

## 1日目 特別支援学級見学

2月8日は、小学校と高校の特別支援学校の授業を見学したり、授業形態やクラスのシステムについて学んだ。

まず、午前中に、私達は小学校の特別支援学校を訪問した。そこでは、障がいのある学生がプログラミングの課題をしており、3人と言う極少数のクラスでの授業となっていた。スウェーデンでは、12歳になると、国からパソコンが1人1台普及される制度がある。このことにより、これからのネット社会にも対応していく知識を得ることが出来る。プログラミングの授業では、簡単なプログラミングをして、それを発表するといった形になっていた。なかには、上手く喋ることのできない障がいを持った生徒に対し、先生が代わりに発表するという場面も見ることができた。

また、授業のスケジュールが事前にイラストとともに貼られており、生徒が次に何をしたら良いのか、なにを持っていけば良いのかがはっきりとわかる仕組みになっていた。この小学校で分かったことは、障がいをもっている、それをみんなが当然のように受け入れていることである。この小学校には、障がいを持っていない生徒もおり、廊下や玄関などでもなんの違和感もなく平気に挨拶をしていた。そこには、偏見や差別を全く感じる事がなかった。

お昼ご飯を済ませた我々は、ニコラス先生の職場である高校へと足を運んだ。そこでは、特別支援学級の生徒共に、体育の授業をすることになった。我々は、3人と2人に分かれ、3人はバスケットボールとフロアホッケーの授業、2人は、空手の授業に参加することになった。バスケットボールとフロアホッケーの講義では、日本の体育と同じように、準備体操をし、今日は何をしようかと言う説明とともに授業が進められた。バスケットボールでは、生徒の特徴に合わせてプレーが進められた感じがした。例えば、ドリブルが苦手な生徒はパスを、シュートが得意な生徒はとにかくシュートを打つようなプレーだ。

この体育の授業を共に受けて、先生がいかに生徒の一人一人のことを理解しているかに感銘を受けた。また、知的障害をもっている子に対して、いろいろなプレーを試みるように自然に促したりする姿は、深い信頼関係がないとできないだろう。ここでも生徒をいかに公平に指導するかというスタイルに驚きを隠せなかった。

## 2日目 ピテオ市にてスウェーデン語研修、アイスホッケー体験

2月9日は、ボーデン市から少し離れた、ピテオ市という場所で、スウェーデン語の研修を行った。スウェーデン語は、アルファベットを使用するものの、発音や読み方が全く違ったものとなっており、日本人からするととても難しかった。しかし、ピテオ市社会共

創部には、日本人女性のミカさんという方が勤務しており、時折日本語を混ぜながら説明をしてくれたので、理解しやすかった。特に、ありがたいの意味である「tack」や、さよならの意味である「hejda」は、ショッピングをする時や、施設を見学するときに多用することができた。

午後は、ホテルでランチを済ませた後、アイスホッケーを体験させてもらった。セミプロのアイスホッケー選手が実際に使っている更衣室で着替えた我々は、初めてのアイスホッケーを体験することとなった。アイスホッケーは、とても難しく、氷の上を上手く滑ることが絶対条件であるため、玉を打つことなどとても容易ではなかった。しかし、初めての体験ともあり、一同とても楽しむことができた。その後も、サッカースタジアムや、室内陸上練習場、子供達のアイスホッケーなどを見学させてもらった。一律の競技場を見学して感じたことは、冬場に備えて、常に屋根ができるように対策していることである、また、その影響で体育館競技が発達しており、雪国ならではの工夫を見ることができた。

### 3日目 ボーデン市役所訪問

2月10日は、朝からボーデン市役所に訪問した。ここでは、スウェーデンの障がい者に対するサービスや法律の説明を受けた。

まず、スウェーデンには、エルエスエス法という法律が制定されており、障がい者が楽に暮らせる、障がい者の支援をしないことは、法律違反に当たると言うことなどが法律として定められている。ここでいう障がい者とは、身体障がいのある人だけでなく、自閉症や精神障害などといった全ての障がいを対象にしている。この日本とはまるきり違う法律にまず驚きを隠せなかった。また、支援についても国や市が申請を検討し、申請が通らなければ裁判を起こすこともできるのである。ここも日本の福祉制度とかなり違っており、スウェーデンが福祉国家とも呼ばれる所以が垣間見えた気がした。

ボーデン市役所での説明を終えた我々は、キャビンに戻り、人生で初めてオーロラを見ることができた。夜空一面に緑のカーテンのようなものが動き出ており、まさに絶景と呼べる景色に感動した。

