 靴を脱いで入るよう声を掛ける。
- 脱いだ靴は各自で管理をお願いします。（下足用ナイロン袋を用意し利用していただく。）
- 車椅子はウェットティッシュでタイヤを拭く

壁にトーナメント表を掲示（各コートの点数係が各試合終了後に記入する）

**<トイレ>** 介助の依頼があった場合は、③が介助へ。その際①②④のスタッフがフォローする。

**※各コートのガードと、スコアボード等を乗せているテーブルは、オープニングスローが終わるまで各スローライン側へよけていく。オープニングスローが終わったら所定の位置に戻す。**

**<待機場所へ案内>**

- 待機場所としてチーム単位で席を用意。（椅子の背もたれの内側に番号を貼っておく）
- 受付時に渡す名札の番号の席が待機場所と伝え、受付が完了したチームを、会場内スタッフが待機席へ誘導する。待機席に案内後、会場案内図を見ながら、トイレの場所やスタッフの位置、お手伝いが必要な場合は声をかけて頂くことなどを案内したスタッフが職員の方へ伝える。

mini light Mōlky. 11

○北小学校

### 【北小学校第一大会】会場配置図（大会中）

**椅子 150 脚**  
**テーブル 7 台 9:00までに全員で出す**

**<体育館前>**

- 靴を脱いで入るよう声を掛ける。
- 脱いだ靴は各自で管理をお願いします。（下足用ナイロン袋を用意し利用していただく。）
- 車椅子はウェットティッシュでタイヤを拭く

**<待機場所へ案内>**

- 待機場所としてチーム単位で席を用意。（番号を貼っておく）
- 受付時に渡す名札の番号の席が待機場所と伝える。
- 受付が完了したチームを、会場内スタッフがその待機席へ誘導する。
- 待機席に案内後、会場案内図を見ながら、トイレの場所やスタッフの位置、お手伝いが必要な場合は声をかけて頂くことなどを案内したスタッフが職員の方へ伝える。

①のスタッフがトイレ介助等で場を離れる場合は、②③のスタッフが①へ移動してフォローする。  
①②③④のスタッフは、立入禁止区域への立入が無いように配慮する。

mini light Mōlky. 10

## ②「大会」の実施

①の企画を踏まえ、以下全3回の「大会」を開催した。

開催日	会場	参加人数	主な属性
11月25日(土)	北小学校	22組・70名	・認知症
12月16日(土)	中央小学校	22組・60名	・身体障がい(弱視、パーキンソン病、全身ケロイド)
12月23日(土)	中央小学校	34組・125名	・健常者(スポーツ推進委員、地域住民、学童、ボランティア団体)など

### <大会の様子>



### ③検証（アンケート調査）

#### 1) 調査概要

<対象>大会参加者

<方法>google フォームの利用、紙媒体にて記入

<サンプル数>

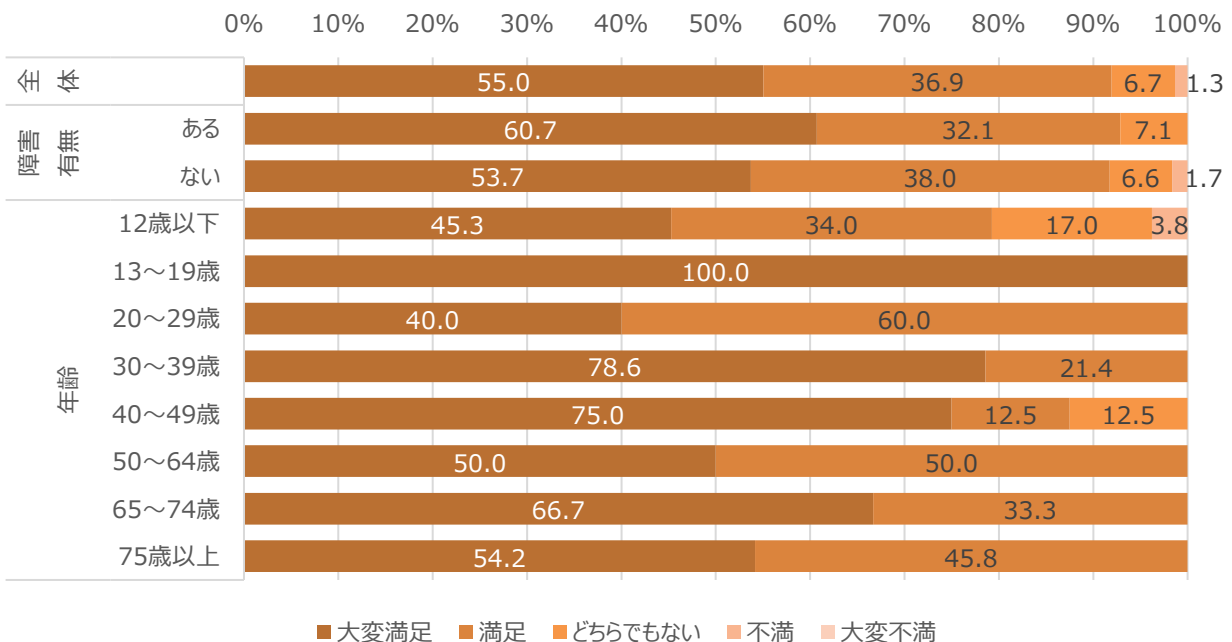
	11/25 第一大会	12/16 第二大会	12/23 総合大会
	北小	中央小	中央小
参加者数	70	60	125
回答者数	42	37	70
割合(%)	60.0%	61.7%	56.0%

#### 2) 調査結果

##### 【結果概要】

##### (i) 「大会」の満足度

- 「大変満足」が55.0%と最も多く、次いで「満足」が36.9%という結果である。
- 障がいの有無にかかわらず、「教室」には満足しているが、障がいのある方に「大変満足」の割合が高い。
- 年齢別でみると、13～19歳、30～49歳、65～74歳の参加者の「大変満足」の割合が高い。



##### (ii) 「大会」参加への不安

- 「特に不安なことはなかった」が87.2%という結果で、「教室」参加への不安がなかったものの、「自分が運動・スポーツを実施できるかどうか不安」が9.4%、「交通手段・移動手段が不安」が2.0%という結果もあった。
- 障がいのある方や13～19歳が「自分が運動・スポーツを実施できるかどうか不安」の割合が高い結果となっている。



		不安はなかつた	不安はなかつた	不安はなかつた	不安はなかつた	不安はなかつた	不安はなかつた	不安はなかつた	不安はなかつた	不安はなかつた	不安はなかつた	不安はなかつた
全体		9.4	0.0	2.0	0.0	1.3	0.7	0.0	87.2	0.7		
障害有無	ある	21.4	0.0	10.7	0.0	0.0	0.0	0.0	67.9	3.6		
	ない	6.6	0.0	0.0	0.0	1.7	0.8	0.0	91.7	0.0		
年齢	12歳以下	15.1	0.0	1.9	0.0	1.9	1.9	0.0	81.1	0.0		
	13～19歳	66.7	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	33.3	0.0		
	20～29歳	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0		
	30～39歳	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0		
	40～49歳	12.5	0.0	25.0	0.0	0.0	0.0	0.0	75.0	0.0		
	50～64歳	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0		
	65～74歳	13.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	86.7	0.0		
	75歳以上	4.2	0.0	0.0	0.0	4.2	0.0	0.0	87.5	4.2		

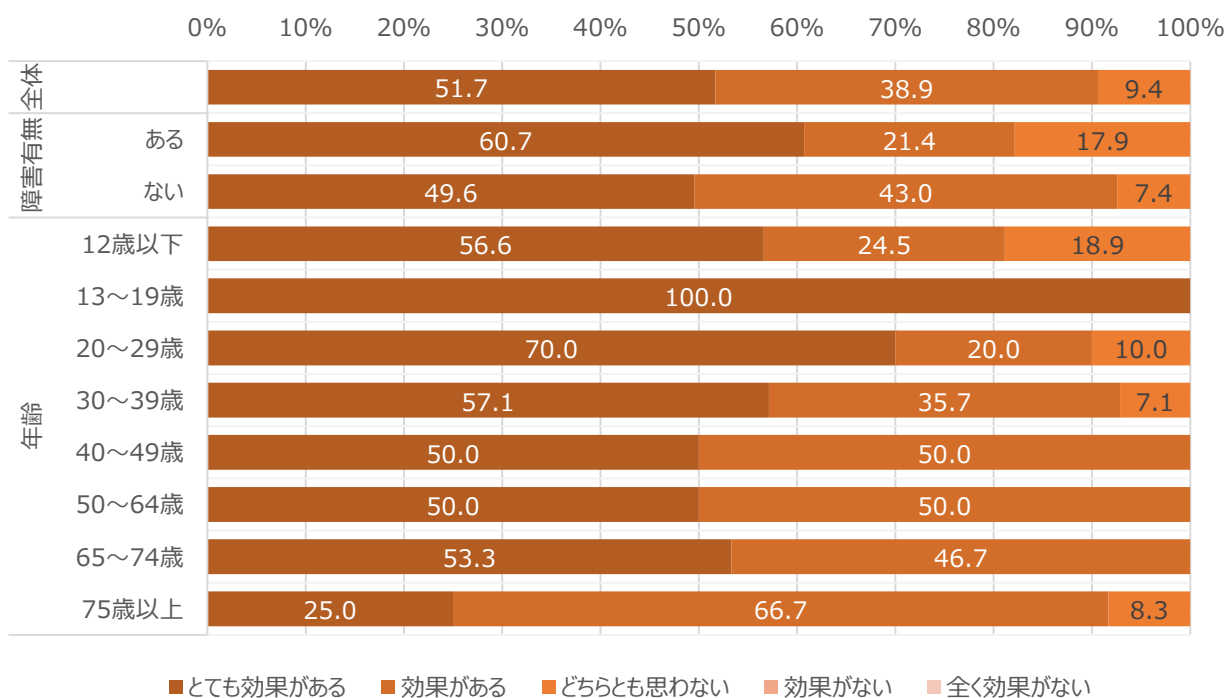
(iii) ユニバーサルスポーツ実施に対する不安

- 「不安はなかつた」が 88.6%という結果で、ユニバーサルスポーツ実施に対する不安は少なかった。
- 障がいのない方より障がいのある方に、若干ではあるが、ユニバーサルスポーツに対する不安がある結果になっている。

		不安はなかつた	不安はなかつた	不安はなかつた	不安はなかつた
全体		88.6	7.4	2.0	0.0
障害有無	ある	89.3	3.6	0.0	0.0
	ない	88.4	8.3	2.5	0.0
年齢	12歳以下	83.0	9.4	3.8	0.0
	13～19歳	100.0	0.0	0.0	0.0
	20～29歳	90.0	10.0	10.0	0.0
	30～39歳	92.9	7.1	0.0	0.0
	40～49歳	87.5	12.5	0.0	0.0
	50～64歳	95.5	0.0	0.0	0.0
	65～74歳	93.3	6.7	0.0	0.0
	75歳以上	87.5	8.3	0.0	0.0

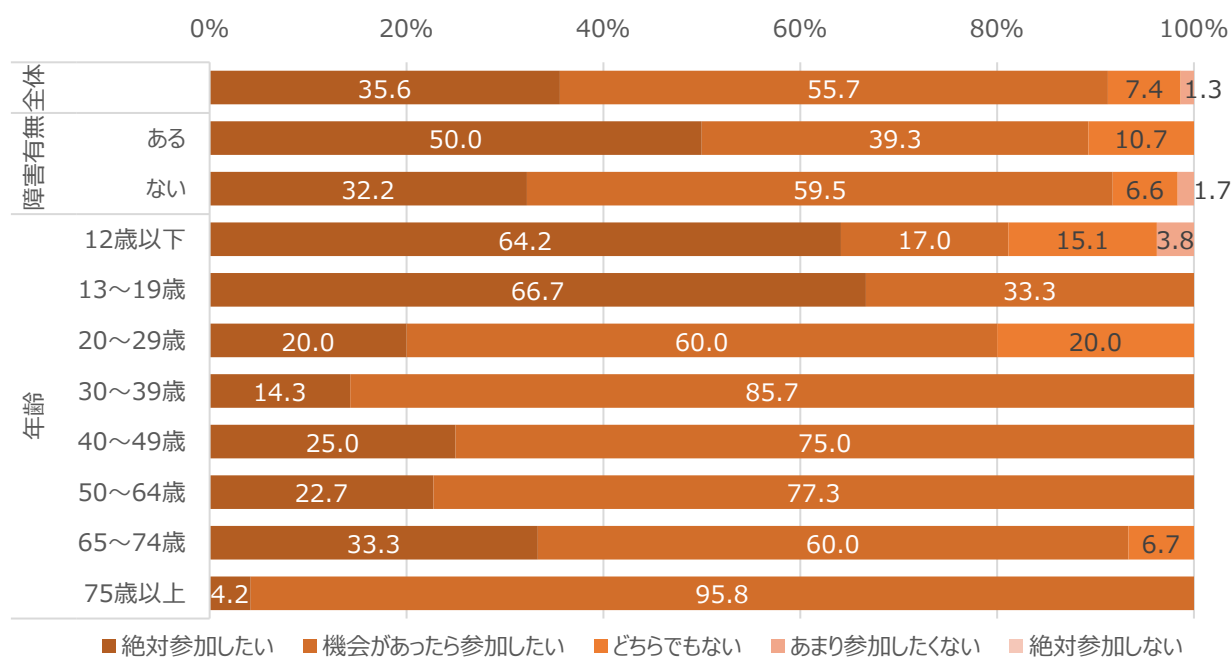
(iv) 本「大会」やユニバーサルスポーツが運動・スポーツを実施する機会を促す効果の有無

- 「とても効果がある」が 51.7%と最も高く、次いで「効果がある」が 38.9%、「どちらとも思わない」が 9.4%であった。
- 障がいの有無でみると、障がいのある方の方が「とても効果がある」という回答の割合が高い。
- 年齢別でみると、年齢が若い方が「とても効果がある」という回答の割合が高い。



