

台中縣肢體障礙運動發展概況

官德財／台中縣運動與休閒推廣中心

吳昇光／中國醫藥學院副教授

壹、前言

剛開始接觸身心障礙運動記得是去年八月，由於職務的關係必需承辦身心障礙的活動，引發筆者對身心障礙者參與運動的興趣，因而進一步去訪談及資料收集。

身心障礙的朋友，在以前的觀念裡是家裡的累贅、是家醜，都把他們限制在家中或有限的空間裡，而身心障礙者本身在生理上就已經不完整了，再加上歧視的眼光，心理上更是自卑、不健全，因此造成許多身心障礙者自暴自棄，甚至提早結束生命。但是，如今科技發達，社會富有，社會福利逐漸被人們所重視，因此這些少數族群也受到了尊重，漸漸地身心障礙者走出戶外，開始與人接觸，開始自食其力，不再依靠家人，也有了自己的社交生活。但是，國內還是有大部分的身心障礙者都有自閉的心態，認為自己不為社會所接納，而自我封閉起來，因此社會應多鼓勵這些身心障礙的朋友，多走出戶外，給予正確的觀念。

因此，筆者做了這一篇有關屬於地方性的肢體殘障運動參與的概況，以供社會及有關單位做為參考，以改善國內身心障礙者環

境之依據。

貳、殘障運動的由來

殘障運動是發源於英國白金漢郡的艾列斯伯利的史多克。曼德佛（stoke mandeville）的脊髓損傷中心，這個中心原本是第二次世界大戰的傷兵醫療中心，由於戰爭的結果，造成許多傷兵變成了殘廢，因而失去了求生的意志。在此情形之下，1944年著名的神經外科醫生卡德門（Ludwig Guttmann）即當時後的院長，首先把「運動競賽」當作脊髓傷患的例行治療之一，他最初的想法是利用這些補助性的「運動」或「遊戲」，來消除這類病人長期住院的無聊及做物理性的治療方式，例如：爬繩、投籃、撞球、投鏢、射箭、馬球……等，結果病人相當有興趣也獲得到很好的效果，因而經常舉行及練習，並於1948年七月二十八日，在史多克。曼德佛（stoke mandeville）醫院的運動場舉行了第一屆的殘障運動會，同一天，奧林匹克運動會也在倫敦揭幕。第一屆參加競賽的選手只有十六位，全是英國脊髓損傷的軍人，由於辦得很成功，吸引了大眾的注意，也使世人開始認

請：「運動競賽」不再是身體健康者的專利，連脊髓損傷的嚴重病患一樣可以成為優秀的運動員。後來這個殘障運動會每年七月底都在原地舉行，參加的選手愈來愈多，到了1952年已有一百三十名選手參加，同一年由於荷蘭也派射箭隊前往參加，也開始了國際性的殘障運動競賽。

參、國內及台中縣殘障運動發展起源

而國內在民國72年，一群對殘障體育運動熱心人士，有感於殘障體育運動是殘障者復健的重要項目，是殘障國民應享有的權利，也是全民運動的重要環節，而殘障者的運動早已在國際間已發展為國際性的運動組織。因此，在民國73年1月28日，在台大醫院正式成立中華民國殘障體育運動協會，產生第一屆理監事，並票選連倚南先生擔任協會理事長。一方面致力於組織制度的建立，另一方面則加強對殘障者運動指導與裁判的培養，紮下了推展的基礎。連理事長接任後，陸續舉辦游泳、輪椅馬拉松等活動，造成社會大眾熱烈的回響。殘障體育運動，在協會不斷努力下，我國選手無論在亞特蘭大殘障奧運會、北京遠南運動會、曼谷遠南運動會、雪梨殘障奧運會都有優異表現，受到國內外各界的肯定與重視。因此民國八十七年九月，奉內政部核准更名為「中華民國殘障體育運動總會」，擴大此會運作功能，目前總會下有三十委員會及聽障、視障、腦性

麻痺、截肢、弱智、脊髓損傷、台北市體育會殘障體育委員會等七個團體會員。總會長期培訓優秀選手，積極參與各種國際運動競賽，爭取佳績，為國爭光。民國85年參加第十屆殘障奧運會為我國贏得第一面奧運金牌及民國89年參加第十一屆雪梨殘障奧運獲得第二金，榮獲總統、行政院長嘉勉，開創我國體育運動之光。（中華民國殘障體育運動總會，nd.）

