

自立支援局だより

国立障害者リハビリテーションセンター（所沢）

第53号 2025. 10発行

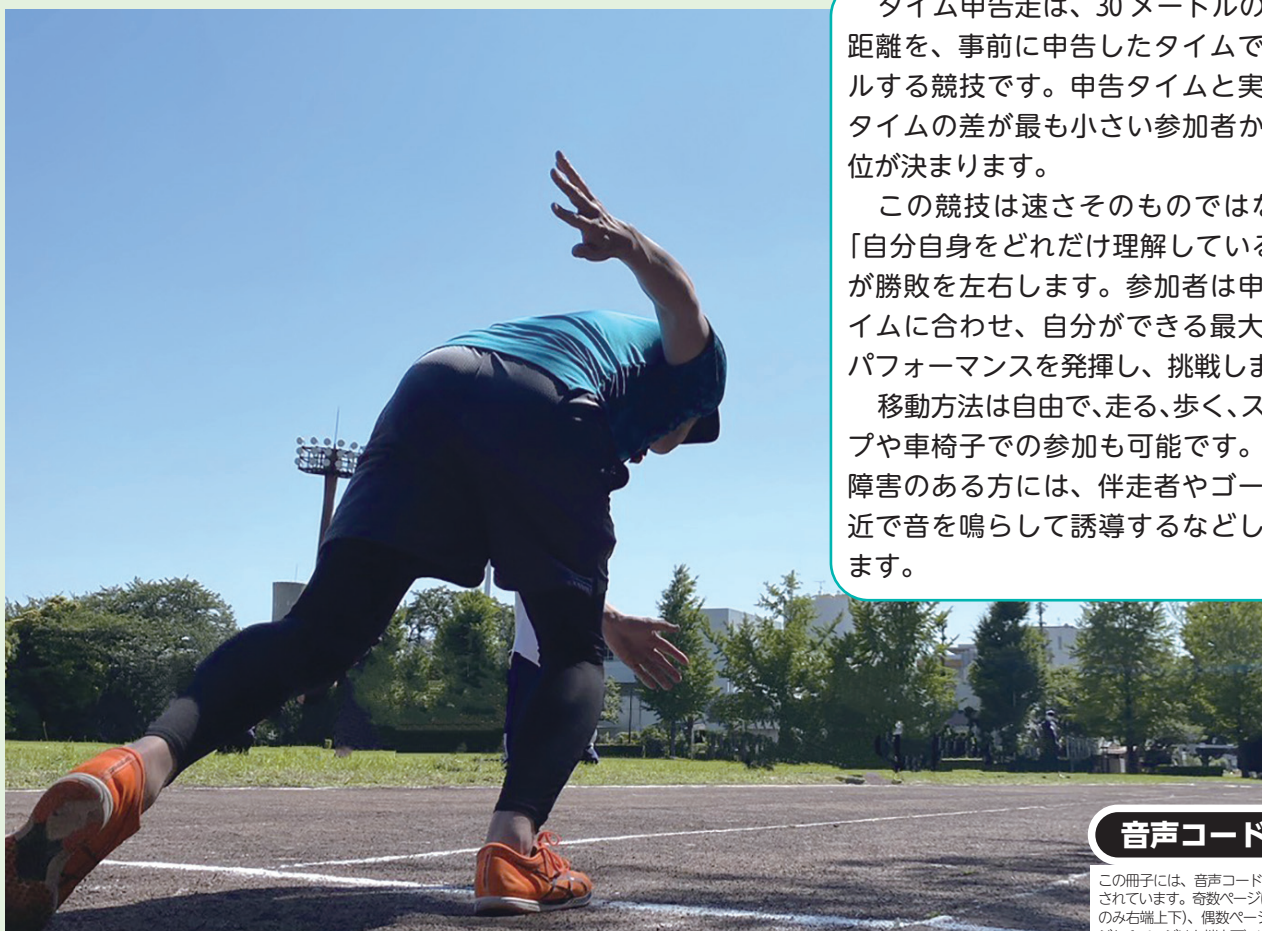
年齢・障害を越え体育祭開催

総合支援課

令和7年度体育祭が、6月5日木曜日に開催され、利用者や職員、学院生など約400名が、センター内にある陸上競技場に集まり、日常の訓練や授業の枠を超え、競技や応援を楽しみました。