### 4日目 ボーデンオープン&Ricky's home party

2月11日は、ボーデンオープンでは特別支援学校と一緒にパラバスケットボールをした生徒が出ていたため応援した。型での競技のため障害の程度によってどのように判定するのかが難しそうだった。障害の程度によって出来ることが違って来るためそれを考慮した方が良いのか、またはしない方が良いのか正解は分からないが今回のボーデンオープンでは考慮せずに判定を行っていた。

夜はリッキー先生の家でホームパーティーをした。ニコラス先生、ポンタス先生、リッキー先生、ベネット先生と共にスウェーデンの福祉と日本の福祉の違いなどについて語り合った。リッキー先生や各先生の自宅を訪問した時に感じたがスウェーデンの家はほとんどが平屋であった。さらにスロープや階段の手すりなどが日本より多いと感じた。施設だけではなく人々の考え自体が日本と違うと思った。障害者の方と分けていないのが当たり前

という考えが素晴らしいと感じた。

#### 5日目 ベネット先生のセミナー、ルレオ市のショッピングモールで買い物、ピザパーティー

2月12日はルレオ市の武道場でベネット先生のセミナーがあった。ベネット先生のセミナーではリッキー先生の他に8日に行った剣道教室の生徒らが受けていた。剣道だけでなく居合道などの武道のセミナーもあった。その後ルレオ市のショッピングモールに行った。その時に感じたことは人々の優しさである。ショッピングモールの横断歩道ではほとんどの車が止まって道路を渡らせてくれた。またモールの中ではMAXバーガーとカフェに行ったが、スウェーデン語だったためモバイルオーダーの使い方が分からずに戸惑っていると後ろから現地の方が英語で教えてくれた。店員さんも愛想が良く分かりやすく伝えようとしてくれていることが伝わった。買い物の面ではキャッシュが使える店が少ないことに驚いた。カードオンリーのお店ばかりであったため50000円分換金して行ったが、半分以上余ってしまった。この日は現地の店員さんや人々の温かさを感じた1日であった。

#### 6日目 フリー（動画作成、周辺のフィールドワーク）

2月13日はベネット先生が帰国する日のためベネット先生を見送った後、生徒で集まり動画作成と課題の割り振り、今までの振り返りをした。生徒同士で今まで行った施設の感想を述べ合い、それぞれが感じたことを意見交換した。やはりスポーツを勉強している3人と福祉を勉強している2人では元々の知識が違っているため感じていることが異なっていたためこの日に振り返りが出来てよかった。

フィールドワークではボーデン市のフィールドワークをした。ボーデン市のフィールドワークでは行く前から調べていた古着屋を訪れた。そこでは日本では見られないようなスウェーデン軍の軍服や置物があった。またスウェーデン発祥のH&Mも訪れた。フィールドワークで分かったことはスウェーデンでは法律で3.5%以上のアルコール度数があるアルコールは政府公認の専門店ではしか買えないと決まっているということだ。そのため近くのスーパーでは3.5%以下のアルコールしか置いていない。近くの専門店を訪れると世界各国のアルコールが置かれていた。帰り道に宿泊所のゴミ捨て場を見に行くとゴミの分別が10種類近く細かく分けられていた。スウェーデンではゴミの分別を徹底的にやっていた。この日のフィールドワークで感じたことは飲食店、服飾店などの全てのお店に共通することだが閉まるのが早いということだ。15時、16時には全ての店が閉まってしまう。土日や祝日でもショッピングモールが閉まっていたりするためゆったりとした生き方だと感じた。

#### 7日目 障がい者水泳、レスリング

2月14日は水泳とレスリング体験を行った。水泳ではボーデン市にある子供から高齢の方まで使用可能な施設を訪れ、障がいをもつ子ども二人に付き添った上で見学をした。そ

ここで私たちが最も関心を受けたことは施設の設備と周りの人の対応である。前者については誰でも使用できる一般的なプール施設に障がい者を持った人が快くプールを使用するための座ったままでもプールに入れる車椅子があったり、段差を無効化する機械があった。後者については例えば日本では一般的なプールに障がいを持つ人がいれば健常者と障がい者を分けたり、すこし避けたりする傾向にあるが、この施設では分けると言った概念がなく、誰でも一緒に水泳を楽しんでいた。これら二つの事に驚きを隠せなかった。

午後はニコラス先生引率のもと、ルレオ市に訪れてレスリング体験を行った。そこでは小学生程の子供たちが活発的にレスリングを行っていた。私たちが練習に参加させてもらい、レスリングで使える技を教えて頂いた。また最後に施設の T シャツを貰い、生徒と先生全員で写真を撮り、いい思い出となった。