台中縣則發展的比較晚，一直到民國八十九年六月九日才由當時的台中縣肢體殘障福利協進會理事長盧葉貴紅女士，有感於帶隊參加全國殘障運動會游泳時，發現台中市許多傑出的游泳選手竟然是台中縣來的，他當時覺得相當可惜，賽後即與台中縣體育會申請，成立了台中縣體育會殘障運動委員會，自己兼任主任委員，任期四年，才開始推展縣內殘障運動。

肆、台中縣殘障運動發展概況

台中縣有28,691位身心障礙者，肢體殘障者有12,164位（台灣省社會處第六科，民國87），從民國八十九年起陸續推出許多殘障活動，例如：撞球、桌球、保齡球、籃球、漆彈……等，以民國九十年為例，共推出了三項活動，分別為身心障礙親子漆彈射擊暨趣味對抗賽、殘障撞球研習、縣長杯殘障桌球運動錦標賽等三項，參加人數如下表：

案例報告

大專體育第五十九期 91 年 4 月

九十年台中縣殘障運動委員會活動一覽表

名稱	舉辦時間	參加人數	補助單位	補助金額
漆彈射擊	90.8.12	100 人	台中縣體育會	十萬元
撞球研習	90.10-12	44 人	台中縣運休中心	十六萬元
桌球錦標賽	90.10.28	44 人	台中縣運休中心	十六萬元
合計		188 人		四十二萬元

(資料來源：台中縣殘障運動委員會)

參加人數雖然不多，但是卻受到參加之身心障礙者相當歡迎及正面的回應，並帶動全家人一起參與活動，活動之熱絡除了受到縣府及體育會之肯定外，媒體及新聞也爭相報導。

台中縣的殘障運動發展最好的是桌球及保齡球，但是桌球都被台中市網羅，而保齡球全國殘障運動會卻只能聽障者參加，因此發展都被限制住了，這一方面尚待努力解決。

伍、推展台中縣殘障運動之危機

雖然殘障運動委員會成立迄今有一年多，但仍有許多問題尚待解決，筆者列舉幾項重要危機如下：

一、受限於場地、經費、教練的問題：由於沒有固定的經費來源，活動的推展一直未能蓬勃發展，因此，有些桌球好手紛紛投靠台中市，如：吳振勝、蔡清景、陳素芬……等國手，都曾代表國家出國比賽，但是，縣內沒有一個固定的球場，也無經費聘請教練指導，亦無經費來補助器材；然而，台中市殘障運動發展較為早且完整，有場地、有器材、有

教練，況且有企業贊助，如維他露、三商人壽……等，好的選手紛紛投靠台中市，如此惡性循環，委員會發展當然有限。

二、協會發展不健全：縣內有達六個殘障分會，餅只有一個，六個分會大家分搶財源，且不相往來，各自為政，原本就不多的財源，經過搶食後，已剩不多了。然而看看脊髓損傷及智障協會，全國有總部，縣市有分會，組織健全，口徑一致，財源統籌分配，年年有辦理各項運動大會，會員眾多且穩定。

三、會員老年化：提到這一點不知是喜還是憂，喜的是台中縣年輕的殘障者愈來愈少，憂的是年輕的殘障者不敢走出戶外，面對社會，因此，殘障運動委員會的會員都是老成員，沒有新面孔，年齡普遍高齡化，若無年輕選手加入，恐將斷層。

四、經費難申請：申請經費的受理單位經常不清楚，不知向哪個單位申請，因此，經費自然就短少；再加上如果活動辦得休閒一點，就會被受理單位恥笑為飲財、吃喝玩樂，因此經費申請困難。

五、殘障奧運 (Paralympic Game) 的企業化趨勢：為了增加殘障奧運的可看性，及增加票房的收入，國際殘障奧林匹克運動委員會 (International Paralympic Committee)，將在規則及功能分級 (functional classification) 上會有些調整，

例如：殘障游泳與桌球爲了增加可看性，可能減少級數，來增加競爭性；其它殘障運動盡量偏向於輪椅運動（即使能使用柺杖或能站立者，亦必須使用輪椅），由於趨勢所趨，造成很多殘障者失去參與運動之意願與動機。