当日は天候に恵まれ、絶好の体育祭日和となりました。

年齢や障害も異なる参加者が集い、競技方法を工夫することで、毎年気合いの入った声援や笑顔が絶えない行事となっています。



タイム申告走は、30メートルの直線距離を、事前に申告したタイムでゴールする競技です。申告タイムと実際のタイムの差が最も小さい参加者から順位が決まります。

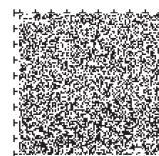
この競技は速さそのものではなく、「自分自身をどれだけ理解しているか」が勝敗を左右します。参加者は申告タイムに合わせ、自分ができる最大限のパフォーマンスを発揮し、挑戦します。

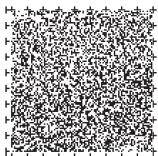
移動方法は自由で、走る、歩く、スキップや車椅子での参加も可能です。視覚障害のある方には、伴走者やゴール付近で音を鳴らして誘導するなどしています。

体育祭の様子 種目「タイム申告走」

音声コード掲載版

この冊子には、音声コード ユニボイスが印刷されています。奇数ページは右端下（5ページのみ右端上下）、偶数ページは左端下（2ページと6ページは左端上下）に印刷されています。





参加した利用者の方の感想

就労移行支援 利用者Aさん

通い始めて1ヶ月で迎えた体育祭。

これまでのカチッとした訓練からは想像できないほど緩い雰囲気になり、拍子抜け。だが、硬く感じていた職員さんが一気に親しみ易くなる。職員・利用者・学生の三者が当たり前に共生する姿を見て、緩さは狙いだったのかと思わされる程「心のバリアフリー」の連続だ。

特に印象的なシーンは、①全盲の方が笛の音を頼りに方向を定め力強く走る姿。②学生さん達のミスト隊や氷嚢隊がゴールした車椅子選手の体温調整にすぐに対応する姿。③移動する招集テントは障害者選手の移動や待機に配慮がなされ時間の短縮が図れる。この様に45年間、日本の障害者リハビリの中核である国リハの知見が随所に見られた体育祭だった。

閉会式、頭上には澄み切った青空。空は私達利用者に「無限の可能性が続くよ」と語っている様だった。

就労移行支援（養成施設） 利用者Bさん

センターの体育祭に白組として3つの競技に初めて参加しました。

ディスタンスは、個人的な結果は24mでしたが、他の視覚障害の参加者が46mという新記録を出し、すごいと思うと同時に障害を抱えている方もスポーツを楽しめると感じました。

綱引きは、2戦とも勝利し、普段関わりない人とも嬉しくてハイタッチをしました。玉入れは、1戦目は白組が負けてしまいましたが、2戦目は勝ってくれて、3戦目はなんと1個差で勝利という劇的な決着でした。

参加した競技以外でも車椅子の方の操作（運転）技術を見て、障害を抱えていてもハンデを乗り越えて、次のステップに進んでいるすごい人たちだと尊敬しました。

結果は白組が勝ったので、すごく充実した1日を過ごすことができました。

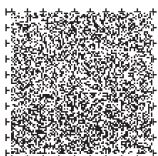
末筆ですが、企画運営や補助してくださった職員の皆様にお礼を申し上げます。ありがとうございました！

文責：芹澤意織

ディスタンスは、フリスビーをできるだけ遠くに飛ばすことを競う種目です。参加者一人につき2投行い、そのうちのベスト記録で順位を決定します。



体育祭の様子 種目「ディスタンス」



震度6弱の地震の揺れなどの防災体験ツアーに参加

視覚機能訓練課

6月27日（金）に「防災についての理解や災害時における対応力を高める」ことを目的に東京消防庁池袋防災館が行っている防災体験ツアーに参加しました。

防災館では、「消火器を使った消火体験」、「建物火災発生時の煙の中での避難体験」、「地震の揺れ体験」などを巡る防災体験を行いました。臨場感あふれる防災体験のため思わず驚く声をあげる方もいましたが、参加者それぞれが真剣に取り組む様子が見られ、防災への関心を高める時間となりました。

