

ヘルシー・アスリート®および地区組織における「健康プログラム」ガイドライン

ヘルシー・アスリート®・プログラム(HAP)とは？

アスリートの健康とヘルスケア向上のためのプログラムです。アスリートがトレーニングや競技をする能力を高めること、そして生活の質を向上することを目指しています。ヘルシー・アスリート・プログラムは、楽しい雰囲気の中、無料で様々な種類の健康チェックをアスリートに提供しています。

知的発達障害のある人々は、一般に肥満、栄養不良や、眼科、口腔、聴力、足の問題など広範囲にわたる健康問題をかかえています。彼らが健康を自己管理していくための保健医療や教育を受ける機会は障害のない人に比較して限られています。これらは、知的発達障害のある人の保健医療の機会の不足、特に青年期以降、定期的に健康チェックをおこなう機会が極端に減少することや、医療関係者が知的発達障害のある人についての理解を深める機会が不足していることにも起因しています。そこで、アスリートが健康を維持するための健康チェックの機会を増やし、また知的発達障害のある人々について医療専門家や医療系の学生の理解を促進するために、1991年に米国のスペシャルオリンピックスで HAP が正式に始まりました。日本では2004年から本格的に HAP を実施しています。

HAP の目標

1. スペシャルオリンピックスの使命を押し進める。
 2. アスリートの競技能力の向上に貢献する
 3. アスリートの健康の向上と保健衛生教育を促進する
 4. 医療従事者と医療系の学生に知的発達障害のある人々に対する理解を促進する
 5. ファミリー、コーチ、介助者にアスリートの健康への知識や意識を高めてもらう
 6. 健診結果を SO 国際本部で収集、分析し知的発達障害のある人々の医療や政策に対する提言を行う。*
- *そのため、各国で健診内容を統一し、結果を SO 国際本部に提出しています。

ヘルシー・アスリート®・プログラムの対象者

SO に登録しているアスリートとユニファイドパートナーです。

また、コーチやファミリー、アスリートの介助者なども同行し、健診結果を一緒に聞いてもらい、アスリートの健康状態や、健康維持のための知識を身につけてもらうことも重要と考えています。

ヘルシー・アスリート®・プログラムの実施要件

1. HAP 実施には、SON・HAP ディレクター(SOI 承認クリニカルディレクター)が準備段階からかかわる必要があります。実施当日も運営を行います。*
2. 必ず SOI の指定する健診内容、健診用紙(HAS)を使用する必要があります。
3. 健診結果用紙は必ず SON に返送してください。

*今後、ナショナルゲーム等で実施する HAP に参加し、研修を受け、HAP に精通した医療関係者が当日運営を代替できるような場合は、当日運営は地元医療関係者に委譲してゆく予定です。

ヘルシー・アスリート®・プログラムの内容（健診部門）

HAP は以下の6部門があります

健診部門名	内 容
スペシャルオリンピックス・ライオンズクラブインターナショナル・オープンングアイズ® (目の健康チェック)	ライオンズクラブインターナショナルなどから多くの支援を受け、視力だけでなく、さまざまな眼の機能、健康状態を含め眼の大切さ、見ることの喜びを多くの人に知ってもらうことを目的に活動しています。 メガネ、セーフティーゴーグルなど必要なアスリートには無料提供し、眼の正しいケアについて情報提供をしています。
スペシャルスマイルズ® (口腔の健康チェック)	口腔のチェック、ブラッシング指導を通してアスリートの食生活、健康への意識の向上などを目的としています。
ヘルシーヒアリング (耳の健康チェック)	耳の健康チェック、聴力検査、衛生教育を行います。外耳道検査、自動聴力検査、(耳音響放射)、中耳機能の検査、純音聴力検査などを行い、耳道の衛生管理、聴力損失の程度等に助言をしています。2割程度のアスリートに難聴の恐れが指摘されています。
ヘルスプロモーション (栄養、生活習慣)	身長・体重測定に加え、普段機会の少ない骨密度測定を行います。また、食生活・水分補給・日焼け防止・禁煙・エクササイズなど様々なアプローチから健康を促すプログラムです。
ファンフィットネス (筋力、持久力、柔軟性)	理学療法士による、筋、関節の柔軟性、筋力、バランス能力、全身持久力のチェックを行います。また、柔軟性、筋力、バランス、全身持久力を改善するための運動を体験しながら学べます。
フィットフィート (足の健康チェック)	足、足首、爪、皮膚、靴のチェック、歩行分析などを行います。足や足首に問題を抱えているアスリートは多く、靴や靴下が合っていない、水虫などの皮膚病や爪の手入れなどは、すべての競技に大きな影響を与えます。

ヘルシー・アスリート®・プログラムまたは「健康プログラム」実施の判断

前述の通り、HAP は SO 国際本部が商標登録しており、実施には要件があります。HAP 実施を希望する場合は SON・HAP ディレクターと相談の上、実施の可否を判断することになります。条件が整わず HAP の実施が困難な場合は「健康プログラム」の名称で実施してください。

地区組織におけるアスリートの健診について

地区組織において、独自にアスリートの健診等を計画される場合も是非、SON にご一報の上、SON・HAP ディレクターにご相談ください。そして可能な範囲で HAP に即した健診を実施してください。それが難しい場合にも、HAP の健診内容について、地区組織でご理解いただけるよう、SON・HAP ディレクターから HAP とはどのようなプログラムであるか、紹介をさせていただきたいと思えます。

公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

〒105-0003 東京都港区西新橋 2-22-1 西新橋 2 丁目森ビル 7 階

電話 03-6809-2034 FAX 03-3436-3666

E-mail: tokyo_office@son.or.jp <http://www.son.or.jp>