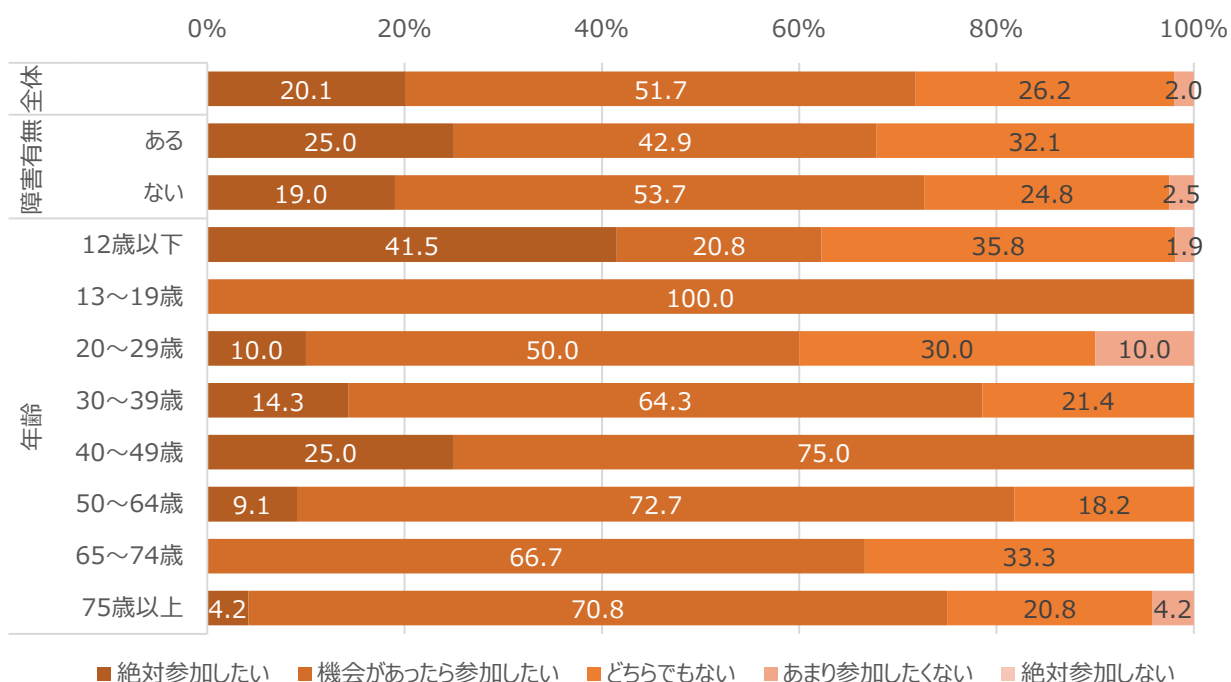
#### (v) 今後の「大会」への参加意向

- 「機会があったら参加したい」が55.7%と最も多く、次いで「絶対参加したい」が35.6%、「どちらでもない」が7.4%、「あまり参加したくない」が1.3%という結果であった。
- 障がいの有無で見ると、障がいのある方が障がいのない方に比べ、「絶対参加したい」の割合が高い。
- 年齢別にみると、19歳以下は「絶対参加したい」という割合が半数を占めているものの、その他の年代については、「機会があったら参加したい」という結果が多くを占めている。



(vi) 今後の「教室」への参加意向

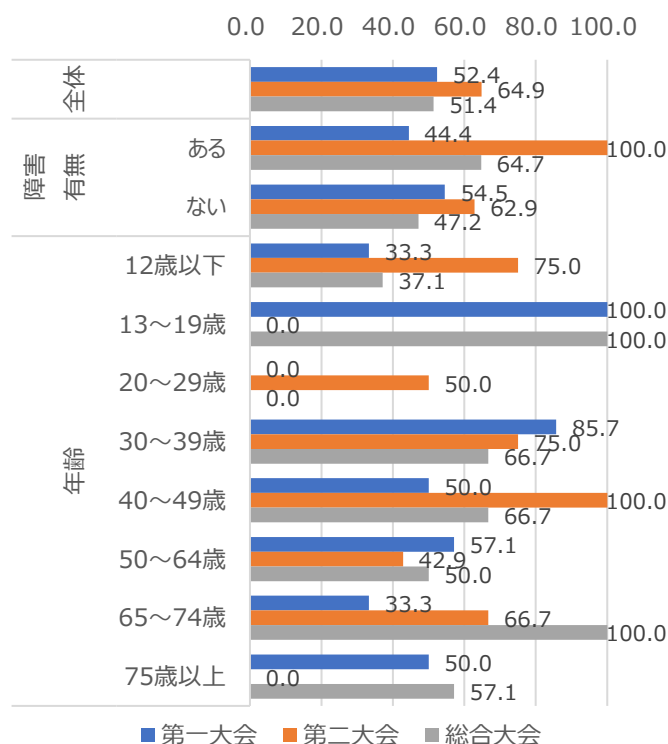
- 「機会があったら参加したい」が51.7%と最も多く、次いで「どちらでもない」が26.2%、「絶対参加したい」が20.1%という結果であった。
- 障がいの有無で見ると、障がいのある方が、障がいのない方に比べ、「絶対参加したい」の割合が高い。
- 年齢別で見ると、12歳以下は「絶対参加したい」の割合が高いものの、その他の世代は「機会があったら参加したい」という結果が多くを占めている。



【TOP BOX について】

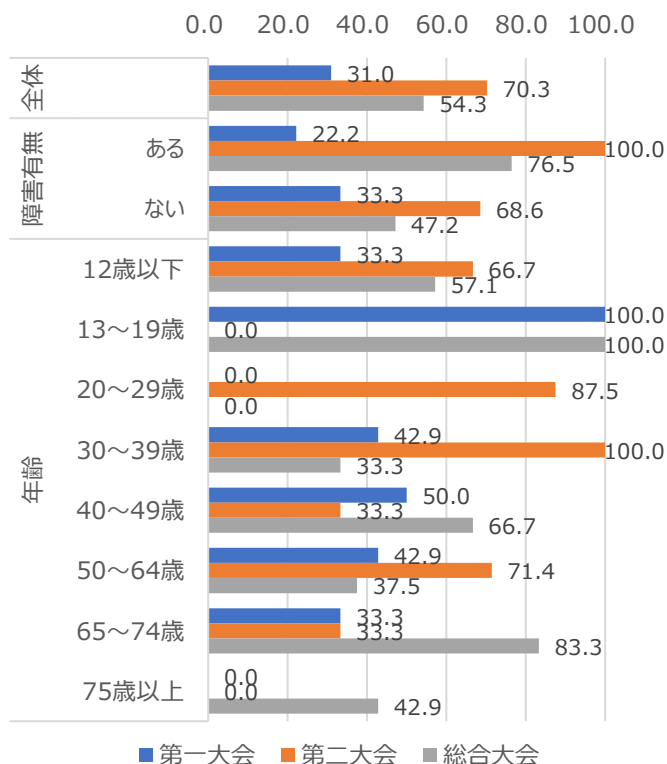
(i) 「大会」の満足度（大変満足）

- 第二大会の「大変満足」を回答した割合が最も高い結果である。
- 障がいの有無で見ても、第二大会が最も多く、次いで、障がいのある方は総合大会、障がいのない方は第一大会となっている。
- 年齢別で見ると、30～39歳は第一大会、65歳以上は総合大会の割合が高い。



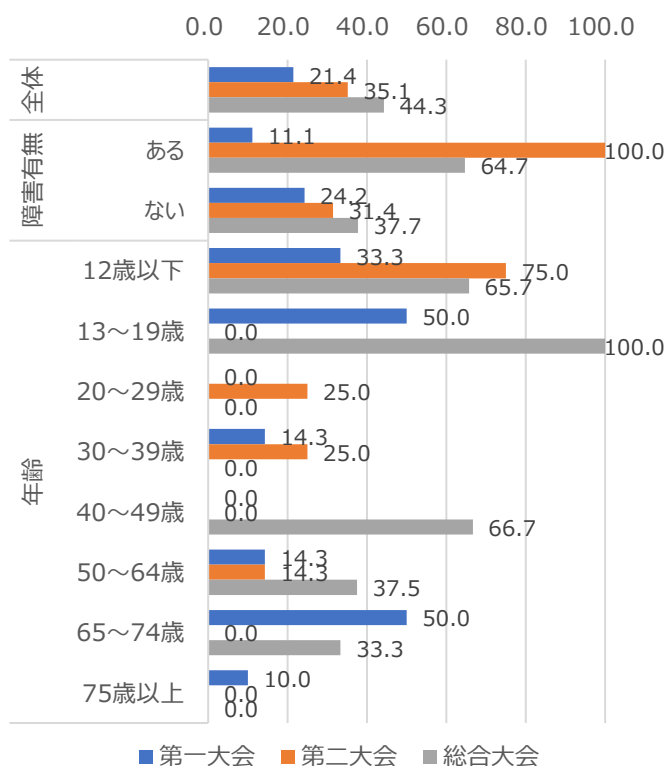
(ii) 本「大会」やユニバーサルスポーツが運動・スポーツを実施する機会を促す効果

- 第二大会において、「とても効果がある」と回答した割合が最も高い結果である。次いで、総合大会となっている。
- 障がいの有無でも、第二大会、総合大会という順である。
- 年齢別でみると、40～49歳、65歳以上が総合大会の割合が最も高い。



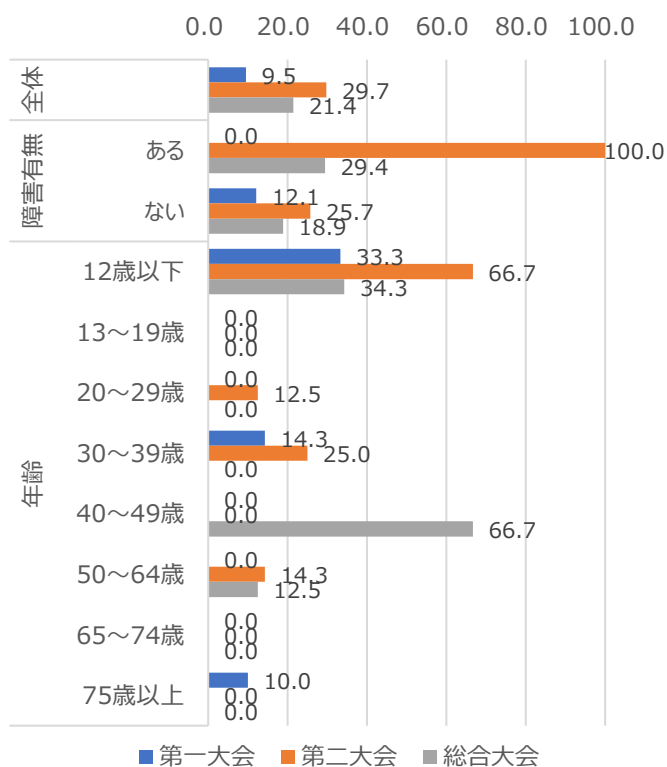
(iii) 今後の「大会」への参加意向（絶対参加したい）

- 総合大会において、今後の大会に「絶対参加したい」と回答した割合が最も高い結果である。次いで、第二大会となっている。
- 障がいの有無でも、障がいのある方は第二大会、障がいのない方は総合大会の割合が高い結果である。
- 年齢別でみると、19歳以下が総合大会での割合、65歳以上は第一大会の割合が高い結果である。



(iv) 今後の「教室」への参加意向（絶対参加したい）

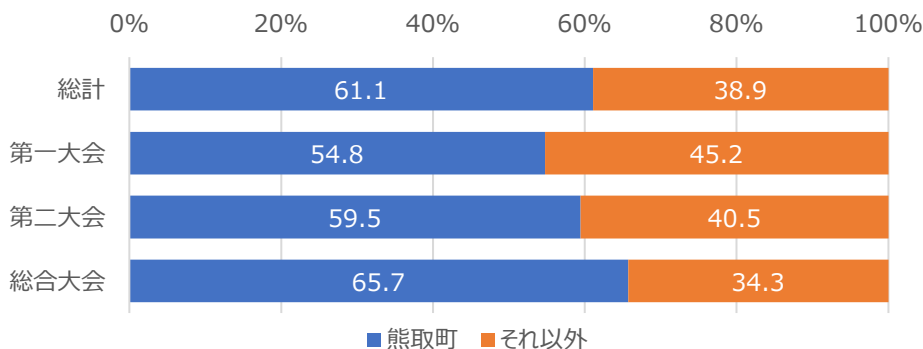
- 第二大会において、今後の教室に「絶対参加したい」と回答した割合が最も高い結果である。次いで、総合大会となっている。
- 障がいの有無でみると、有無に関わらず、第二大会での割合が高い結果である。
- 年齢別でみると、12歳以下が第二大会での割合、40～49歳は総合大会の割合が高い結果であるものの、他の世代では、全体的に「絶対参加したい」と回答している割合が低い結果である。



【各設問の結果】

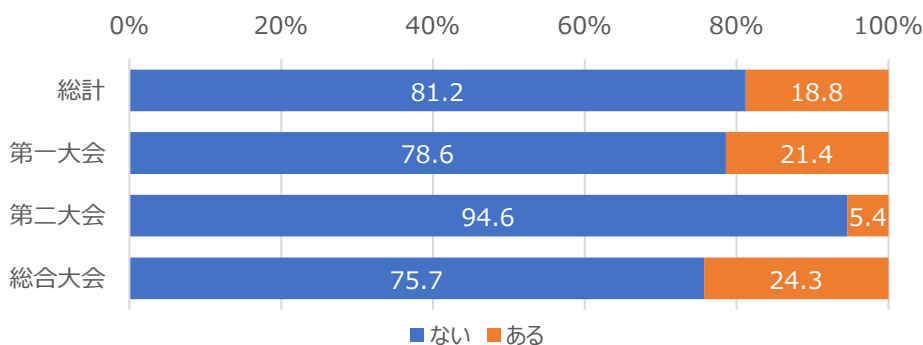
問1 お住いの地域はどちらですか？

- 「熊取町」の参加者が61.1%という結果であった。



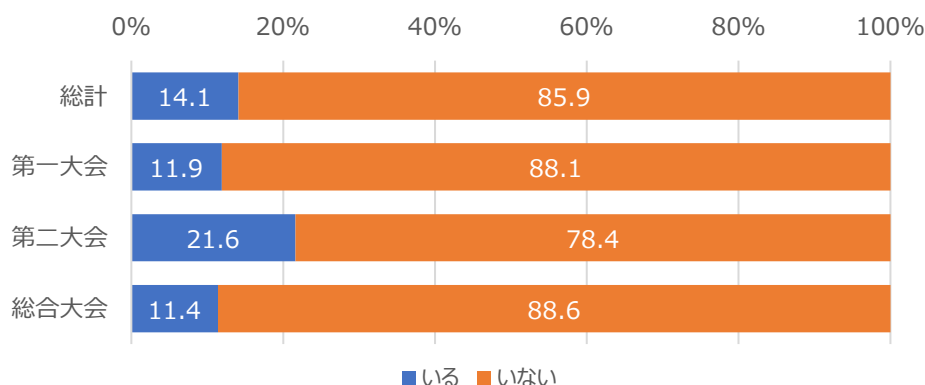
問2 あなたは、障がいがありますか？

- 参加者のうち、障がいのある方は18.8%、障がいのない方は81.2%であった。



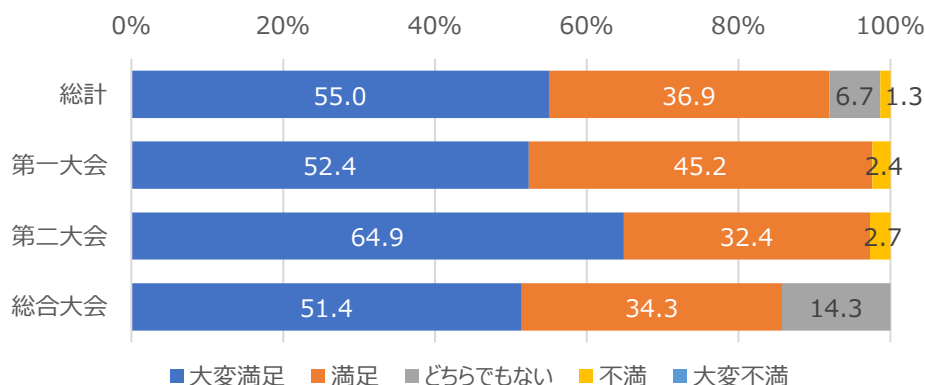
問3 同居されているご家族に障がいがある方はおられますか？

- 障がいのある家族がいる方は、14.1%であった。



問4 本日の「大会」の満足度はいかがですか？

- 「大変満足」が55.0%と最も多く、次いで「満足」が36.9%、「どちらでもない」が6.7%という結果であった。
- 大会別にみると、第二大会が「大変満足」の割合が最も多く、次いで第一大会であった。総合大会においては、「どちらでもない」の割合が最も多い結果であった。