また、センターでの通常の訓練は、個別訓練が中心であり、関わりの少ない参加者同士が自然に声を掛け合い、協力している姿が印象的でした。

防災体験の前に参加者の希望に応じて、ハンバーグ、ドリア、牛タン、メキシコ料理などの店舗に分かれて昼食をとりました。おいしいご飯に



地震体験の様子

会話も弾み、楽しい時間を過ごしました。

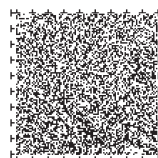
終了後の参加者アンケートでは、「煙や地震の体験ができてよかった」、「外食が久しぶりでわくわくした」、「普段、関わらない方と話ができてうれしかった」などの声が寄せられました。

今後も、利用者が楽しみながら学べる機会を提供していきたいと考えています。

文責：関口雄介



◀ 消火器体験の様子



頸髄損傷の方の地域移行支援について

肢体機能訓練課

自立訓練（機能訓練・肢体）では、主に頸髄損傷等の四肢麻痺の方に日常生活の自立に向けた訓練を実施しています。多くの利用者の方が、ご自宅への家庭復帰や、障害のある方が地域で共同生活を行うグループホーム等での生活に向けて、訓練に取り組んでいます。

地域移行支援としては、①生活拠点の検討・確定、②住環境整備支援（住宅改修等相談）、③在宅支援の支援体制整備、④日中活動の検討等を行っています。

当センターは全国からの利用となるため、地域移行支援については、電話、メール、ビデオ会議システムなどを活用した対応を基本としていますが、必要に応じて、現地に訪問し個別支援を行っています。

今回は、当センターの近隣のグループホームの利用に向けて支援した一例をご紹介します。

グループホームの見学にケースワーカーと作業療法士が同行し、支援者の方々と設備などを確認し、自身の可能な動作や支援方法について相談を行いました。トイレや入浴といった日常生活に欠かせない動作は、実際のスペースの広さや手すりの位置などを確認し、安全かつ快適に利用できるかを検討しました（写真①）。その他にも、居室内の環境設定、グループホーム内を移動する際の動線も含めて確認しました。

また、最寄り駅まで単独での外出が可能か利用者主導でグループホーム周辺の坂道、信号の時間内での横断などの危険箇所の確認を行いました（写真②）。

安心安全な地域生活を送れるように、支援を行っています。

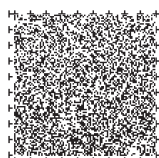


写真① グループホームの浴室動作確認の様子

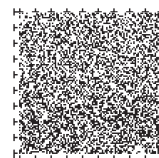


写真② 最寄り駅まで移動している様子

文責：名和一輝



病理学概論



理療教育課

今回、ご紹介させていただくのは2年次に配当されている学科科目の病理学です。

解剖学や生理学とは異なり、あまり聞き馴染みはないと思いますが、病理学は、病気の原因を知り、その変化を捕まえ、現状を把握し、その未来を予想する文字通り、病（やまい）の理（ことわり）を学ぶ学問です。病気の原因を知れば予防に繋がり、その変化と現状を理解すれば適切な治療を行うことができ、その結果、患者の未来を変えることや、今後の未来に対する準備をしながら生きることに繋がっていく、医療を学ぶ上で大切で不可欠な学問であると思います。

また病理学は、科学と医療の進歩により、従来の組織の変化や実験などを観察する手法を大切にしながら、遺伝子や分子生物学的な要素を加えることで、より精度を上げ、様々な分野への広がりや深さと有用性を高めている温故知新という言葉が最も似合う学問とも言えます。

当センターでは視覚障害のある利用者の方に対して、その病変や症候をただ覚えるだけではなく、なるべく何故そのような変化や症状が現れるのかを考えてもらえるように注意し授業を行っています。

