

## (参考1)

### ○ぜん息児にとっての水泳教室の有効性

ぜん息児にとって、継続的な運動は、基礎体力や心肺機能を高め、発作を軽減するなどぜん息の回復に効果があるとともに、体を動かす楽しさを与えたり、苦しさに耐えて運動能力を高めるといった克己心を育むなど心理面にも効果があります。

このような心身の鍛練を行うためには、水泳、縄跳び、ジョギング等がありますが、このうち水泳は、全身運動であり、心肺機能を高めるだけでなく、以下の理由から発作が起こりにくく、ぜん息児の行う運動として特に適しています。

#### 〈水泳訓練がぜん息発作を起こしにくい理由〉

- (1) 温度、湿度の高い環境で行うこと
- (2) 呼吸が規則正しく行われること
- (3) ほこりの少ない環境であること

### ○水泳教室の開催状況

年 度	5年度	6年度	7年度	8年度	9年度	10年 度	11年度	12年 度	13年 度	14年 度	15年 度 (予定)
実施自治体	40	40	41	41	41	41	40	40	40	40	39
開催延日数	708	904	1,007	1,040	1,130	1,121	1,085	1,136	1,128	1,184	1,200
参加延人数	19,744	25,317	28,691	29,862	33,583	33,324	31,966	32,841	32,353	33,597	43,915

(参考2)

○招待水泳選手のプロフィール

名 前 寺川 綾(てらかわ あや)



所 属 イトマンスイミングスクール  
近畿大学

主な記録 ○世界水泳選手権バルセロナ2003  
200m背泳ぎ 準決勝

○日本選手権(2003)  
200m背泳ぎ 第2位

○パンパシフィック大会 横浜2002  
200m背泳ぎ 第2位