## 8 日目 滝見学とスペシャルスクールの訪問

2月15日は Storforsen 滝見学と学校訪問を行った。滝見学では私たちが滞在していたボーデン市から2時間ほど車を走らせたところにあり、自然を歩いた中に大規模な滝が流れている。そこには日本では見ることのできない大迫力の自然があり、かなり圧倒された。スウェーデンのそのような滝や川と言った場所には普通、ダムを設置するそうだが、今回訪れた場所は自然を保護するためにダムは設置せず、ありのままの姿で残しているようだ。

昼食を済ませた後訪れた学校は、一般的な人から障がいをもつ人まで様々な人が通う学校になっており、家具を作っている過程を見学させていただいたり、障がいを持つ人と知的なリハビリ体験やマットカーリング体験をさせて頂いた。リハビリ体験では一見簡単そうに見えるゲームであったが、実際に行ってみると難しく、頭を使うゲームであったため頭の体操にはうってつけの体験であった。

## 9 日目 防衛資料館と乗馬体験

2月16日は防衛資料館の見学と乗馬体験を行った。防衛資料館では第二次世界大戦の時期のスウェーデンの歴史について触れることができた。中学や高校で触れることのない世界で起きていた出来事に驚く事も多くあった。その中でも特に私が関心を受けた出来事はスウェーデンとフィンランドが手を組んで当時のソ連に対抗していた事である。私たちがまだ学んだことのない世界の歴史について掘り下げて行くと、面白いことはまだまだ沢山あるだろう。また実際当時着用していた軍物の服や帽子、カバンや武器なども展示されており、military 好きの私からするとすごく思い出に残る施設だった。

防衛資料館の後に行った乗馬体験では馬に乗って、実際にレースが行われる場所で体験をさせて頂いた。スウェーデンの乗馬は日本と一つ違っていたところがあり、それは乗る場所である。日本は馬の上に乗ってレースが行われるが、スウェーデンの場合は馬に人間が乗るための物が装着され、そこに乗ってレースが行われていた。その他にも日本と違う点はあるかもしれないが、そのようなところからも日本とスウェーデンの文化の違いを感じる事ができた。

## 10日目 歴史博物館見学

2月16日は、歴史博物館に見学に行き、スウェーデンの歴史について学んだ。軍博物館見学。スウェーデンとフィンランドが手を組んでソ連に対抗していた。

## 11日目 フリー ボーデン市散策

2月17日は、ボーデン市の街を散策。お昼にはスウェーデンのランチを食べた。ボーデンの街を散策して思ったことは横断歩道を渡る時はほとんどの車が止まって道路を渡らせてくれる人が多かった。また、街の人はとても優しく挨拶してくれた。

## 12日目 ルレオ市の海

2月18日は、リッキー先生とルレオ市の凍っている海の上を歩いて散歩。その後にルレオ市発祥のハンバーガー店に行ってバーガーを食べた。

凍っている海について、氷の上を歩くことができるのは厚さが規定以上になれば可能であると聞いた。実質海の上を歩くことができ、北欧の寒い地域でしかできないことだと貴重な体験をすることができた。歩いた先の休憩所で焚き火をしている人達がいた。冬に雪の降る中焚き火をしながら、ご飯を食べている人達もいた。ルレオ発祥のバーガー本店にあって、バーガーを食べた。ちょうど店が混み合っていて2人の店員しかおらず日本ならば、お客が文句を言ったり不満に思う部分があるがスウェーデン人の人はそういう部分に対して怒ることもなくただ待つ姿に日本と違う文化だと感じた。お待たせしましたという言葉もなく「Hi～」というラフな感じで営業しているスタイルが改めてスウェーデンの魅力を感じた部分である。

## 13日目

### 2月19日 プール

障がいのある子ども達と一緒にプールを行なった。私達は泳ぐ子ども達のサポートをした。

障害のある子が親と一緒にプールで先生の泳ぐ真似をするのに一緒にジェスチャーで泳いだり、スウェーデン語で褒めてあげるなど楽しんでプールを行うことができた。また、障害のレベルによって時間帯が異なっていたがどの子ども達も泳ぐのがとても上手であった。泳ぐことを嫌う子ども達が一切おらず、浅いプールだけで泳ぐことなく深いプールにも泳ぎに行っていて、泳ぐことを嫌っている子達よりとても上手だった。子ども達のお父さんやお母さんとも一緒に英語で会話して馴染むことができた。ある子どものお母さんは、子どもが1年前は泳ぐことができなかったが今では泳ぐことができるようになったと話していて、身体に障がいを持っていても持っていないこと比べて差がないということを改めて認識させられる貴重な体験となった。

