

令和5年度

# 進路だより Jr.

令和5年12月22日発行 vol.2 松橋西支援学校 進路指導部

主に小中学部の保護者のみなさんが知りたい進路に関する情報の掲載やご要望、悩み等についてお答えする「進路だより Jr.」を発行いたします。第2号は「余暇の過ごし方」についてご紹介します。

## 余暇の過ごし方について

児童・生徒の皆さんは週末や長期休暇中はどのように過ごされていますか？  
お家でのんびり過ごす、家族でお出かけ、趣味や習い事…など、それぞれ余暇の楽しみ方があるかと思います。4月の進路だよりで実施した保護者の方へのアンケートでは、「余暇の時間を充実させたいがどうすればよいか」や、「障害者向けのスポーツができる団体や活動場所等あったら教えてほしい」という声をいただきました。



## ～障がい者スポーツ・文化協会～

障がい者スポーツ・文化協会のホームページでは、熊本県内で活動している障がい者スポーツ・文化のサークル26団体を紹介しています。身体障がい、盲、ろうなどの障がい種別のサークルもありますが、知的障がい向けのサークルも見受けられます。その他、スポーツ大会や文化的行事の紹介、ペタンクやフライングディスク、ターボジャブ（やり投げ）などのスポーツ用品の貸し出しもあります。また例年4月、5月には熊本県障がい者スポーツ大会が開催されています。今年の「第22回くまもと障がい者スポーツ大会」では、本校・上益城分教室からあわせて6人参加しました。水泳の25m自由形、陸上競技の100m走、ソフトボール投げ等に出場しました。毎年高等部では2月から3月ごろに春からの大会の参加申込みを呼び掛けています。



## ～スペシャルオリンピックス日本・熊本～

主に身体や運動機能に障がいのあるかたが参加するパラリンピックやパラスポーツと並び、知的障がいのある人たち向けに様々なスポーツプログラムや大会を開催されているのがスペシャルオリンピックス（SO）です。県内の各地域（ブランチ）ごとに、陸上、競泳、サッカー、フロアホッケー、自転車、ボッチャなど個人競技、団体競技と様々なスポーツプログラムを開催されています。松西の卒業生で全国大会や世界大会に出場し、活躍されているアスリートもいらっしゃいます。



<今後開催予定プログラム例>

【熊本】ボウリング 1/27～3/23 土曜日 全8回 ナムコワンダーランド南熊本 申込×切 1/19

【八代】フロアホッケー 1/14～3月下旬 日曜日 全8回 大田郷コミュニティセンター他 申込×切 1/7

## ～e スポーツ～

「家に帰ってからはYouTube やゲームばかり」とお悩みの方もいらっしゃるかと思います。しかし、最近は多くの障がい福祉施設や高齢者施設で e スポーツに取り組まれているところが増えています。誰もが知っているようなゲームソフトを障がいに応じてコントローラーやスイッチを工夫して操作しやすくしたり、誰もが楽しめるようなオリジナルのゲームを開発・制作したりする企業や支援団体もあります。現場実習などでお世話になっている福祉事業所でも、定期的に e スポーツ体験会を開いたり、事業所間で e スポーツ大会を開催したりされています。e スポーツの大きな魅力として障がいがあっても健常者と同じように参加や競技できることがあります。また通信環境などが整えば、必ずしも移動を必要としない点も、移動に難しさがある方にとっての参加のハードルが低くなります。今一番注目度の高い余暇の一つと考えます。



## ～地域のスポーツ・文化教室～

高等部に通う生徒で地域のバレエ教室に週1回楽しみに通っている生徒がいます。毎年、夏には他のレッスン生とともに大きな市民ホールでの発表会で堂々とバレエを披露しています。今年は通い始めて10年の節目を迎えて記念のトウシューズを贈られていました。先生も生徒の皆さんとの相互理解も深まり、地域で豊かに暮らす好事例の一つです。また英会話教室に通った経験のある生徒が今でも日常会話に英単語を交えて楽しくコミュニケーションを図る場面や保護者が通う茶道教室と一緒に通っていくなかで、所作を覚え、家庭訪問でお茶を点ててくれた生徒もいました。競技力向上のためのスポーツクラブや大人を対象とする教室が多いと思いますが、なかには年齢・学年や特性・困難さに柔軟に対応して受け入れてくださるスポーツ教室、文化サークルなどもあるかと思います。見学会や体験会に参加し、相談することも長く楽しめる余暇を見つけることにつながるかもしれません。



## ～同窓会活動～

卒業後の楽しみの一つに同窓会活動をあげる卒業生も多くいらっしゃいます。松西では本校高等部を卒業した方向けの松橋西同窓会と分教室を卒業した方向けの上益城分教室同窓会の2つが組織されています。中学部卒業生も入会資格がありますので、中学部3年生で他校に進学される方にも卒業前に入会の御案内をしています。コロナ禍以前と比べると学校行事等に同窓会として参加する機会は減ってしまいましたが、スタッフとして運営に携わったり、イベントに参加したりと卒業後も学校と繋がる機会となっています。



在学中は様々な学校行事や授業があり、生活にいろんな変化や楽しみを見つける場面は多くあります。しかし、卒業後の働く生活が始まると、毎日同じことの繰り返しで楽しみがない、メリハリがつかないといった卒業生や保護者の声がよく聞かれます。将来の豊かなくらしのためには、好きな余暇を見つけて楽しむことも、自分にあった仕事を探すことと同じくらい大切なことかもしれません。学校でも授業や行事等を通じて、余暇に繋がるきっかけを探し、興味・関心を広げていきたいと思えます。今後も一緒に子どもたちの余暇を考えていきましょう。