問5 「大会」に参加するまでに、何か不安等がありましたか？

- 「特に不安なことはなかった」が87.2%と最も多く、次いで、「自分が運動・スポーツを実施できるかどうか不安」が9.4%であった。
- 総計に比べ、第一大会及び総合大会では、「自分が運動・スポーツを実施できるかどうか不安」や「交通手段・移動手段が不安」、「ケガをするのではないかな不安」の割合が高くなっている。

	総計	第一大会	第二大会	総合大会
自分が運動・スポーツを実施できるかどうか不安	9.4	11.9	5.4	10.0
施設面におけるバリアフリー対応に不安	0.0	0.0	0.0	0.0
交通手段・移動手段が不安	2.0	2.4	0.0	2.9
介助者やフォローしてくれる人がいるか不安	0.0	0.0	0.0	0.0
ケガをするのではないかな不安	1.3	2.4	0.0	1.4
人の目が気になり不安	0.7	0.0	0.0	1.4
人に迷惑をかけるのではないかと不安	0.0	0.0	0.0	0.0
特に不安なことはなかった	87.2	83.3	94.6	85.7
その他	0.7	2.4	0.0	0.0

問6 「大会」に参加しユニバーサルスポーツを実施するにあたり不安と思ったことはありますか？

- 「不安はなかった」が 88.6%と最も多く、次いで「ユニバーサルスポーツがどんなものかわからなかったのが不安だった」が7.4%であった。
- 総計に比べ、第一大会及び第二大会では、「ユニバーサルスポーツがどんなものかわからなかったのが不安だった」や「ユニバーサルスポーツが自分がどこまでできるのか不安だった」の割合が高くなっている。

	総計	第一大会	第二大会	総合大会
不安はなかった	88.6	88.1	91.9	87.1
ユニバーサルスポーツがどんなものかわからなかったのが不安だった	7.4	9.5	8.1	5.7
ユニバーサルスポーツが自分がどこまでできるのか不安だった	2.0	2.4	2.7	1.4
その他	0.0	0.0	0.0	0.0

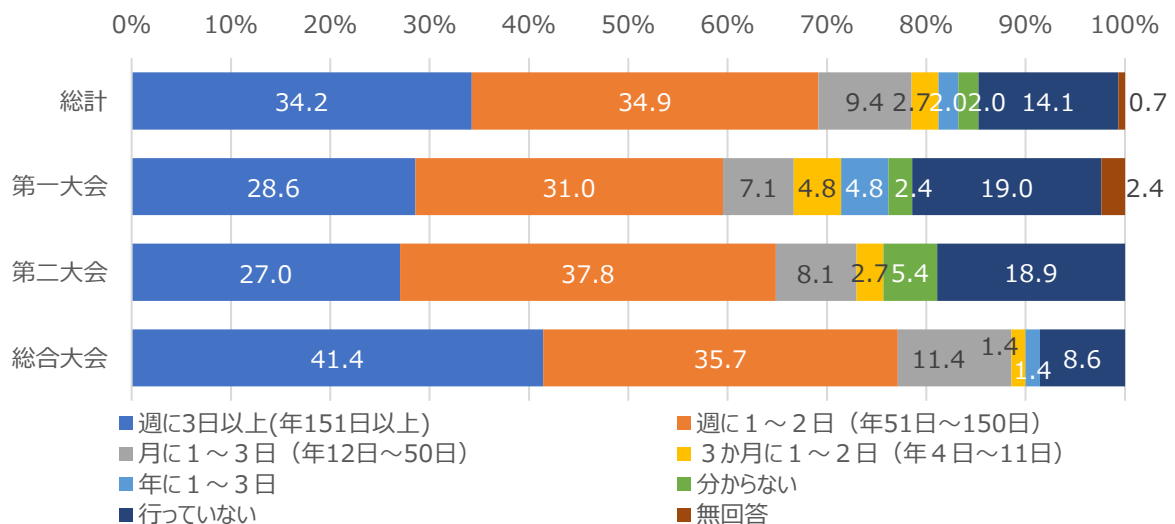
問7 「大会」に参加し、施設面で不安に思ったことはありますか？

- 「不安はなかった」が 98.0%と最も多かった。
- 総計に比べ、第一大会では「どんな施設かわからないのが不安だった」の割合が高くなっている。

	総計	第一大会	第二大会	総合大会
不安はなかった	98.0	92.9	100.0	100.0
どんな施設かわからないのが不安だった	0.7	2.4	0.0	0.0
その他	1.3	4.8	0.0	0.0

問8 過去1年間にスポーツ・運動はされましたか？

- 「週に1～2日」が 34.9%と最も多く、次いで「週に3日以上」が 34.2%、「行っていない」が 14.1%という結果であった。
- 第一大会や第二大会では、「行っていない」と回答した方の割合が高い。一方、総合大会では、「週に1～2日」、「週に3日以上」の割合が高い。



問9 どのようなスポーツ・運動をよくされていますか？

水泳 (13)、サッカー (9)、野球 (9)、ジョギング・ランニング (7)、体操 (5)、モルック (5)、学校で遊ぶ (5)、ダンス (4)、ジム (4)、スキー・スノーボード (4)、ウォーキング (3)、ゴルフ (3)、バドミントン (3)、ヨガ・ストレッチ (3)、チアダンス (2)、グランドゴルフ (2)、筋トレ (2)、ソフトボール (2)、なわとび (2)、バレエ (2)、サーフィン (2)、ボーリング (2)、散歩 (2)、トランポリン (2)、アクロバット、サイクリング、バスケットボール、よさこい、剣道、フットサル、テニス、空手、ペタンク、卓球、合気道

問10 スポーツ・運動は、どなたと一緒にされていますか？

- 「友人と」が 40.3%と最も多く、次いで「一人で」が 30.6%、「家族と」が 19.4%、「地域で」が 15.3%という結果であった。
- 総計と比べ、第一大会や第二大会では、「一人で」や「地域で」、総合大会では、「インストラクターと」の割合が高い。

	総計	第一大会	第二大会	総合大会
一人で	30.6	40.6	32.1	25.0
家族と	19.4	21.9	10.7	21.9
友人と	40.3	31.3	46.4	42.2
インストラクターと	14.5	9.4	14.3	17.2
地域で	15.3	15.6	25.0	10.9
その他	4.0	3.1	7.1	3.1

問11 スポーツ・運動は、どこでされていますか？

- 「公共スポーツ施設」が 38.7%と最も多く、次いで「通学している小・中・高等学校」が 21.0%、「民間スポーツ施設」が 20.2%という結果であった。
- 総計と比べ、第一大会及び第二大会では「民間スポーツ施設」や「福祉施設・高齢者施設」、「自宅（入所施設を含む）」、総合大会では「通学している小・中・高等学校」の割合が高い。

	総計	第一大会	第二大会	総合大会
公共スポーツ施設	38.7	34.4	46.4	37.5
民間スポーツ施設	20.2	31.3	25.0	12.5
通学している小・中・高等学校	21.0	9.4	7.1	32.8
通学している特別支援学校	0.0	0.0	0.0	0.0
通学している小・中・高等学校以外の学校	0.0	0.0	0.0	0.0
障害者スポーツ専用・優先施設	0.0	0.0	0.0	0.0
福祉施設・高齢者施設	5.6	15.6	7.1	0.0
特別支援学校	0.0	0.0	0.0	0.0
自宅(入所施設を含む)	5.6	6.3	7.1	4.7
その他	4.0	15.6	0.0	0.0

問12 スポーツ・運動をする、した理由を教えてください。

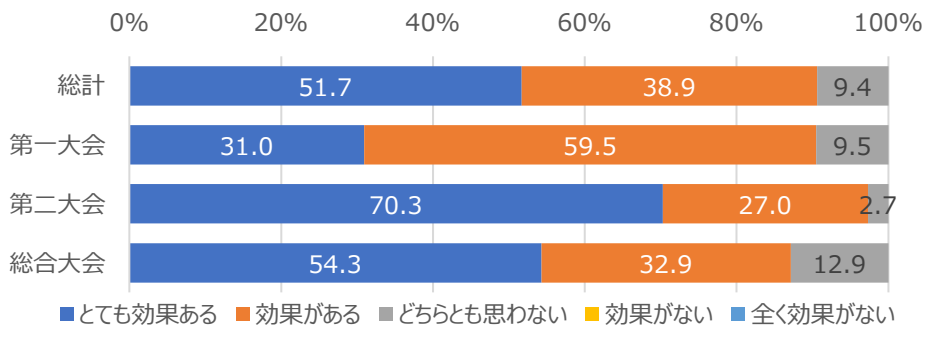
- 「健康の維持・増進のため」が 54.8%と最も多く、次いで「楽しみのため」が 40.3%、「気分転換・ストレス解消のため」が 24.2%という結果であった。
- 総計と比べ、第二大会及び総合大会では「楽しみのため」や「友人や家族との交流のため」の割合が高い。

	総計	第一大会	第二大会	総合大会
健康の維持・増進のため	54.8	75.0	46.4	48.4
気分転換・ストレス解消のため	24.2	25.0	35.7	18.8
楽しみのため	40.3	18.8	46.4	48.4
友人や家族との交流のため	16.9	6.3	25.0	18.8
健常者との交流のため	1.6	0.0	3.6	1.6
体系維持・改善のため	10.5	21.9	10.7	4.7
リハビリテーションの一環として	0.8	0.0	0.0	1.6
目標や記録への挑戦のため	9.7	15.6	3.6	9.4
その他	0.0	0.0	0.0	0.0



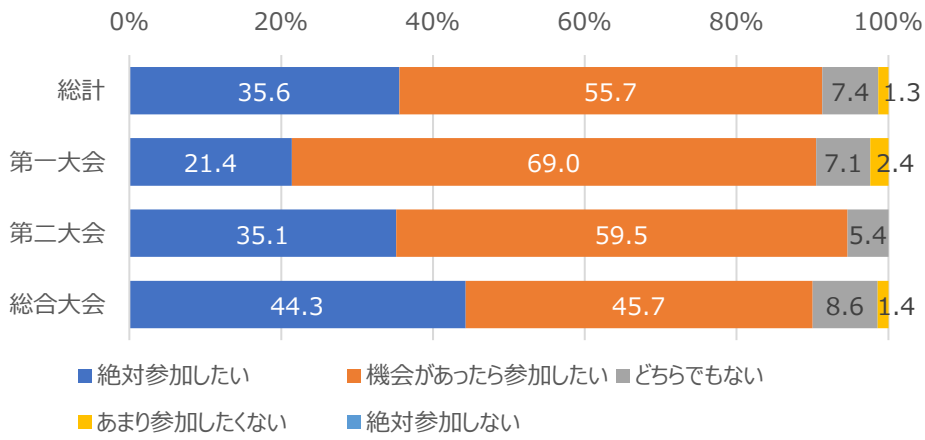
問13 本「大会」やユニバーサルスポーツは、あなた自身の運動・スポーツを実施する機会を促す効果はあると思いますか？

- 「とても効果がある」が51.7%と最も多く、次いで「効果がある」が38.9%、「どちらとも思わない」が9.4%という結果であった。
- 総計と比べ、第二大会と総合大会では「とても効果がある」の割合が高いが、第二大会は70.3%と大きく高くなっている。



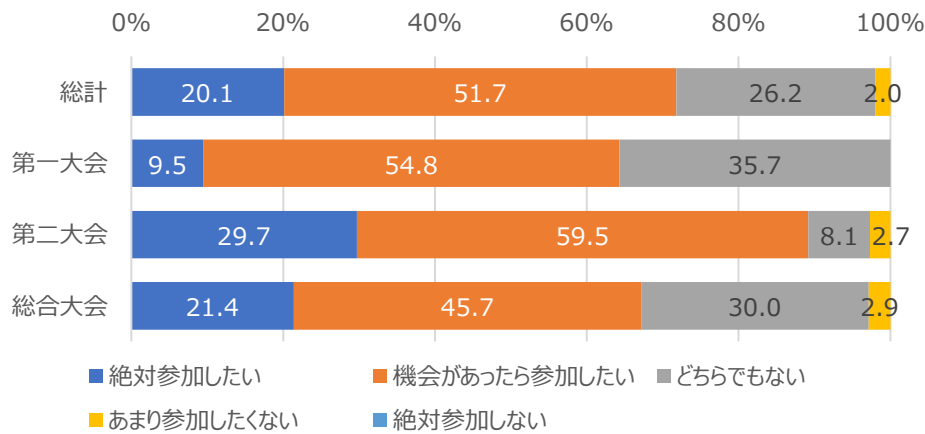
問14 今後も、「大会」に参加したいと思いますか？

- 「機会があったら参加したい」が55.7%と最も多く、次いで「絶対参加したい」が35.6%、「どちらでもない」が7.4%という結果であった。
- 第一大会から総合大会に進むにつれ、「絶対参加したい」の割合が高くなっている。一方、第一大会や総合大会では、「あまり参加したくない」と回答している方も見受けられる。

