

JAL Wellness活動実施報告

実施事業名：視覚障がい者とともに行う運動(ブラインドサッカー)・白杖手引き体験セミナー

実施日：2024/01/05

参加会社名：JSL/JALI

参加者数：16名

活動概要：NPO法人日本ブラインドサッカー協会×JSLのコラボセミナーとして、白杖手引き体験とブラインドサッカー体験ワークショップを開催しました。

所感／参加者の声など

前半30分はJSL主催の白杖手引き体験を実施しました。視覚障がいのある社員がインストラクターとなり、参加者は2人ペアを作って、視覚障がい者約・手引き（誘導）する役の両方を体験していただきました。実際の点字ブロックや障害物を置いたコースをペアでゆっくりと歩きながら、視覚以外の感覚を使って歩くことの難しさ、手引きをしてくれる人がいることへの安心感、手引きをする際の基本姿勢や声掛けのポイントなどを体験いただきました。

後半90分は日本ブラインドサッカー協会によるブラインドサッカー体験ワークショップを行い、言葉だけで伝えたストレッチの動きを実際に行ってもらうゲームや、“見えない”人と見える人が協力してコミュニケーションをとりながら得点を競うゲームを行い身体を動かしました。最初は見えない中で身体を動かすことに不安を感じて動きが硬くなっている人も多かったですが、ゲームを通じてお互いに声をかけ合ってコミュニケーションをとることで、ワークショップの終盤には、見えない中で音の鳴るボールを追いかけて声のする方向に蹴り返すことができるようになりました。

白杖手引き体験の感想としては、「アイマスクをして歩くことが不安だったが、白杖や手引きをしてくれる人の存在がこんなにも頼もしく心強いものかと実感した」、「コースが直線ではなく工夫があった為、色々な感覚が刺激された」といったものがありました。

ブラインドサッカー体験ワークショップについては、「声かけやプレイにも思いやりが表れるという言葉が印象に残った。ブラインドサッカーは思いやりや工夫次第でみんなで楽しむことができるスポーツであること、その楽しさを改めて実感した」、「SMALL STEPで進んでいく構成や分かりやすい説明のおかげであっという間に感じた。視覚以外の感覚や周囲の人などのリソースをどう生かしていくかをみんなと一緒に考えることができ、声掛けの大切さや相手への寄り添い方を考えるきっかけになった」など、ブラインドサッカーの楽しさだけでなくコミュニケーションの重要性を感じたという感想を多くいただきました。