## 14日目 スウェーデン料理体験、病院見学、パラスポーツ見学

2月20日は、高校でスウェーデン料理体験を行った。本格的な仕込みをしたりソース作りやデザートまでみんなで作り上げた。

次に移動して、サンダーバイ病院で施設見学やどのような活動を行っているのか説明を受けた。

夕方からはパラスポーツのバスケットとフロアボールの見学。

料理を教える先生は以前スペインで料理人をしていてそれからボーデンのこの学校で生徒に料理を26年くらい教えている。レストランのメニューも生徒自身が考えつくり、考えたレシピを自分たちでグループに分かれて前菜・メイン・デザートを作り、生徒達で作った料理をボーデンの街の人たちに振る舞う活動も行っている。ボーデンの街の中ではかなり人気で、いつも予約でいっぱいらしい。また、食材も本格的なのに価格が安いことが人気の秘訣らしい。日本の調理学校と違って、本格的な接客、料理の提供をお客さんに行う活動が実践的で良い経験になる取り組みだと考える。

病院では託児所のような空間であったり学校の空間があったりなど様々な複合施設が病院の一部にあり、またホテルであったりカフェテリアであったりと充実した施設もたくさんあった。iPadを利用して自分ではできないお風呂に入ること食事などといった1日のスケジュールを絵や標識で表してわかりやすい取り組みも行っていた。0歳～18歳の700人の子供を看護師、医師、メンタルヘルスケアなどの人達が交互に世話をする連携も取れていると話を聞いてスケールの大きさに驚いた。また、病院内にはプールがありそこで身体のトレーニングを行っていると話をついた。日本では病院は治療や手術のための手段としてのツールしかなく、スウェーデンの病院のようなたくさんのツールがあるようなものがない差に感動した。福祉がとても充実しており満足度が非常に高い大病院ではないかと考える。

パラバスケットの見学では、障がいのある人達が高校生の女子生徒達と一緒にバスケットのバウンドする練習やどちらが何本先にゴールできるか対決をしたりゲームを行っていた。

女子生徒達は障がいのある人や高齢者の障がいの方と触れ合うことでリーダーシップ性を高めることを目的とした活動を行うためにコーチングとして参加している。週に1度、ルレオ市まで出向いて事業に参加しているらしい。実際に先生から話を聞き、最初は大学生の子達だと思っていたが高校生と聞いて非常に驚いた。また、高校生からそのような活動に参加し、積極的な姿にも圧巻された。このようなプログラムに取り組む姿勢に尊敬し、日本でも取り入れるべきだと考える。障がい者のコミュニティがそうすれば自然とたくさん増えるのではないか。フロアボール見学では、何かしらの理由で障がいを持っている子供～大人までの人達が混合チームとして2つのチームでプラスチックの小さなボールを使ってラクロスのような遊びを行っていた。パラのナショナルチームも存在すると聞いた。ボールを追いかける姿はどの年齢でも楽しそうにスポーツを行っていて、障がいがあるからという壁が一切感じられず、それを隔てる人もいない空間が日本と違うと感じた。

## 15日目

2月21日の朝、ニコラス先生と小学校に見学に行き健常者の子供たちの授業を見学し、

その後障害のある子の授業(軽度の子3~4人と重度の子2人が別の部屋にいる)を順番に見学した。まだ幼いからか英語は通じなかったが、軽度の子はレゴの設計書(写真)のようなものを見ながらレゴで乗り物などを色々作っていて、私は指で写真とレゴを指しながらジェスチャーで一緒につくった。次に行った重度の子の方は、1人は少しだけ言葉が通じて自己紹介だけしてもらい、もう1人は結構動いてしまうからなのか車椅子で、あまり言葉が通じない様子だった。先生は5人(うちリーダーが1人)につき生徒5人で、1to1で見られるようになっていた。そして先生に英語で重度の子の部屋について色々説明してもらった。例えば床に寝転がって型を取って、一人ひとりの絵を作り、各々の顔の写真を貼って、どこの部位にどんな名前がついているのかを書いた等身大のプリント作っていたり、自分がどんな人生送るのかノートにしていたり、生徒の時間割などを教えていただいたりした。

その後は「フィーカ」という名のスウェーデンでは有名な休憩をとり、2月の3週目の火曜日に絶対食べるというお菓子(セムラという名前の、マジパンにホイップクリームとアーモンドジャムのようなものが入った食べ応えのあるもの)を食べさせていただき、一緒にコーヒーや紅茶などを嗜みながら学校の先生と福祉を学んでいることや、スウェーデンに来て一番気に入ったものについてのお話をした。

