

パラフットボールボランティア研修【8月28日（金）18時30分～20時30分 14人参加

18:30～18:45【アイスブレイク（となりのとなり）（30秒をあてよう）】

18:45～19:30【ブラインドサッカー（FCコレチーボ静岡キャプテン渡邊昌之氏）】

19:45～20:30【応急処置】

【アイスブレイク】

（となりのとなり）

- ・参加者を2つのグループに分けて実施する。
- ・内容の理解—手引きを読み、説明を聞き理解する。
- ・ソーシャルディスタンスに気を配り、輪になる。
- ・氏名で自己紹介をする。
- ・好きな果物を付け加えて自己紹介—達成感からか終わると自然に全員が拍手になる。
—最後の人が、全部の人の好きなこと名前を言っていくのに集中して自分の好きな果物を考えているのを忘れる。
- ・好きな果物にジェスチャーを加える。—緊張感が高まるが、笑顔での会話も混じる。
- ・どんな場面に使えるか？

※初めて会うボランティアのグループの自己紹介。

※個人参加の体験会等でのグループ自己紹介

【ブラインドサッカー（FCコレチーボ静岡キャプテン渡邊昌之氏）】

- ・自己紹介：氏名、出身、仕事
- ・小学校・中学校での過ごし方。
- ・ブラインドサッカーとの出会い
- ・ブラインドサッカーの動画視聴
- ・気付いたことの発表
- ・ルール等の動画で確認
- ・練習等で大切にしているもの
- ・大会にはどんなものがある

【応急処置】

- ・応急手当とは・・・重症化の予防、後遺症の予防、回復の促進
- ・擦り傷、切り傷など出血を伴う外傷

※ラップ療法（擦り傷）

※圧迫（切り傷）

※湿潤療法について

- ・虫刺されの対応
- ・息苦しい、けいれん、しびれ、じんましん、スズメバチに刺されたなどのとき
- ・刺し傷の対応
- ・さびた釘、ガラス片等が突き刺さった時の対応
- ・打撲について

※ RICE (rest, icing, compression, elevation) について

患部を安静に保つ。

氷で冷やす。氷嚢があればベスト、ビニール袋でも可。その時にビニール袋の空気を抜く。

弾力帯やテーピングにて圧迫する。

患部を心臓よりも高くする。

- ・テーピングの固定について

【振り返り】

- ・ボランティアとしても、救急の知識、技術を深める必要。
- ・応急手当、冷却、圧迫が大事だということが分かった。
- ・ボランティアもそれぞれの障がいのサッカーによって異なる。もっと知りたいと思った。
- ・ブラインドサッカーについてもっと知りたいと思った。
- ・アイシングに良い氷の話が印象的だった。
- ・ブラインドの話から、コミュニケーション不足等高校生年代で練習に取り入れてみたい。
- ・救急法から、手当の方法について知ることが大切だが、いつとめる、近い将来、遠い将来を考えることが大切だと思った。
- ・ブラインドのキーパーを体験してみたい。
- ・アンプティしか体験してないので、ブラインドサッカーも関わってみたい。
- ・ブラインドサッカーの体験を我が子やチームのみんなにやってほしい。
- ・ブラインドサッカーは体験したらどこにいるかわからない。応援したい。
- ・選手は怪我が少ないが、スタッフ等が怪我することが多いので対応できるようにしておきたい。
- ・怪我への対応が変わってきているので、学び続けることが大事。
- ・ブラインドについては、コミュニケーションが大切だということが実感できた。どこの世界でもコミュニケーションが足らなくなっている。