六、外行領導內行：許多事情不是殘障領域的領導者或承辦者可以感受的，例如去年全國殘障運動會，在游泳項目大會提供池內升降裝備，以提供殘障者在游完終點後因肢體不便而無法上岸的窘境，利用升降裝備可以使參加游泳的殘障者順利登上池岸，但是大會工作人員卻放在池邊，不加以利用，卻使得這些參與比賽的殘障朋友吃足苦頭，還得請人把他們一個個抱起來，這不是一個很大的諷刺嗎？難道一個全國殘障最高的運動會在賽前工作人員都不講習嗎？難道承辦人或工作人員一點殘障的觀念與理念都沒有嗎？會買裝備卻備而不用或不曾用，真是浪費公帑。

陸、結論

台大復健科醫師賴金鑫指出身心障礙者經過娛樂性與競賽性的運動訓練之後，在生理方面：第一、可重建其肌力、耐力、速度及協調性，改善其姿勢的控制能力；第二、可強化心臟血管功能，不易發生血流壅積在下肢或腹部內臟的低血壓暈倒現象。在心理方面，一方面能加強其自信、自尊、自我訓

練及運動員的精神，以預防其產生自我孤立或敵視社會的態度；另一方面從運動中獲得的樂趣，可消除長期住院或工作的單調、無聊。例如：射箭、保齡球、撞球和桌球等，不但殘障者可互相比賽，也能和健康人一起比賽，由這一點可加速使殘障者早日重回正常的社交生活。（賴金鑫，民 72）

中國醫藥學院吳昇光博士指出，國內殘障人口參與運動的比率約爲 0.1~1%，顯示國人對身心障礙者應多加鼓勵，讓他們走出陰霾，迎向陽光。盧主委也表示，她的目標是月月辦活動，讓身心障礙者每個月都能參與活動，除了能提昇自己，又能帶動全家人參與，因而增加全家人的感情，不再把身心障礙者藏在家裡的有限空間，使身心障礙者一樣能和正常人一樣過生活。自己身爲肢障者，所以樣樣都能以殘障者的角度來辦理各項活動，不但受到歡迎，也真正幫助到身心障礙者。

台中縣肢體障礙者出來參與運動的還在少數，進步的空間還有非常多，況且殘障運動委員會才成立一年多，只要盧主委不氣餒，後面的路還很寬廣。筆者認爲委員會目前在推行階段，不應侷限在殘障奧運的一些比賽項目上，應多舉辦類似休閒的全民活動，讓身心障礙者可以勇敢地走出來參與運動或活動，參與的殘障人口多了，吾人相信選材應不是問題。

最近主導全國體育行政最高指導單位—行政院體育委員會，在各地成立運動與休閒

案例報告

大專體育第五十九期 91 年 4 月

推廣中心，這是行政院體委會的各地窗口，它分為三組，運動訓練組、全民運動組及場館營運組，在全民運動組的工作內容中有九項重要工作，其中一項就是定期舉辦身心障礙的休閒活動，每年三至五月，每月舉辦一次。只要身心障礙的團體在每年底提出申請，獲得主管機關的核准，即可辦理各項身心障礙的活動。這表示國家在重視身心障礙的朋友，也提供固定的經費補助身心障礙者辦理各項休閒活動。自助天助，以盧主委的熱誠及努力，再加上有固定的經費補助，筆者相信身心障礙者在台中縣的發展將是不可限量的。

參考文獻

- 中華民國殘障體育運動總會：中華民國殘障體育運動總會簡介。下載時間：91.1.15。下載網址：www.ctsod.org.tw。
- 吳昇光(民89)：身心障礙運動分級-理論及實務應用。3-4頁，台中市：合記圖書。
- 台灣省社會處第六科(民87)：台灣省領有殘障手冊人口數。下載時間：91.1.15。下載網址：www.tpg.gov.tw/shp/shpb41.htm。
- 許義雄(民90)：運動與休閒推廣中心工作手冊。台北市：行政院體委會。
- 賴金鑫(民72)：運動醫學講座。216-223頁，台北市：健康世界雜誌社。
- Wu & Willaims(2001). Factors influencing sport

participation among athletes with spinal cord injury. Medicine and Science in Sports and Exercise, 33, 177-182.