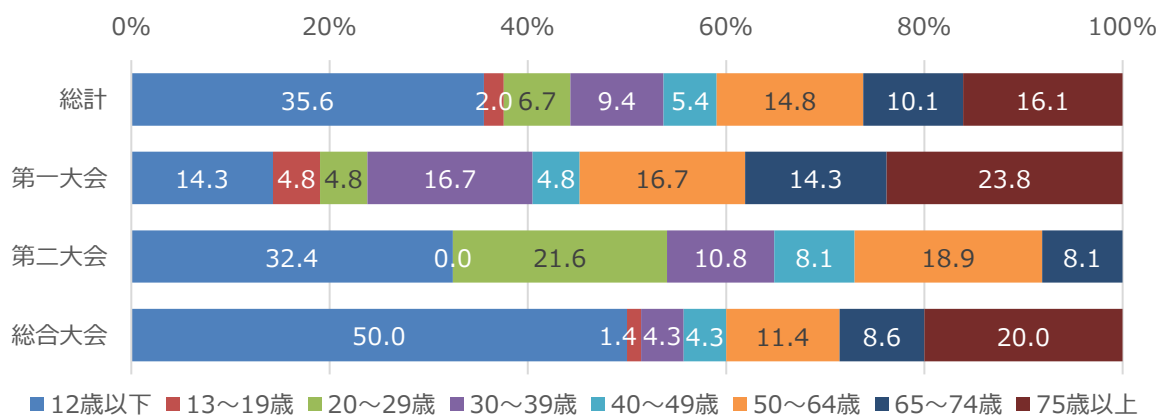


問15 「大会」だけではなく、日常的に「教室」も開催しています。今後、「教室」にも参加したいと思いますか？

- 「機会があったら参加したい」が51.7%と最も多く、次いで「どちらでもない」が26.2%、「絶対参加したい」が20.1%という結果であった。
- 総計に比べ、第二大会では、「絶対参加したい」や「機会があったら参加したい」の割合が高いものの、第一大会及び総合大会では低くなっている。



問 16 あなたの年齢を教えてください。



問 17 その他、ご意見・ご感想

<第一大会>

- またやりたい
- 2試合ぐらいできると良かったと思います。
- 2試合したかった
- 大変面白かったです。
- つぎいけたらかちたい
- 毎回大変楽しいので参加して良かったです
- 楽しかったです♪
- とても楽しかったです
- どの世代も楽しめていいと思いました。
- 今回はプレイヤーとして参加させて頂きましたがスタッフとして楽しませる側も体験したいと感じました。
- 最初に負けて少し悲しかったけど、楽しかったです。
- 和気あいあい声援をかけながら皆楽しそうにしている参加して良かった。
- 今日は楽しくありがとうございました。
- 考えて動くので楽しいです。

### <第二大会>

- 練習して再チャレンジしたいです
- 簡単に出来そうだったが、難しかった
- 楽しいスポーツだと思いました。
- 初めてのモルックでしたが、楽しめました
- とても、楽しかったです！
- 単そうに見えて案外難しかったが、楽しかったです。
- またやりたいです
- 頭も使ってスポーツしたのは初めてでした。楽しかったです。
- 子ども達と一緒に対戦できて楽しかったです。
- 地域の集まりでも取り入れたい。
- 負けてくやしかった
- 学校でもやりたいです。
- 楽しかったから家でもやりたいです。
- 楽しかったけど、負けたからまたやって次は勝ちたい。
- 最後に負けて悔しかったので、次は勝ちたいです。
- 思ったように当たらない所が真剣になり、ハマりますね。
- 子供と一緒に参加できるのがいい
- 子供に負けないように練習します！
- 多世代でできるスポーツだと思いました。
- 初めてでしたが、とても楽しかったです！
- 学童でも取り入れてやっていきたいです。
- 子供の声がにぎやかで楽しかったです。

### <総合大会>

- 寒さとの闘いでした。
- 小さい子から参加できていて、よかったです。
- 大会では上手くできなかつたからまた出たいと思った。
- 次もあつたら頑張りたいし、勝ちたいです。
- 負けて悔しかったけど、モルック大会に参加できて楽しかった。
- 負けてくやしかった。
- もっとミニらいとモルックをやろうと思った。
- 楽しかった。またしたいです。
- また頑張りたい。
- 次やった時は勝ちたいから練習したいです。
- 誰でも楽しめるし、私も楽しめて良かったです。
- 勝てて嬉しかったです。
- ドキドキしたけど、1回戦勝てて良かったです。
- 負けて悔しい次こそ勝つぞ！
- ととても楽しく遊ばせていただきました。久しぶりにワクワクしました。

- 負けて悔しかった。
- 参加する前はドキドキして固まっていたけど、勝てて嬉しかったです。
- ファールで負けて悔しいけど、楽しかった。
- 絶対勝ちたいです。
- 負けたけど、楽しかったです。
- いい運動になりました。
- 室内でできるのが良いですね。
- 近くであれば、参加したい。
- 年齢の差なく試合ができ楽しかったです。
- 町会で練習したい
- 室内なので、天候に左右されずにできるところが良いですね。
- 子供の声がにぎやかで楽しかった。
- 簡単で楽しめました。
- イスがあったので、待っている時も楽でした。

#### (4) 受入側へのヒアリング調査

「教室」及び「大会」を実施し、その受入側となった熊取町及び小学校に対して、ヒアリング調査を行い、取組を実施した所感や今後も積極的に学校体育施設の有効活用に向けた意見交換等を行った。

日付	対象者	内容
1月23日(火)	中央小学校長	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 「教室」、「大会」の開催を通じた所感</li> <li>• 今後、障がいのある方を含む地域住民が気軽に小学校体育館を利用することは可能なのか？具体的にできることとできないこと等</li> </ul>
1月23日(火)	生涯学習推進課	

#### <記録（中央小学校長）>

##### ■この取組みへの感想

- ミニらいとモルックは、経験の有無に関係なく参加がしやすい。
- 勝負にこだわりながらも、小さな子どもからお年寄りまでと一緒に楽しめて、この先の生涯スポーツとして良いと思う。
- 社会教育、社会貢献のために地域にどんどん広がって欲しい。

##### ■今後、小学校体育館を地域のユニバーサルスポーツの場として活用していくことについて

- 小学校はどの地域の方にも親しみのある公的は場所ではあるが、小学生に関しては他の校区に子どもだけでは行くことができないというルールがあるので、保護者など大人の送迎が必要である。

##### ■共生社会への取組みが総合学習として小学校でも活用できるかどうか。

- 大事なことであり、必要だと思う。

- ・ 現在も、大阪体育大学などの協力を得て、視覚障害のアイマスク体験や車椅子体験、バリアフリー探しなど、一年生から六年生まで学年ごとにいろいろな理解教育を行っている。(学校ごとにカリキュラムが決まっている。)

※カリキュラムの内容は決まっており、新規の参入は難しく、他の内容が出来なくなった時、検討するとの事。

■その他ご提案いただいた内容等

- ・ チラシを小学校において児童全員に配ることで、保護者等へ知らせることができるのではないか。→教育委員会の後援を取れば配布できる。(生涯学習推進課に申請用紙あり)
- ・ 後援が無いと、校内に置いておくだけになるため、配布にはならず、周知するには弱いと思う。
- ・ 5分程度しか時間は取れないかもしれないが、校長会(月1回)で資料を配布する等ではできないか。生涯学習推進課と連携することが求められる。
- ・ スポーツ推進委員でもある中央小学校の教師より、今後小学校でクラブ活動としてやりたいという意見が出た。

<記録(生涯学習推進課)>

■この取り組みへの感想

- ・ 実際に教室や大会に参加して、だれでも垣根なく取り組めるスポーツだと実感している。
- ・ 今後は、指導員養成講習を受けたスポーツ推進委員と熊取町の体育指導員が中心となって、ミニらいとモルックの教室や大会をしていきたいと思っている。

■今後、小学校体育館を地域のユニバーサルスポーツの場として活用していくことについて

- ・ 小学校で開催は難しいと考えている。
- ・ 小学校は現在気軽に立ち寄れる場所ではない。安全確保の為、基本的には施錠されている。
- ・ 様々な団体が定期的に利用しており、予約が取りづらい。また、学校の行事等で急に使用できなくなることもある。
- ・ 施設の老朽化等により、体育館内だけでなく通路やトイレなど安全面の確保が難しい。バリアフリー化されていない場所もある。
- ・ 学校管理者側としては、体育館やトイレなどが丁寧に使用されないことが多いため破損等の原因になるなどの理由で、一般に貸したくないという意見もある。

■共生社会への取り組みが総合学習として小学校でも活用できるかどうか。

- ・ 場所の確保や安全面を考えると、煉瓦館や町立体育館などの公共の施設を使用して広げていきたいと考えている。
- ・ 毎年煉瓦館で『げんき広場』という様々なスポーツを体験できるイベントを開催しているが、そこにミニらいとモルックを採用することを検討している。
- ・ また町民向けに毎年5月6月に行なっているニュースポーツの講座があるが、そこにミニらいとモルック養成講習をいれることも検討している。
- ・ 今後、熊取町としてはミニらいとモルックを町推進のスポーツとしてこれまで行ってきたショートテニスと同等にひまわりドームで開催していく。

### 3. ユニバーサルスポーツの意義等に対する理解の醸成を図る人材育成の実施

#### (1) 指導者養成講習の実施

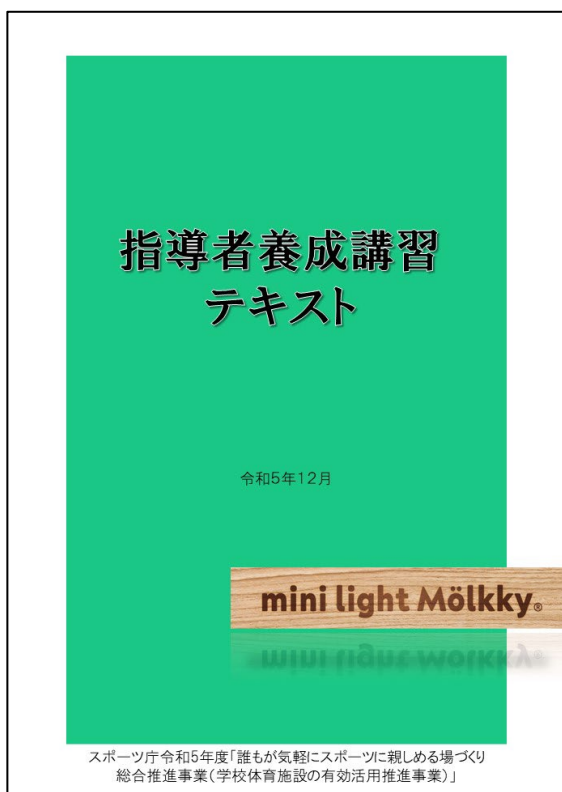
今後、地域の関係者において、持続的に学校体育施設等を活用して障害者が気軽にスポーツができる仕組みを構築するため、「指導員(ミニらいとモルックトレーナー)養成講習」を開催した。

##### ① 講習の企画

養成講習の開催にあたり、講習で用いるテキストの作成を行った。内容については、当協会が目指している「共生社会」について、及び「ミニらいとモルック」についてとした。構成は、以下のとおりである。

STEP	内容
STEP① 基礎知識編	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ユニバーサルスポーツを進めるにあたって、必要な基礎知識を学ぶ           <ul style="list-style-type: none"> <li>・ユニバーサルスポーツとは何か。</li> <li>・身体的、精神的、社会的に障害や要支援が必要となるとはどういうことか。</li> <li>・同じ地域に住むからこそその相互扶助の理解や対応が何か。</li> </ul> </li> </ul>
STEP② 指導編	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ミニらいとモルックを楽しむために、基本的なルールや教室・大会等を実施するにあたっての知識を学ぶ           <ul style="list-style-type: none"> <li>・ミニらいとモルックのルール</li> <li>・楽しませ方、声のかけ方</li> <li>・大会や教室の進め方などの技術的な指導</li> </ul> </li> </ul>
STEP③ 実践編	<ul style="list-style-type: none"> <li>●実際に、教室や大会の運営に携わり、地域スポーツの担い手になるための知識           <ul style="list-style-type: none"> <li>・大会や教室、体験会の実施方法や留意点</li> </ul> </li> </ul>

#### <イメージ>



## ② 養成講習の実施

①の企画に基づき、以下のとおり養成講習を開催した。

開催日	方法	受講者数	内容
12月20日(水)	オンライン	20名	作成した「指導者養成講習テキスト」に基づき、講義を開催。
1月12日(金)	対面	13名	
1月20日(土)	対面	20名	

### <講習の様子>



## ③ 検証 (アンケート調査)

受講者の声は、以下のとおりである。

- ・通常のモルックができない小学生低学年以下の方や、高齢者施設等でも入所者の状況によってできない方に対して行っていきたい。
- ・老若男女問わず、モルックをやってみたい方すべての人に指導と言うより、ともに楽しみながらプレーを通じて喜びを分かち合いたいです。
- ・スポーツなんて出来ないと諦めている方に、小さくて軽いモルック棒を持っていただき、実際に楽しさを伝えていきたいです。
- ・地域のコミュニティーに活用したいです。

## (2) 指導者養成講習の受講者による「教室」の実施

### ①「教室」の企画

養成講習を受講した講習生が、座学の内容を実際に実施することができるよう、そして、「教室」運営において、自立してできるよう、受講生がメインで運営する「教室」を開催した。当協会は、裏方支援にまわった。

#### <ねらい>

- ・主審として、ルールの説明や勝敗の説明が実施できるか。
- ・参加者の様子（身体や精神の状態）を的確に把握することができるか。
- ・実施中、正しい声掛けをすることができるか。
- ・適切に時間管理や進行を行うことができるか。

### ②「教室」の実施

開催日	会場	参加人数
1月13日（土）	中央小学校	27名
1月27日（土）	北小学校	25名
	中央小学校	26名

#### <教室の様子>



### ③ 実施した結果

- ・説明を言い忘れたりすることもあったが、参加者がこれまでの教室に通っていた方が多かったため、助けられている場面もあった。
- ・参加者への声掛けには、指導員の個性は大切に、重要なポイントだけを伝えるアドバイスを行った。
- ・協会スタッフの進行と比べ、相違点などないか確認したが、大きな問題はなかったと考える。
- ・学校体育施設の開放時間は限られていることから、プレー時間に対する時間感覚やマネジメントが重要で、その考え方を育めた。