その後は車を運転してくださる方がニコラス先生から市長さんへ変わり、第二次世界大戦まで使われていた要塞へ見学に行った。スウェーデンを中心とする北欧や欧州、ロシア連邦とのこれまでの関わり、そして今の歴史や要塞についてについて深く学ぶことができた。

その後はプールへ行きポンタス先生と合流、男子が外で寒中水泳(氷が張っている池の1部をくり抜き、そこへ飛び込むこと)を行い、女子は室内プールで水泳を行った。一旦落ち着いたあとはバイキング形式のランチを楽しんでから、その後1時間の自由時間には各自で色んなプール、ジャグジー、サウナへ行き楽しんだ。

最後は車でキャンプ場まで送っていただいた後解散して、各自で過ごした。

## 16日目 ニコラス先生家訪問、就労支援施設見学、要塞見学、バイアスロン体験

2月22日はニコラス先生のお家に行って新築が建つ様子を見学し、朝ごはんごちそうになる。ご飯中、前日のセムラの日にはセムラをスウェーデン国民の1000万人のうち600万人が食べていたらしいという話や、それに11トンのホイップクリームを使用されていたという話をニコラス先生から聞いた。

次に就労支援施設を3つ見学した。

1つ目は60人ほどが利用している場所に行った。そこは短時間でも長時間でも親が用事ある時に子供用を預けられるショートステイがあり、シアタールームやカフェとかベーカリー(1人が常について、障害の人たちがパンやお菓子作りに来る、それらをカフェなどに出している場所)もあり、それらを見学した。他には施設にある、利用者さんが書いた絵を見たり、会話したりした。DE&Iの社会を作ること意識しており、障害者の人が自信を持つために働いているので、金額は少ないけれど作ったものを売って少し稼いだり、健常者

と一緒にコミュニティに慣れたりして自信をつけているらしい。

2つ目は働くことを目標とする場所に行った。そこで意識されているのは目で見て理解できるような環境を整えることだった。例えば、コーヒーの粉 2.5 杯を 3つのカップで測れるようにしていたり、写真やイラストでやるべきことが分かりやすくしてあったりする。2つ目の就労支援施設でお昼を取り、最後に写真撮影をした後次の施設へと向かった。

3つ目は木材に関連した仕事を行う施設を見学した。4人のリーダーを含む 20代から 60代の 20人ほどが働いており、そのうち 3人が女性でうち 1人がリーダーを務めている。障害の程度は関係なくご飯を食べたり共同生活をしたりとみんなで色々なことを行うようにしていて、それらがいい方向に働いている。色んな人がいるため、各自の性質に合わせた仕事が割り振られていて、例えば黙々と作業するのが得意な人は 25年間木を切り続けている。みんなと一緒に生活している、というようなセパレートなしのマインドがスウェーデンに浸透していると聞いた。作業を見せていただいた後は、家のリビングのような所でお茶をしながらお話聞いた。

その後は要塞を外側から見て、そこから見える景色、や外壁などを写真に撮った。ニコラス先生から、外壁にある国王が書いたサインには誰も落書きしないらしいと聞いた。

最後はバイアスロンに向かった。各々スキーを楽しんだ後、銃の使い方を学び、実際に体験した。弾を的に当てることは難しく、周りの生徒がナショナルチームの選手を教えていたコーチに習いながらどんだん的に当てていくところを見てとても驚いた。

スキー板などを片付けて、キャンプ場でいったん休憩した後、夜は障害の子 4人と先生 2人で色々なダンスをするレッスンを一緒に受けた。音楽に合わせて部屋を回りながら色々な動きをしたり、一緒に鏡の前で踊ったり、大きな丸の布を囲って踊ったりと様々なアプローチで楽しみながらダンスを習っているのが印象に残った。

夜ごはんはキャンプ場近くのレストランに行き、注文に苦戦したり中の雰囲気や仕様に驚いたりしながら過ごした。

## 17日目 フリー ボーデン市散策、オーロラ

2月23日は昼にボーデン市にあるチェーン店のバーガーを食べて、ショッピングモールやスーパーでお土産を買い、市役所の方のお話を聞いたときにニコラス先生に連れて行ってもらったカフェでケーキを買って帰った。

夜はニコラス先生とこの3週間について話し合っ、その後ちょうどきれいに出来ていたオーロラと一緒に見た。

以上がスウェーデンで過ごした2月8日から2月23日までの記録である。