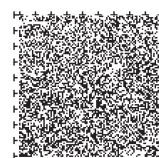
例えば、自分自身のことや周りで起こっていることを照らし合わせたり、自身がその病気に罹患した時に、どのようなことが起こるのかを想像したりしながら進めています。これから施術者として社会に貢献していくためにも、病理学が遠い学問でなく、とても近い学問であるということ意識できるように心がけています。

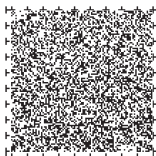
病理学は、解剖生理学のような基礎医学と、臨床医学各論や臨床医学総論のような臨床医学の間に存在することから、両者を結ぶ橋渡しの役割を担いますし、また、病理学を勉強することは、基礎医学の復習と臨床医学の予習を同時に行うことにも繋がります。

今、どんなに健康に見える人でも、将来ずっとそのままでいられることはありません。今この瞬間も身体の中では、様々な要因により刻一刻と変化が起こっています。身体は休むことなく、その事態に対応しています。耳を澄ませてみてください。きっと身体の変化や声が聞こえてくるはずです。病理学の話す言葉を知り、身体の変化に耳を傾けることができれば、自分自身や大切な人にとって大きな利益になると思います。

そんな素晴らしい学問である病理学に少しでも興味を持っていただくことができれば幸いです。

文責：水沼健生





利用者募集のご案内

視覚障害のある方の自立した生活に向けて

自立訓練（機能訓練）

視覚障害により日常生活や就労等を目指す上で困り事がある方に対し、白杖を使用した歩行訓練や点字訓練、日常生活訓練、学習や就労等で活用可能な音声パソコン、録音機器等の操作方法習得のための訓練等を提供しています。



就労移行支援（養成施設）

国家資格である「あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師」の資格取得を目指し、授業（講義、実技実習、臨床実習等）の提供のほか、資格取得後の就労に向けた支援を提供しています。



頸髄損傷等の方の自立した生活に向けて

自立訓練（機能訓練）

主に頸髄損傷等による重度の肢体不自由の方が、地域や家庭、職場などで補装具や自助具の活用や環境を調整することによりできる動作を身に付け、より充実した社会生活を送ることができるよう、理学療法、作業療法、リハビリテーション体育、職能訓練等の訓練を提供しています。



高次脳機能障害のある方が自分らしく暮らすために

自立訓練（生活訓練）

高次脳機能障害に伴う記憶障害、注意障害、遂行機能障害等による生活課題に対し、メモリーノート等の代償手段の活用によりスケジュール管理等の生活能力を高められるよう、個々の生活状況に応じて支援します。個別又は集団で訓練を提供しています。



障害のある方の「働きたい」を支援します

就労移行支援

就労が見込まれる主に身体に障害のある方、高次脳機能障害のある方、発達障害のある方、難病等の方に、一般就労や復職に向けて、就労のための技能習得（事務、作業等）及び模擬的な職場体験訓練を提供しています。就職活動に向けては、職場見学や職場実習のほか、履歴書の作成や面接練習なども実施し、面接会の同行等の就職活動を支援しています。



※遠方のため通所で上記サービスを利用することが困難な方には、施設入所支援（宿舍利用）を提供しています。発達障害の方は通所利用のみです。

<問合せ先> 国立障害者リハビリテーションセンター 自立支援局 総合相談課

〒359-8555 埼玉県所沢市並木4-1 TEL: 04-2995-3100（代表）

E-mail: rehab-soudan@mhlw.go.jp FAX: 04-2992-4525（直通）

※利用相談は、平日日中（月～金 9:00～17:00）受け付けています。

国リハ HP は
こちら →



公式 X は
こちら →



公式 YouTube は
こちら →



国リハ HP: <https://www.rehab.go.jp/TrainingCenter/> 公式 X: https://x.com/NRCD_
公式 YouTube: <https://www.youtube.com/channel/UCZaiYKaSUzvmjSgyoVFIfmg>