### (3) その他（ボランティア・ファンづくり）

#### ①スポーツ推進員の参加

本活動の理解を促進し、町の地域活動としてのスポーツ振興の拡大の重要性和楽しさを共有した。

#### ②施設の方との連携

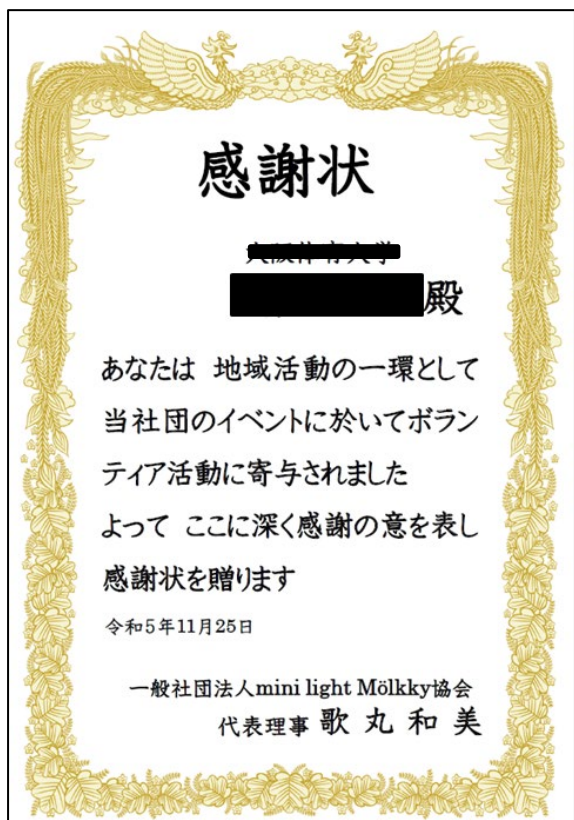
施設等に出向き、実際に体験してもらい、本取組への理解を促進するとともに、教室や大会等では、トイレへの誘導や待機中の対応等を施設スタッフと連携し、施設利用者の地域参加の機会を促進した。

開催日	会場	参加人数
11月2日（木）	永楽荘	20名
11月15日（水）	グループホーム熊取・1階	15名
12月16日（土）	西学童	30名
1月19日（金）	グループホーム熊取・2階	12名

#### ③大学生等の活用

地元の大学生等に声をかけ、ボランティアとして参加していただき、ユニバーサルスポーツと地域活動を体験していただき、礎となるよう、働きかけを行った。また、参加した大学生に対しては、ガクチカとなるよう、ボランティア証明書を発行、感謝状を授与、感謝メールを大学長あてに送った。

#### 大学生への感謝状



#### ボランティア証明証

2023年 11月 25日

ボランティア活動証明書

大学 殿

大阪府大阪市天王寺区東高津町 5-17  
新聞印刷本社ビル4階  
一般社団法人 mini light Molkky 協会  
代表理事 歌丸和美

貴殿は、弊社団主催のイベント・地域活動において、ボランティアとして真摯に活動されましたことを証明いたします。

活動日	2023年11月25日(土)
活動場所	熊取町立北小学校
活動内容	<ミニらいとモルック第一大会> 子どもから高齢者まで、認知症や障がいのある人が一緒に参加するユニバーサルスポーツ大会での準備・運営。

#### 4. 全体検討会の開催

地域の関係者が連携して学校体育施設を地域スポーツの場として有効活用する仕組みについて、関係者の意見聴取等により検討を行った。

構成するメンバーは、当協会、熊取町（教育委員会、生涯学習推進課）である。

回数	内容
第1回（9月27日）	学校体育施設を利用し、教室を開催するに当たって、アンケート、告知チラシ、集客方法など詳細内容決定と問題点の洗い出し
第2回（10月31日）	教室を実際に開催し、学校体育施設の利用における問題点を踏まえ、その対応策を盛り込んだ開催計画の作成の打ち合わせ
第3回（11月20日）	第一大会開催（北小学校）に向けてマニュアルの作成、参加者リストと誘導、スケジュールリングの再確認など
第4回（11月29日）	第一大会の結果報告と、次の大会へ活かす課題の確認
第5回（12月14日）	第二大会開催（中央小学校）に向けてマニュアルの作成、参加者リストと誘導、スケジュールリングの再確認など
第6回（12月19日）	第二大会の結果報告と、次の大会へ活かす課題の確認
第7回（12月22日）	総合大会開催（中央小学校）に向けてマニュアルの作成、最大規模のとなった参加者リストと誘導、スケジュールリングの再確認など
第8回（1月11日）	総合大会の結果報告と、指導員養成講習のオンライン報告と、リアル開催への課題の確認
第9回（2月7日）	指導員養成の報告と熊取町自走化にむけて意見交換

### 第3章 総括

#### 1. 今年度の成果について

##### (1) 既存の学校体育施設において、ソフト面を重視した受入環境の整備

学校体育施設において、ハード面での受入環境は不十分であるものの、スタッフや施設、親族等のサポートが必要不可欠となるがソフト面でカバーし、安全に受け入れることができた。

学校施設の構造やセキュリティ上、様々な外部の方が自由に参加することが難しく、地域スポーツの場としての拠点としては課題が残った。

##### (2) 誰もがスポーツに親しめる機会の創出

児童・介護・福祉施設等と連携し、多世代の人たちを一定程度確保し、ミニらいとモルックを通して、性別、年齢、障がいの有無に関わらず、共に楽しむことができた。

一方、複数回「教室」を取り組んだ中で、施設や地域の偏りがあり、小学校の近所の市民の参加者が来ることは少ない状況であった。

##### (3) ユニバーサルスポーツの意義等に対する理解の醸成を図る人材育成の実施

人材育成を通して、今後、地域スポーツを担う人材の育成を行うことができた。次年度以降は、この人材を中心に、ファンやボランティア等を増やし、地域で自立することができる環境を整える。

[事業の効果及び評価]

事業の効果	目標	成果
身近な学校体育施設において、ユニバーサルスポーツのプログラム展開を契機に、障害者も含む誰もがスポーツに親しめる機会を創出	・プログラムの開催 →「教室」計12回 「大会」計3回	→「教室」計11回 「大会」計3回
その機会が年齢、性別、障害の有無に関わらず、様々な地域住民が集う場とし、交流を促進	・参加者の満足度 →参加者を対象とした調査により把握	→「教室」では、「大変満足」73.1%、「満足」26.9%という結果で皆満足している 「大会」では、「大変満足」55.0%、「満足」36.9%という結果で皆満足している
障害者等が安全・安心できるよう、ハード面（学校体育施設の環境）及びソフト面（支える人材・仕組み）の両面の環境整備	・参加者の満足度 →参加者に対するアンケート調査により把握 ・熊取町における今後の環境整備の方向性 →熊取町・小学校に対する調査により把握	→同上 →ヒアリング調査の結果、取組については前向きな意見をいただいたものの、本取組のためのハード面の整備は難しい状況である。学校体育施設の開放事業の中で、ソフト面の整備を継続的に続け、定着させていくことが求められる。

(4) その他の成果

# 本事業の成果

## 小学校体育館を活用して地域スポーツを行う意義と効果とは...



80歳を過ぎて始めたスポーツで、小学生にも大学生にも勝って3位入賞。(83歳男性)



子供と一緒ににはしゃぐ大人。普段は社長ですが、今日は肩書はいりません。(50代男性)

公共スポーツ施設ではなく、**小学校体育館だからこそ、交流ともいえる。**

認知症グループホームのお住いの要介護の80歳女性。グループホームの施設の方と一緒に中央小で開催していた教室お越しになられた。小学校体育館に入るやいなや、スタスタと校歌のところまで行き、「ここで私は先生しとったんや」と語り始めた。過去の記憶が鮮明によみがえったようで、表情や歩く姿勢まで変わった。そこで、その女性のことを「先生！」と呼び、教室に参加していただいた。普段は、ふらふらと立って何か探すことを繰り返す女性だが、この体育館の中では、そういった症状は出ず、一緒に参加する子どもたちと話したり、一緒に来た要介護者の世話をやく一面もあった。



その卒業生でなかったとしても、小学校体育館ならではの独特の匂いや雰囲気によって、それぞれの思い出の中のものを引き出してくる場所であるということがわかった。

公共スポーツ施設ではなく、小学校体育館だからこそ、交流を生み出すことに成功した。

## 2. 今後について～地域スポーツの定着と拡大に向けて求められること～

地域スポーツとして、ミニらいとモルック等のユニバーサルスポーツの定着と拡大が今後の展望である。定着のために、誰もが、気軽に、身近な環境を整えていくことが重要となり、その仕組みに関しては、やはり地域行政や、地域産業と連携することが重要となる。

誰もが	<p>●ターゲットをしぼらない</p> <p>子供のため、障がい者のため、高齢者の介護予防のためのスポーツに大切だが、親や介助者はつきそいや送迎のみといった区分をつくらず、年齢や体格に差がなく、つまりどなたにでも対等の立場でできる。</p>
気軽に	<p>●よくわかっていれば参加しやすい</p> <p>よくわからないものに対して人は、構えてしまいやすい。一方、よくわかるものだからこそ、気兼ねなく利用することができる。そこには、環境とどんな人がいるのかがわかりやすく明確であることが重要である。</p>
身近に	<p>●すぐに行ける、送迎がある</p> <p>具現化していくために必要なのが、人材と環境と仕組みである。人材は、ただ集めればよいというものではなく、想いがある人がどれだけいるのかが重要である。想いがない人を集めても結局まとまらず、動きが重くなり、いい動きをする人の妨げになる可能性が高い。さらに環境は地域ならではの場所、どこでやるかというの利便性などを考えることが重要である。</p>

ミニらいとモルックの場合は一般的なスポーツと異なり、競技性というより、人のできることは何か、役に立つとは何か？という他者への配慮の大切さを学べる。

スポーツとしての意義はもちろんだが、福祉課や地域支援包括センターなどとの連携が期待できる。また、民間企業様へは SDGS の観点からの協賛など、資金面なども他のスポーツとは違う動きが図れるのではないかと熊取町民からも声があがっている。

楽しい事に人は集まり、想いのある仲間（人材）をさらに増やしていくことで、官民の連携も広がり、そこからその地域の特色をもった仕組みができ、地域スポーツとして成長していくと考えられる。

誰もが・・・ ターゲットが絞られない  
気軽に・・・ よくわかっているれば参加しやすい  
身近・・・ すぐに行ける送迎がある

人材

そのスポーツが好き  
そのスポーツで〇〇を作りたい  
**数ではなく、理念がある人が結集する**

環境

通いやすい場所  
足りないところを埋めるアイデア  
**地域スポーツならではのお互い様**

仕組み

官民連携  
楽しい継続性(スケジューリング)  
**社会に還元できる仕組み**



## 資料編

- ①指導者養成講習テキスト

# 指導者養成講習 テキスト

令和5年12月

mini light MÖLKKY®

スポーツ庁令和5年度「誰もが気軽にスポーツに親しめる場づくり  
総合推進事業(学校体育施設の有効活用推進事業)」



本テキストは、スポーツ庁令和5年度「誰もが気軽にスポーツに親しめる場づくり総合推進事業(学校体育施設の有効活用推進事業)」において、委託先である一般社団法人 mini Light Molky協会が作成したものです。  
従って、本テキストの複製、転載、引用等にはスポーツ庁の承認手続きが必要です。

はじめに

ミニらいとモルック®指導員養成講習にご参加いただき、誠にありがとうございます。フィンランド発祥のMölkky(モルック)を約1/5と小さく軽くしたモルック棒やスキttlを使って行うスポーツをミニらいとモルック®といいます。

日本で広がってきたモルックを、もっと幅広い層に競い合う楽しさを伝えたい！と何度も改良を重ねて2022年に生み出されました。

小さく、軽くすることで、さらに手軽に、室内でも安全にできるようになり、体格の差、年齢の差、障がいの程度の差による競技力の差を大幅に減らすことができるスポーツになりました。

それによってどなたでもチームを組むことができるようになり、多様性を認め合い、コミュニケーションが広がり、多くの方が「こころからのしく」プレーをするユニバーサルスポーツが生まれました。

このミニらいとモルックが広がることで、人はだれもが対等であり、お互いに助け合い、つながりあうことを感じ、共生社会の成熟に役立つ人材育成になると考え、私たちはミニらいとモルックの普及に努めていきます。

一般社団法人mini light Mölkky協会  
(mini light molkky association)

## ■ 本テキストの構成

### STEP① 基礎知識 編

3ページ～



### STEP② 指導編

14ページ～



### STEP③ 実践編

25ページ～

ユニバーサルスポーツを進めるにあたって、必要な基礎知識を学びます。

- ユニバーサルスポーツとは何か。
- 身体的、精神的、社会的に障害や要支援が必要となるとはどういうことか。
- 同じ地域に住むからこそその相互扶助の理解や対応が何か。

ミニらいとモルックを楽しむために、基本的なルールや教室・大会等を実施するにあたっての知識を学びます。

- ミニらいとモルックのルール
- 楽しませ方、声のかけ方
- 大会や教室の進め方などの技術的な指導

実際に、教室や大会の運営に携わり、地域スポーツの担い手になっていただきます。

- 大会や教室、体験会の実施方法や留意点

STEP①  
基礎知識編

# 1. 本協会が目指す地域像

## ① ユニバーサルな社会の実現

- これからは、多様な生き方が認められ、尊重されることが求められる社会の実現が目指されています。一方、障がい者や多世代と実際に関わり合い、触れ合うことのきっかけが地域内において希薄な状況です。
- そのため、実際に地域の人々が関わり触れ合う場を自然に生み出していきたいと考えています。

## ② スポーツをフックとして生涯楽しめる機会の創出

- 年齢があがるにつれ、運動・スポーツに親しむ機会が減っています。
- また、障がい者においては、サポートや送迎がないとなかなか運動・スポーツに親しむことが難しい状況になっています。
- そのため、いつでも、どこでもだれとでも楽しめる生涯スポーツの機会を創出していくことが重要となります。

上記①②を踏まえ、当協会では、  
地域に根差すユニバーサルスポーツの拠点を創出していきます！

### もっとも身近な 小学校の体育館 を プラットフォーム化

#### <小学校体育館の特徴>

- どの世代も比較的馴染みのある
- 大人数でも入れる広さがある
- スポーツをするために行くという意識がつく
- 誰でもわかる安心感の場所である
- 大人(高齢者)にとっては懐かしい
- 卒業生にとっては大切な思い出の場所

