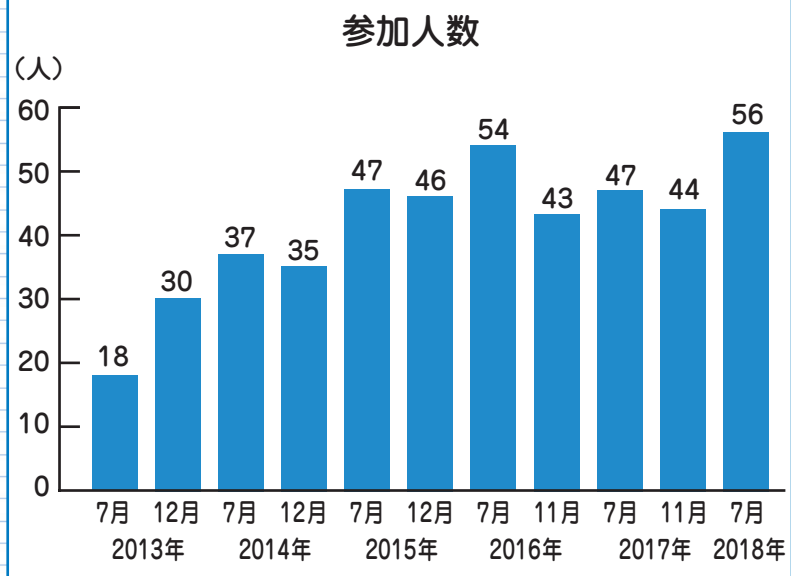


# 中央区障害者スポーツ 体験会のあゆみ

2013年7月、浜町の区立総合スポーツセンター地下の第二競技場にて開催された第1回「障害者スポーツ体験会」には18名の方が参加してくださいました。その後、回を重ねるごとに参加人数が増え、5回目の体験会からは主競技場で行われるようになりました。

今では、身体障害、聴覚障害、視覚障害、知的障害、精神障害などさまざまな障害のある方々が、ご家族や施設職員などの同伴者の方とともに参加されて、休憩をはさみながら約2時間にわたり楽しい時間を過ごされています。



この体験会は、参加される障害のある皆さんとその同伴者の方々、手話通訳・要約筆記の方々、スポーツ推進委員とそのOB、レクリエーション連盟の皆さん、区役所の担当者の皆さんが協働して手作りして運営しています。

種目や運営の改善とともに、障害のある方もない方も一緒に楽しめる場として、より一層の広がりを目指して、今後も工夫していきたいと考えています。これまで参加されていた方はもちろん、知らなかった方もぜひ、体験会にご来場ください。



ラケットテニス

参加者の皆さんに楽しんでもらえたか、1人1人とコミュニケーションがとれたかなどその度に反省しながらも毎回楽しみにしています。

スポーツが持つ達成感、高揚感など、少しでも参加者に感じてほしいと思っています。

簡単なことからスタートし、ゆっくり進めていくことを心掛けています。参加者の皆さんの笑顔にいつかあつという間の体験会です。今後もより多くの方々に楽しんでもらえるように、ゲーム性を取り入れるなどの工夫をしていきたいと思っています。

## 実は手作りなんですよ～

ある催しで、ドッチビーを使っている（野球のストラックアウトを大きくしたもの）に当てていく競技を見て思い付き、早速ホームセンターで材料を購入し制作に取り掛かりました。

パイプの長さが1ミリ違えば全体のバランスが悪くなるのが分かり調整するのに時間を要しました。試行錯誤を重ね出来上がったのがこのお手製のストラックアウトです。

多くの皆さんに楽しんでもらえればと思っています。



ストラックアウト



ストラックアウト・フープディスゲッター

4つの種目エリアを  
4グループが25分ずつ体験

ボッチャ・ガラッキー・ラダーゲッター・バグゴ

吹き矢・ハンドアーチェリー



ボッチャ



吹き矢

参加者の皆さん全員に「上手」になってもらうことを目指すのではなく、それぞれ自分なりのやり方で楽しんでもらえることを目標にサポートしています。

## ～参加者の声～ (回答いただいたアンケートより)

- ▶体を動かしてとても楽しかった。
- ▶新しいゲームに出合えて楽しかった。
- ▶スポーツの種類も多くあるので、機会があればまた参加したい。
- ▶参加することで自分だけでなく多くの障害のある方がいることが分かり元気が出る。
- ▶他の障害のある方と顔見知りになれる。
- ▶障害と言ってもさまざま。それぞれの障害にあった種目の絞り込みも大事。
- ▶体験会を参考にして、楽しい協会の集まりの会を持ちたい。
- ▶団体施設では場所・道具などの関係からスポーツ体験が難しいため、こうした体験会があるととても助かる。
- ▶視覚障害があってもできるスポーツがほしい。

ボッチャコーナーは、リオのパラリンピックを契機に参加者に愛されるようになりました。好きか嫌いかわかりませんが、少しは興味を持っていただけたことと思います。

このコーナーでは他にも「ガラッキー」「ラダーゲッター」「バグゴ」という投てき種目を体験していただきます。的に向かって投げる動作に注目する4種目のコーナーです。

次の「障害者スポーツ体験会」は、2018年12月1日(土)午前10時～12時、区立総合スポーツセンターにて開催いたします。

お申込み等の詳細は、中央区区民部スポーツ課スポーツ事業係(3546-5531)までお問合せください。