**性別、年齢、障がいの有無等に関わらず、誰もが気軽に集まり、運動・スポーツに親しむことができる場へ**



## 2. ユニバーサルスポーツとは？

### ◎ユニバーサルスポーツとは…

- 年齢や国籍、障がいの有無に関わらず、皆が一緒に楽しむことができるスポーツのことを指します。
- ユニバーサル(universal)とは、「汎用・万人向け」という意味で、ユニバーサルスポーツのほかにもユニバーサルデザインやユニバーサルアクセスといった複合語が存在し、「すべてで通用する」というイメージを内包します。

#### 【ユニバーサルスポーツの4つの特徴】

01

ルールに柔軟性があり、さまざまな人の参加が可能であること

02

勝ち負けがあるスポーツの場合、誰にでも勝つチャンスがあること

03

ルールがシンプルで誰もが理解しやすいこと

04

身体的な負担が少なく、安全性が確保されていること

#### 【ユニバーサルスポーツ(例)】

ボッチャ



出典：(一社)日本ボッチャ協会

モルック



出典：(一社)日本モルック協会

卓球バレー



出典：日本卓球バレー連盟

## 3. 未来に向けたユニバーサルとは？

### ◎バリアフリーとユニバーサルデザインの考え方の違い

#### 【バリアフリー】

障がいのある人が社会生活をしていく上で、障壁(バリア)となるものを除去する

#### 【ユニバーサルデザイン】

あらかじめ、障害の有無、年齢、性別、人種等にかかわらず多様な人々が利用しやすいよう都市や生活環境をデザインする



	バリアフリー	ユニバーサルデザイン
対象者	障害者・高齢者	すべての人
目的	社会的な障壁をなくすこと	使いやすさを重視したデザイン

### (参考)なぜ、ユニバーサルな考え方が必要なのか？

スポーツ基本法において、スポーツ施設についての基本理念が、以下のとおり、示されています。

[スポーツ基本法(平成 23 年法律第 78 号)]

第十二条 国及び地方公共団体は、国民が身近にスポーツに親しむことができるようにするとともに、競技水準の向上を図ることができるよう、スポーツ施設(スポーツの設備を含む。以下同じ。)の整備、利用者の需要に応じたスポーツ施設の運用の改善、スポーツ施設への指導者等の配置その他の必要な施策を講ずるよう努めなければならない。

2 前項の規定によりスポーツ施設を整備するに当たっては、当該スポーツ施設の利用の実態等に応じて、安全の確保を図るとともに、障害者等の利便性の向上を図るよう努めるものとする。

この基本理念に基づき、性別、年齢、障害の有無等に関係なく、地域において誰もがスポーツ施設でスポーツをすることができる環境を整備していくことが求められます。

## 4. ミニらいとモルックとは？

ミニらいとモルック®は、フィンランド発祥のモルックをヒントに、身体的・精神的に障がいがあってもできるように、現場の意見を取り入れ、軽くて小さく握りやすく100%日本で作られたスポーツゲームです。

私たちは、無意識に、差別や、力の差による抑圧、利益不利益などの要素で付度をしやすい状況で生きています。さらに、障がいの有無や経済的状况など、複数の要素が重なりあって、選択できる環境はもちろん、個人の心の中にも差が生まれやすくなっています。

その垣根を取り除く時間をつくることのできるスポーツとして生みだされました。



効果先	期待できる力
脳	計算力・想像力・集中力
身体	姿勢維持の体幹・足腰の筋肉
社会性	コミュニケーション力・交流の波及

はじめから、可能な限り、多様な人の利用を考慮し、「できない」ではなく、その人の身体的特徴や個性を活かし、どのようにすれば対応できるのかといった発想が「ユニバーサルデザイン」の考え方です。

ミニらいとモルック®をプレーをしていく中で、自然とその多様性に気づき、生き方に反映してただきっかけとなります。

これが、ミニらいとモルック®のユニバーサルスポーツとしての意義であり、どのような方も、同じ場所でスポーツを楽しむために、指導員の果たす役割は大きいと言えます。多様な状況に合わせた工夫と努力を重ねていきましょう。



## 5. 身体的、精神的、社会的な障害や要支援とは？

ミニらいとモルックは、小さな子供から高齢者まで、多世代ができるスポーツです。また身体的・精神的障がいのある方、介助が必要な方も適切なサポート環境があれば一緒に楽しむ事ができます。

そのような方が、気軽に参加していただくためには、健常者とのプレー以上に様々な配慮が必要となります。

その配慮を怠ることがないよう、ミニらいとモルック指導員として、参加者の特徴を理解し、参加者の特徴に応じて適切に接し、みんなが楽しめるよう、努めましょう。

### ★障がいに程度の差があっても、人は誰でも対等です。

- ✓ 個々の特徴、特性、個性が発揮できるプレーをめざしましょう。
- ✓ 指導員が適切にプレーできるサポートを考えることで、同じコートでプレーができます。
- ✓ 一緒に参加するプレーヤーの手があれば、さらにその差は縮まり、プレー中は、対等であることがわかります。
- ✓ その基本を大切に、サポートとは何か？、環境整備とは何か？を常に考えることをこころがけ、状況に応じた行動で、プレーを遂行しましょう。



## ■ 利用属性の特徴例

※スポーツ庁「スポーツ施設のユニバーサルデザイン化 ガイドブック」より抜粋

各利用属性の特徴において、一般的な特徴例を記載しており、記載内容が必ずしも利用者に当てはまるわけではありません。

また、本ガイドブックでは、利用者に対する配慮事項がわかるよう、下記①～⑦の利用属性を「障害者」、⑧～⑭を「健常者」と定義し記載していますが、“障害者＝健常者(常に健やかな者)ではない”ということではありません。スポーツ施設において、合理的配慮<sup>※</sup>の考え方に基づき、誰もが利用できる場づくりを進めることが重要となります。

### ① 肢体不自由（立位・車いす利用）

- 手足、体幹の機能に障害があり、稼働範囲が制限され、車いす(電動・手動)や杖、補装具などを使用している
  - 脳性麻痺や脳血管障害などの後遺症による不随意運動を伴う場合がある
  - 脊髄損傷の場合、手足が動かない、感覚がない、体温調節が困難な場合がある
  - 介助犬<sup>※</sup>を連れて生活している人がいる
- ※介助犬は「介助犬」と記載された表示をつけている。表示を付けている場合は業務中である。

### ② 視覚障害

- 全く見えない、視力が弱い、視野が狭い、視野の一部が欠ける、色の判別がつかない、光がまぶしい等、視覚障害の中にも様々な症状の度合い、見えにくさを抱えている
  - 白杖の使用や盲導犬<sup>※</sup>を連れて、生活している人がいる
- ※盲導犬は白や黄色のハーネスを装着している。ハーネスを使用しているときは業務中である。



盲人のための  
国際シンボルマーク

### ③ 聴覚障害

- 全く聞こえない、片耳だけ聞こえる、高音が聞こえない等、聴覚障害の中にも様々な症状の度合いや聞こえにくさを抱えている
  - 外見上で障害の有無を判断することが難しく、当事者が話せていても聞こえていない場合がある
  - 全ての当事者が、手話や筆談ができるとは限らない
  - 当事者の中には、発話が不明瞭など言語障害を伴う場合がある
  - 補聴器の使用や聴導犬<sup>※</sup>を連れて、生活している人がいる
  - 聴覚障害があることを示すためのマークとして、耳マークがある
- ※聴導犬は「聴導犬」と記載された表示をつけている。表示を付けている場合は業務中である。



耳マーク

#### 4 内部障害

- 心肺機能、呼吸器機能、腎臓機能、ぼうこう・直腸機能、小腸機能、肝臓機能、HIV による免疫機能の7種類が身体障害者福祉法で定められている
- 健常者に比べて感染症にかかりやすい
- 臓器だけでなく、全身の機能が低下している場合があり、疲れやすい
- 人工肛門・人工膀胱(ストーマと総称)を使用して排泄を行う。(ストーマ保有者のことをオストメイトという)
- 内部障害があることを示すマークとして、ハート・プラス・マークやヘルプマークがある



#### 5 知的障害

- 複雑な事柄や抽象的な概念を理解するのが困難な場合がある
- 外見上で障害の有無を判断することが難しい
- 軽度な障害の場合は、自立して行動しており、重度な障害の場合は、支援者と行動を共にすることが多い
- 漢字の読み書きや計算が困難な場合がある
- 突然意識を失うてんかんを伴う場合がある
- ダウン症の場合、筋肉の低緊張、身体・知的・言語で発達の遅れ、心臓・消化器・目・耳に疾患が伴うことがあり、疲れやすく、動作がゆっくりである一方、見て覚えるのは得意という特性がある

#### 6 精神障害

- 統合失調症、うつ病、てんかん、不安障害、アルコール依存症などの精神疾患により、幻覚や妄想、不安や不眠、動悸や発作などの症状が見られる
- ストレスに弱く、対人関係や物事の手続きを進めることが苦手な場合がある
- 服薬により、喉が渇きやすく疲れやすい場合がある
- 日によって症状が変わりやすいが、適切な治療と服薬で症状をコントロールできることも多い

#### 7 発達障害

- 自閉症スペクトラム  
他者の立場に立つことや場の雰囲気を読むことが難しく、他者との社会的な関係構築が難しい。興味関心が狭く、特定のものにこだわる。音や光に対して敏感で、人混みが苦手な場合がある。
- 注意欠如多動性障害(ADHD)  
注意が長続きしない。落ち着きがなく、衝動性が強いことがある。
- 学習障害(LD)  
読み書き計算など特定の能力に著しい困難がある。

**⑧ 高齢の方**

- 臓器機能の低下や、病気の併存などを伴う場合がある
- 病気ではないが、年齢とともに、筋力や心身の活力が低下し、介護が必要になりやすい、健康と要介護の間の虚弱な状態となりやすい(フレイル)
- 外部環境に合わせて、体温・水分・血糖値・血圧などを調節する能力が低下する
- すり足や歩幅の減少が見られる
- 老眼・目のかすみ、難聴、嗅覚・味覚の低下、触覚・温度覚の鈍化が始まる
- 骨密度・筋肉量・筋力・関節可動域の低下、肺活量の低下により、運動に支障が生まれる

**⑨ 子育て親世代**

- 子どもが乳幼児の場合、親は授乳やおむつ替え、ぐずったときのあやしを行う必要がある
- また、粉ミルクや離乳食、おむつなどの必需品が多く、移動の際にはベビーカーを使用している場合が多い
- 子どもの面倒を見ることが忙しく、親自身、時間の余裕が持てないことがある
- 子どもの成長に関する悩みを抱えるケースも多く、相談できる場所がないと悩むことがある

**⑩ 女性(妊婦/一般女性)**

- 妊婦は、疲労感が強く、多くの休息が必要な場合がある
- 妊娠期間が経過するに伴い、腹部や乳房が大きくなり、外見で妊婦だとわかるが、妊娠初期は外見上で判断することが難しい
- 心臓に負担がかかり不整脈が起こることがある
- 腎臓の動きが活発で、トイレの数が多くなり、時には吐き気や嘔吐、胸焼けを伴う場合がある
- 背骨のカーブがきつくなり、背部痛が生じる
- 妊産婦であることを示すマークとして、マタニティマークがある

**⑪ 子ども**

- 発達・発育の段階の度合いには、個人差がある
- 時には、親や大人が予期せぬ行動をとることがある

**⑫ 外国人**

- 日本での生活が長い外国人でも、難しい日本語や漢字が理解することが難しい
- 日本文化や日本独特の習慣を知らない場合がある
- 日本では馴染みのない宗教を信仰している外国人がいる
- 外国人の中には、国籍が日本で、日本人のアイデンティティを持つ方もいる

### 13 LGBTQ+

- LGBTQ+は、レズビアン(女性同性愛者)ゲイ(男性同性愛者)バイ(両性愛者)トランスジェンダー(心と身体性の不一致)クエスチョニング(わからない)クィア(いずれでもない)の頭文字を取ったもの
- 性別は「性的指向」「性自認」「身体性の性」があり、それぞれに対してグラデーションがあり、男女の二元でなく、LGBTQ+ですべてを包括できるものではない
- トランスジェンダーは身体と性自認が異なるが、性同一性障害とは異なる

### 14 上記以外の属性

- 利用属性の中には、上記に当てはまらない場合や健常者であっても、その日の体調等によって、普段とは異なる様々な特徴を有する

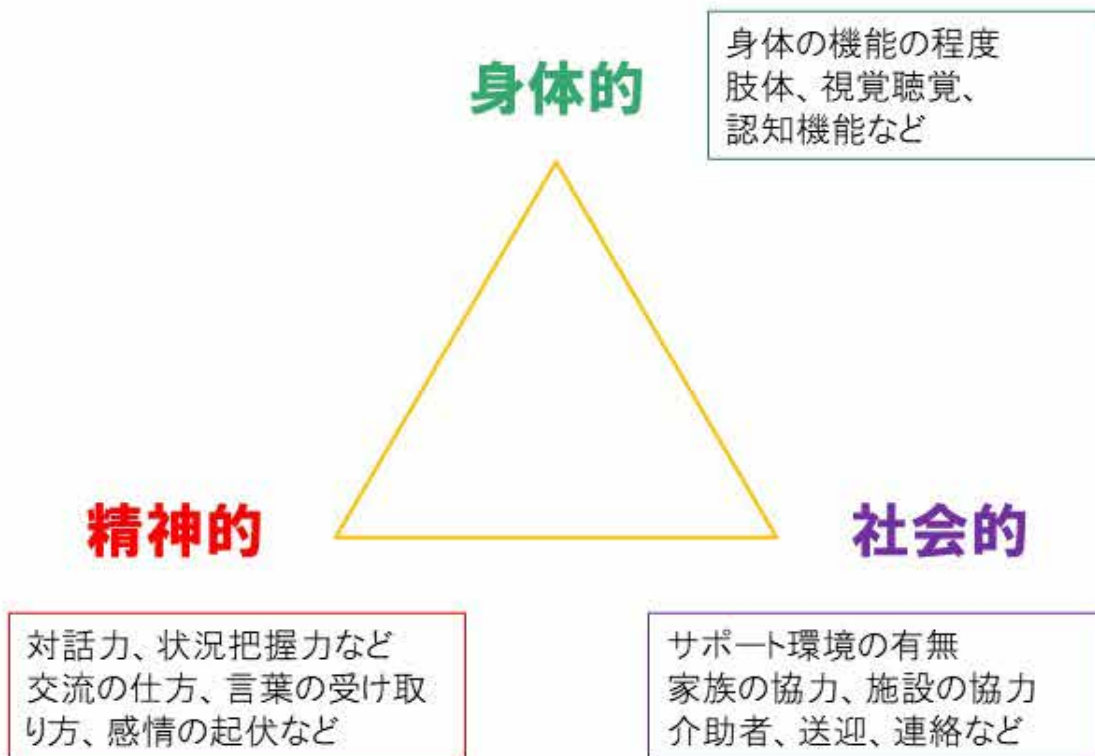
## 6. 相互扶助の理解や対応について

### ●相互扶助とは…

- ・お互いに助け合い支え合うこと。互いに助け合う協同精神のこと。
- ・「扶」は、支える。「助」は、助け合う。

### ◎スポーツを行うにはどのような支援が必要となるのか？

- 相手の状況の程度を知るために、以下の3方向から、状況をとらえることによって、どのような対応が必要かが見えてきます。
  - 障がい者に加え、健常者においても、日々の状況によって、求められる支援も異なります。
- 例)どこの施設に通っているか？などがわかれば地域の方であれば、近くの公民館で行うと通いやすい、などの対応が見えてくる

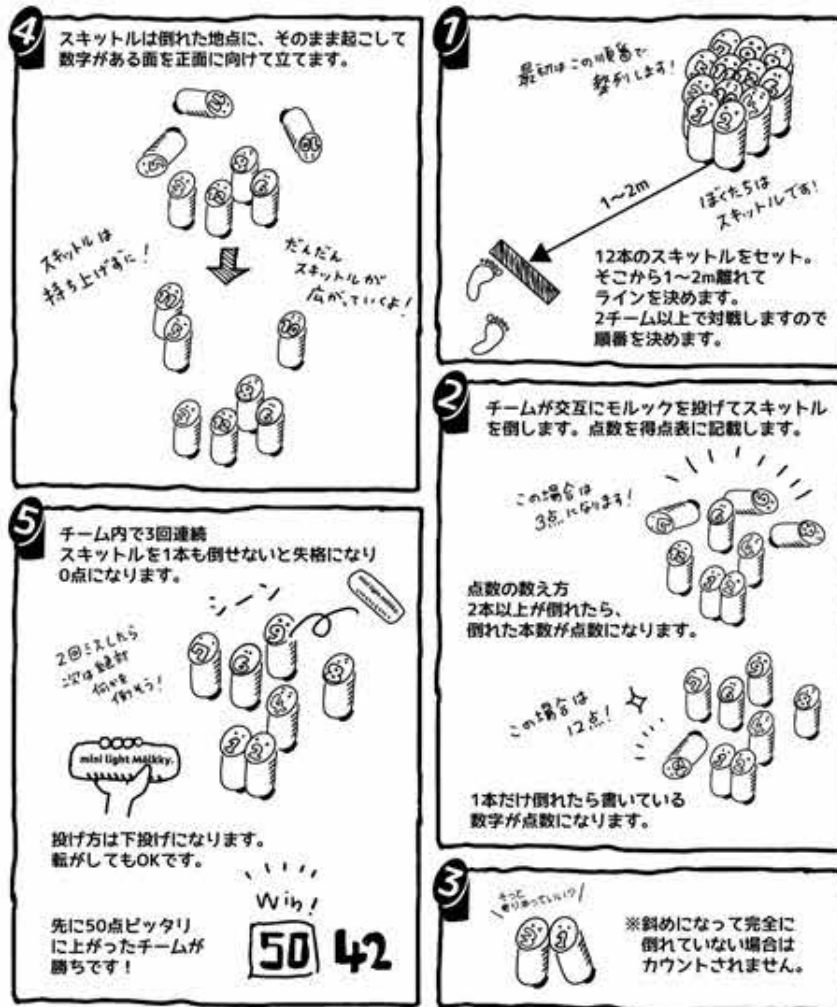


STEP②  
指導編

# 1. ミニらいとモルックの基本ルール

ミニらいとモルックのルールは、一般社団法人ミニらいとモルック®協会 (mini light molkky association)により作られ、日本はもちろん世界において行われるmini light Molkky (ミニらいとモルック)大会に適用されるものです。

このルールは、大会に参加する全ての者がミニらいとモルックを楽しむために、これまでの事例をもとに、多くの方に受け入れられる形に作られています。





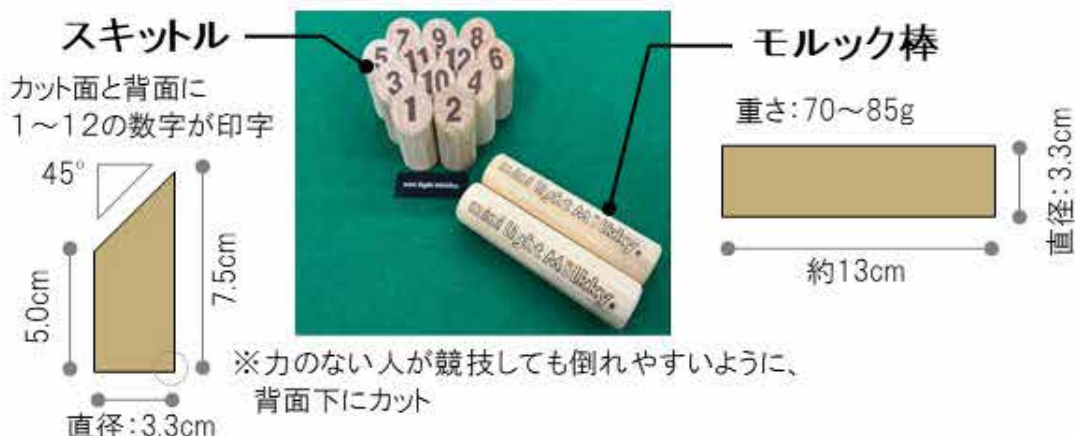
## 2. ミニらいとモルックの道具

### 【基本規則】

- 大会では「mini light Molkky 正規店KODATI」が製作した公式ミニらいとモルックセット、および公式コートの使用を原則とします。
- 自然の木材を使ったスポーツであるからこそ、その木材の種類・重さ・大きさ、太さによってプレーが左右されます。正規基準を作ることでばらつきを防ぎます。また公式コートを使用することで、ハネや転がりも一定にすることができます。このような原則を定めることで、誰でも公平で楽しいスポーツの遂行に努めます。

### ①ミニらいとモルックセット

モルック棒2、スキttl12、収納ポーチ



### ②公式試合コート

ミニらいとモルック®協会規定の生地より作成された、5.0m×1.82mを公式コート



## 2. ミニらいとモルックの道具

### ③カラー襷(たすき)

チームで競技する場合、投げた人が次の競技者に受け渡す細長い布

- ✓ 短距離走のリレー競技で使うバトンのような役割
- ✓ 得点板の色と合わせておくことで、投げる順番や点数の間違いを防ぐとともに、チーム内のコミュニケーションも増加



### ④得点板、ミニコーン

得点板：競技の状況を掲示

ミニコーン：投げて一本も倒せなかった場合はミスと呼び、そのミスの回数がわかるように小さなカラーコーンを準備

- ✓ ミニコーンは同じ色で2つ用意し、ミスの数え間違いを防ぐことができる
- ✓ 障がいをお持ちの方や、小さなお子様、認知症の方でも、一目で現時点の勝敗やミス状況がわかるように、視覚からゲーム理解を高める



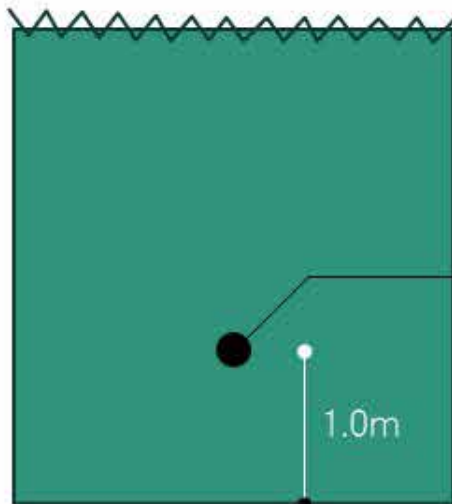
もっと気軽に、ミニらいとモルックを楽しむ場合は…

①ミニらいとモルックセットだけあれば、十分楽しむことができます。

※①～④の道具に関しては、正式な大会を行う場合、必須となります。

### 3. 準備について

- 実施するにあたって、以下の通り、準備を行います。スキットルの収納ポーチにも記載してあるので、参考にしながら、行ってください。



(並べ方)

#### コート内タグ

※公式コートではない場合は、スローインラインから2.0mの場所にスキットルを並べましょう。

#### スローインライン

養生テープで真横に1.0m、その両側に45°の角度で50cmの長さで貼ります。



#### ★参加者の状況に応じて…

参加者の体格や様子にあわせてコートから50cm、0cmのスローラインをつくることも可能です！

## 4. プレーについて

### ① チーム作り

- 一人対一人で行うことも可能ですが、複数人で行うことも可能です。
- 1チームの人数は、「2～4名」が望ましいが、自由にチームを作ることが可能です。
- チームを作った場合は、投げる順番を決めます。仮に順番を間違えて投げてしまった場合はミスとなり、加点はされません。



- ✓ 用途に合わせて、参加者が楽しめるようにチーム作りをご提案ください。
- ✓ 投げる回数を多くした方がゲームは楽しくなりますので、参加人数が多い場合はコート数を増やすなどの提案もしていくようにしましょう。

### ② モルック棒の投げ方

- プレーヤーがスローラインに立った後、モルック棒が手を離れ、地面に着地し止まるまで、モルック棒は触ってはいけません。  
※完全にコートアウトした場合は途中で触っても問題はありません。
- 投げ方は、「片手下手投げ」が基本となります。

- ✓ 片手下手投げが困難な方の場合は、転がす、両手投げ、サポート器具を使う、介助者と一緒に投げる、など、審判、大会主催者が許可のもと、認められます。
- ✓ スローインラインについても、前頁に記載したとおり、参加者の体格や様子にあわせてコートから適切な距離を確保し、みんなが楽しめるような工夫をしましょう。

## 4. プレーについて

### ③ 試合の進め方

- 審判の合図でプレイヤーは、モルック棒を投げます。
- 1ターンに1回ずつ、各チームのプレイヤーが交互に投げていきます。
- 倒れたスキttlは、倒れた場所で立たせます。底部を地面につけ、カットしている数字の面をスローラインに向けます。
- 公式コート外へスキttlが出てしまった場合は、出た箇所から平行に境界線からモルック棒一本分(13cmほど)内側の位置に立たせます。

※1ゲームの時間制限を設けている場合は、残り時間1分の時点で、各チーム1投ずつで勝敗をつける。  
 ※同点の場合は、もう一投ずつ投げて勝敗をつける事とします。

### ④ 得点のカウントの仕方

○倒れたスキttl

**1本**

→記載された数字が  
得点に！

**複数本**

→倒れた本数が  
得点に！

- モルック棒がスキttlに当たるのは、直接もしくはスキttlが別のスキttlに当たって倒れ、スキttlが完全に地面についていれば、加点となります。壁にあたって跳ね返って倒れた場合は、加点とみなしません。
- スキttlが固定された物体(例:壁など)にもたれかかっている場合は、スキttlは「倒れていない」と見なされ、加点にはなりません。

#### 【ミス(0点)】

- 投げる前や投げる時にスローラインをはみ出たり、踏み越えてしまうと、「ミス(0点)」となります。
- スキttlにモルック棒が当たらず、1本も倒れなかった場合は、「ミス(0点)」となります。

## 4. プレーについて

### ⑤ 勝敗の決め方

- 得点がちょうど「50点」になった場合に、勝利
  - ※他のチームが同じ回数投げていなくても、そのゲームは終了
- 3回連続でミス(1本も倒せなかった、ファウル等)をした場合、相手チームが勝利
  - 3ミスの場合、そのチームの得点は「0点」、相手チームの得点は「50点」

※得点が、50点を超過してしまった場合には、「25点」に減点し、ゲームを再開しましょう。

★ 50点ちょうどで上がった場合は、ボーナス得点として「10点」加算

#### 【試合時間の制限がある場合】

- 時間制限を設けている場合は、その時点の得点が多い方が勝利となります。

#### 【3チーム以上の試合の場合】

- 1チームが3ミスをした場合は、残りのチームでゲームを続け、勝敗をつけましょう。
- 3ミスしたチームの得点は「0点」、勝ったチームは「50点」、残りのチームは、試合終了時の得点とします。

#### ※「試合」と「ゲーム」の定義

試合は1ゲームで勝敗を決めることもあれば、複数のゲームで勝敗を決めることもある。

## 5. 指導員としての心得

### ①フェアプレーを心掛けましょう！

- ✓ フェアプレーの精神は、試合に必須です。どのようなスポーツであれ、大会では良い雰囲気づくりとフェアプレーが求められます。
- ✓ プレー態度、言葉遣い等、場合によっては、主審判によって警告を受け、結果として退場させる等の対応が必要な場合もあります。

### ②参加者を観察しましょう！

- ✓ 障がいには、わかりやすいものから、目に見えないものもあります。また、健常者においても、ちょっとしたケガや体調など、目に見えないものがかかえている可能性があります。
- ✓ そのため、健常者、障がい者に関わらず、参加者を観察し、その人にあった対応を心掛けましょう！

#### 【例】

1. 車椅子の場合は自走か？電動か？
2. モルック棒が握れるか？投げれるか？
3. 立位ができるか？介添えが必要か？
4. 目標見えるか？
5. 声か聞こえるか？
6. 言葉で伝えることができるか？
7. 音に対する反応はどうか？
8. 対話の中での反応はどうか？

### ③多種多様な参加者へ配慮を忘れずに！

- ✓ ミニらいとモルックは、小さな子供から高齢者の多世代ができるスポーツです。また適切なサポート環境があれば身体的・精神的障がいのある方、介助が必要な方も気軽に参加し、同じように楽しむ事ができます。
- ✓ そのような方が、気軽に参加していただくためには、健常者とのプレー以上に様々な配慮が必要となります。
- ✓ 誰もが楽しめるよう、プレーヤー同士、お互いを尊重し、プレーヤーへの配慮を怠ることがないよう、ミニらいとモルック指導員として、丁寧に接し、楽しんでいただけるよう努めましょう。

## 5. 指導員としての心得

### ④参加者の状況に応じて、工夫を行いましょう！

- ✓ 参加者は、年齢、性別、障がいの有無に関わらず、様々な方がいます。競技とは言え、同じルールで実施すると差が生まれてしまいます。
- ✓ そのため、参加者同士の理解を得て、みんなが楽しみながら競技をすることができる環境をつくりだすことも指導員の役割です。

<工夫例>

課題	対応
身体的な障がいがある場合	・スローインラインの距離を縮める。 ・コート内で落とすことも可能とする。
車椅子利用者の場合	・車椅子を投げやすい角度にする。
手の力が弱い方(高齢者等)がいる場合	・モルック棒を手から落とさないよう、介助者が横で手を添え、一緒に投げってもらう。
立位が難しい場合	・椅子を用意し座位のままでのプレーをしてもらう。
視覚障がいをお持ちの場合	・スキットルの近くで手をたたき、音で目標を示す。
聴覚障がいをお持ちの場合	・動作と、ルール漫画、筆談でルールを伝える。
言葉の理解が難しい場合や注意散漫になりやすい場合	・指をさすなど目標を明確にし、視覚で目標を示す。
言葉だけで伝わらない場合	・指導員が投げて、プレーを伝える。
認知機能が低下している場合	・ミラーリング(真似)をさせるように当事者の横で投げて見せる。



## 5. 指導員としての心得

### ⑤楽しい空気感を作り出しましょう！

- ✓ プレー中は、それぞれのチームが試合に集中できるような環境を作ることも重要な役割です。
- ✓ また、試合の雰囲気は、指導員の声掛けでも大きく左右されます。「ナイスショット」などのやる気を上げる言葉はもちろん、ミスをしてしまったときの「コースはよかった！」などやる気を削がない声掛けもとても重要です。
- ✓ 参加者は、様々な特徴を持った方がいるため、参加者の状況に応じた対応が求められます。

(一例)

- 高齢者で耳が聞こえにくい場合は、大きく聞こえやすい声を出すこと
  - 一方、障がいの中には、大きな声や音に必要以上に驚いたり怖る方もいるため、様子を見ながら、声かけを行うこと
  - 対話の中で感情が大きく左右される方の場合は、態度を変えず常に穏やかに言葉ゆっくり目でわかりやすく話すように心がけること。
  - 説明は文章1つずつに分けて伝えること。
- (例:このラインまで来てください。このモルック棒を投げます。など)
- 認知症をお持ちの方には、大人数で話すのではなく、一人対一人で当事者の視界に入り、目線を合わせて、話をする事。

STEP③  
実践編

# 1. 競技の開催について

- ミニらいとモルックは、以下のような開催方法があります。

## 体験会

施設等に出向いて簡易的に体験する方法(出前方式)

## 教室

学校体育施設や会場等に来てもらい、イベント的に実施する方法

## 大会

会場で多くの方に参加していただき、トーナメント方式等で大会を開催する方法

### ①体験会

- ミニらいとモルックを指導してほしいとの要望があったら、以下の事項を確認しましょう。

#### <事前の確認事項>

- ✓ 誰が主催するか確認しましょう。(協会が出向いて開催するのか、相手側責任者が自分たちで準備を行って開催するのか等)
- ✓ 指導員が主催する場合、開催場所の下見は必須です。  
(例)室内・屋外か、広さや床の状況、トイレ、動線など  
→開催場所の床が、フローリングであれば、床に傷がつくため、公式コート等を使用しましょう。公式コートの用意が難しい場合は、衝撃が吸収できるものを下に敷き、行いましょう。  
→会場内に壊れるものがある場合は、その方向に投げを避けるか、何かカバーを付けて損傷が出ないように配慮しましょう。
- ✓ 主催者側や施設側との事前の打合せが重要となります。相手側に、本取組の趣旨や内容・ルール等を十分に理解してもらいましょう。

# 1. 競技の開催について

## ①体験会

- ①事前準備をする(主催者との打合せ)
- ②設営をする
- ③参加者にルールを理解してもらう
- ④プレー
  - スキットルが倒れることはどなたでも楽しいことです。
  - まずはどうのように投げると当たるのか、当たるとどんな音がするのか？  
どのように広がるのか？など体験してもらいます。
  - 混み合ってきたら、順番や予約シートなどを用意し、混乱を回避しましょう。人数が多くなければ、10分程度で試合を行うと、とても盛り上がります。
- ⑤参加した声を把握
  - 終わったら、楽しかったシールなど、なにか楽しい気持ちの肯定を高めることを行うとよいでしょう。
- ⑥片付け
  - 終了時間がきたら、収納袋を用意し、ミニらいとモルック入れてくださいと促しましょう。来た時よりも美しく、イベント主催者がまた一緒に盛り上げてほしいと感じていただけるよう心がけましょう。

# 1. 競技の開催について

## ②教室

- 会場等で、教室を開催する際は、様々な方が来られることを想定し、以下の事項について確認しましょう。

### <事前の確認事項>

- ✓ 開催場所の下見は必須です。  
(例)室内・屋外か、広さや床の状況、トイレ、動線など  
→開催場所の床が、フローリングであれば、床に傷がつくため、公式コート等を使用しましょう。公式コートの用意が難しい場合は、衝撃が吸収できるものを下に敷き、行いましょう。  
→会場内に壊れるものがある場合は、その方向に投げることを避けるか、何かカバーを付けて損傷が出ないように配慮しましょう。
- ✓ 会場の安全性を確保できるか、また人的支援が必要かどうか。  
→様々な方が来られることが想定されるため、動線や会場内の安全性を確保できるか確認しましょう。(※確認する事項は36頁参照)
- ✓ 参加人数に応じて、スタッフの確保を行いましょう。

### <適している場所の例>



学校の体育館



ドームなど大型体育館



地域活動センター



学童教室



認知症カフェ

# 1. 競技の開催について

## 【教室の開催にあたって】

- ①事前準備をする(開催場所等の打合わせ)
- ②設営をする
- ③参加者にルールを説明する
- ④投げる練習する
  - スキttlが倒れることはどなたでも楽しいことです。まずはどのように投げると当たるのか、当たるとどんな音がするのか？どのように広がるのか？など体験してもらいます。
- ④チームを作り試合を試してみる
  - 参加者を2～4人程度のチームに分けて試合を行います。
  - ★参加者にモルック棒を拾いに行ってもらったり、スキttlを立ててもらったり、点数の付け方、ミニコーンの並べ方などの指導を行い、できる参加を増やしていきましょう。
  - ★さらにゲームが面白くなるように盛り上げたり、投げ方や戦略などをレクチャーしてみましよう。
- ⑤片付け
  - 終了時間がきたら、収納袋を用意し、ミニらいとモルックを入れてくださいと促しましょう。来た時よりも美しく、参加者と一緒に教室の後片付けをしましょう。

# 1. 競技の開催について

## ③大会

- ミニらいとモルック®協会公認大会には、最低一人の主審判(ミニらいとモルック®協会認定審判)が必要であり、主審判の決定は確定事項となります。
- 必要に応じて、複数の審判や指導員を配置して行います。

### 【大会の内容】

- 事前に大会の時間・趣旨に沿って勝敗のつけ方等のルール決定
- トーナメント戦か総当たり戦
- 点数制かポイント制
- 敗者復活戦の有無

### 【人員確保】

①主審	試合進行、ジャッジ、モルック棒を次のプレーヤーに渡す、点数告知(指導員有資格者が望ましい) ※プレーヤーは、主審の合図でモルック棒を投げる為、合図を出すまでコート上に留まり、投げられないような立ち位置(真ん中)とする。
②副審	主審と一緒にジャッジ、スキttl立て、モルック棒拾いなど進行の補助
③点数係	主審の点数告知に合わせ、点数をつける。ミニコーンの出し入れ、複数ゲームが行われる場合はゲームごとの点数管理 ※大会規模によっては、スキttl立てやモルック棒拾いは参加者に手伝ってもらい、主審と点数係だけで試合を進行することも可能とする。
④各種スタッフ	受付、駐車場、参加者の介助支援(移動、トイレ等) ※申込のあった参加者の状況を見て適宜配置

# 1. 競技の開催について

## 【当日の準備】

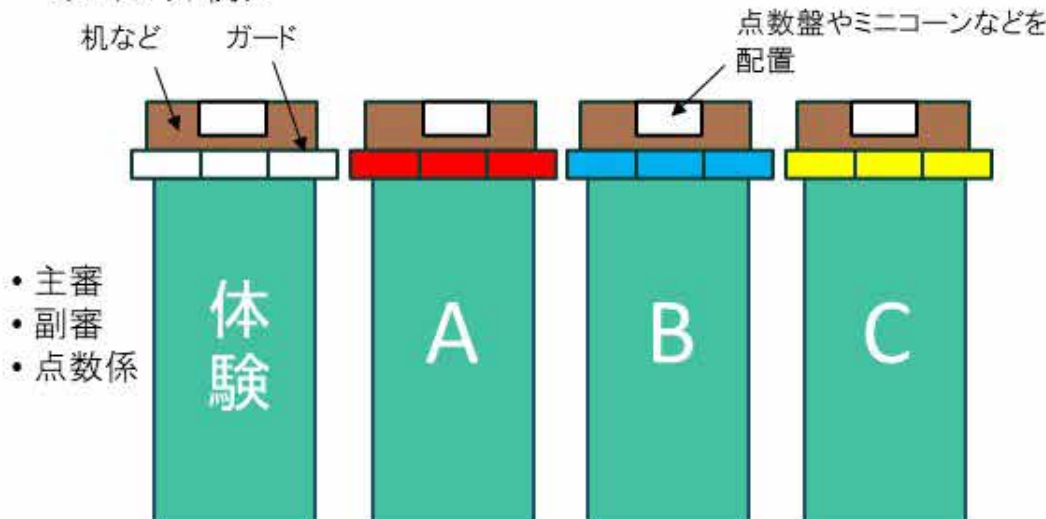
- 公式コートを設置し、養生テープで固定しましょう。ガードを配置し、モルック棒がぶつかることによる損傷がないように周りへ配慮しましょう。
- ガードの奥に机などを配置し、その上に点数盤・ミニコーンやタイマーなど試合に必要なものを置き、試合を進行しましょう。

※点数やミス回数が見える方が、多世代でゲームを楽しむために有効です。

- 試合コートには番号を振り、参加チームにどこのコートで競技するのかを明確にしておきましょう。
- スペースがあるなら、プレイヤーの練習用のエリアを作ってあげましょう。
- 参加者の待機用椅子なども配置して参加者の導線を確認しましょう。



## <レイアウト例>



公式大会にスタッフとして参加し、ユニバーサルスポーツ大会のスムーズな誘導を現場で見つけましょう。



# 1. 競技の開催について

## 【大会中の注意】

- プレーヤーは、主審の合図でモルック棒を投げる為、合図を出すまでコート上に留まり、投げられないような立ち位置(真ん中)をとりましょう。
- 主審が時間を管理し、制限時間1分前になったら、最後の1投を伝えます。各チームは次のプレーヤーの1投でゲーム終了となります。同点の場合は追加で投擲を行い勝敗をつけます。
- プレーヤーはスローラインに入ってから15秒以内に投げる事が出来ない場合は、そのプレイヤーはそのターンで投げる事ができなくなり、ミス(0点)と記録されます。
- 試合開始前に、その試合におけるプレーヤーと投げる順をチーム代表者が報告していますが、ゲームごとに、プレイヤーや投擲順を変更することができます。ただし、ゲームの途中での変更は認められませんが、プレイヤーが負傷した場合などは主審判の判断に委ねられます。

## 【ファウル】

- あらかじめ結果が定義されていないルールに違反する行為
- フェアプレー精神に反する行為
- 審判の指示の無視
- 審判もしくはプレイヤーへの攻撃
- ファウルが行われた場合、審判がファウルをコールし、その理由と警告ペナルティが与えるものとします。
- 激しい侮辱・試合操作・激しい攻撃のようなミニらいとモルック®協会の理念にそぐわない行いはペナルティとして、事前の警告なくその試合の敗退につなげることもあります。

## 2. 会場での配慮事項について

- 教室や大会では、様々な参加者が来訪されることから、以下の事項を確認し、安全・安心に開催できるよう配慮しましょう。

### 会場入り口

(対応方法例)



- 利用者の声を聞いたところ、特段問題ないということを確認し、現状のままとする。

- 戸のレールの溝があるため、高齢者等の足が不自由な方や車いす利用者等は、注意が必要となる。



- 教室等の開催の際、学校等では、門をあけておくと誰でも自由に学校内に入ることができてしまう。

- 体育館施設だけの利用ではないため、完全に閉門することはできない。体育館入り口の開閉を協会で管理する。

### 駐車場



- 車いす優先駐車場等が指定がなく、大きな車種や肢体不自由者が施設の近くに車を停めることができない。

- 体育館に一番近い場所にコーンを設置し、障害のある方優先の駐車場とわかるように表示した。

## 2. 会場での配慮事項について

### 入口からの動線



- 車の入口と一緒のことから、安全性を確保する必要がある。
- 動線にちょっとした段差等が見受けられる。

### (対応方法例)



- 車の動線と分離した経路を表示し、安全な動線を確保した。
- 点字ブロック等の段差もあるが、利用者を確認し、特段問題ないことを検証した



- 体育館までの道のりがわかりづらい。また、学校施設等に入らないよう、適切な誘導が求められる。



- 案内板を掲出し、適切に体育館まで誘導できるようにする。

### 体育館の入口



- 入口が段差になっており、足の不自由な人や車いす利用者にとって入りづらい構造になっている。



- 少し回り道となるが、足の不自由な方等にはスロープを利用してもらえよう、案内表示を行う。



- 入口にて、手すり等の支えがなく、靴を着脱することが難しい。



- 入口付近に、簡易的ないすを設置し、座りながら靴の着脱ができるように工夫する。

## 2. 会場での配慮事項について

### 体育館の内部



(対応方法例)

- 壁からの突起物等があり、思いっきり子ども達が動き回った際、危険な可能性がある。
  - 突起物を布で覆い、手が届かないところまで上げておく。



- 体育館等はエアコンが完備されていないことから、体温調整が難しい障害者には過酷な場となりうる。
  - 大型扇風機を設置し、夏場は室温が上がらないように工夫。冬場は、安全な場所にカイロや毛布などを準備しておく。



- ステージに上って落ちるなどの危険がある。
- 大型扇風機日がづく衣服の巻き込みなどの危険がある
  - 椅子を並べ、立ち入り禁止と明記した紙を貼り、入ることができないよう対応する。

### トイレ



- 体育館内には、車椅子で利用することができるトイレがない。
  - 体育館の外になるが、屋外施設として、車いすトイレがあることから、車いす利用者においては、その場所を適切に誘導する。





令和5年度スポーツ庁委託事業  
誰もが気軽にスポーツに親しめる場づくり総合推進事業  
(学校体育施設の有効活用推進事業)

報告書

令和6年2月

スポーツ庁

(委託先：一般社団法人ミニらいとモルック協会)