

平成 25 年 度
公益社団法人東京都障害者スポーツ協会
事業計画書

(事業期間:平成25年4月1日から平成26年3月31日まで)

公益社団法人 東京都障害者スポーツ協会

平成25年度

東京都障害者スポーツ協会事業計画基本方針

今年度は、第13回全国障害者スポーツ大会をはじめとした「スポーツ祭東京2013」がいよいよ開催されます。9月28日から10月14日は東京のまちが様々なスポーツで活気にあふれます。また、9月には東京都が立候補している2020年のオリンピック・パラリンピックの開催都市が決定します。

このように今年は、大きなスポーツの大会がいろいろと開催されるスポーツイヤーです。

この大きな動きは、障害者スポーツをより広めていく絶好の機会でもあります。当協会はこの動きを障害者スポーツの発展のためにしっかり捉え、下記の基本方針を定めて広く障害者スポーツを推進し、協会が目指す障害のある人が生涯にわたってスポーツができる環境を整えていく取り組みに邁進するとともに、将来を見据えた基盤づくりにも職員一丸となって進めていきます。

1 基本方針

- (1) 地域における障害者スポーツの振興を協会一丸となって推進します。
- (2) 「スポーツ祭東京2013」開催に向けた取り組みを強化します。
- (3) 障害者スポーツの様々な情報を発信していきます。
- (4) 二か所の障害者スポーツセンターは、東京における障害者スポーツの拠点としてさらに充実していきます。
- (5) 東京都をはじめ関係機関、団体等とより具体的な連携を強め、障害者スポーツ振興のためのしっかりとした基盤づくりを進めます。
- (6) 会員の拡大と自主財源の確保に向けさらなる取り組みを進めます。

2 重点事業

(1) 障害者スポーツの地域振興の推進

障害のある人がより身近なところでスポーツが楽しめる環境を整備するため、これまで区市町村や地域スポーツクラブ、社会福祉施設等と協働事業を実施してきました。今年度は事業開始3年目となり、まだ実施していない区市町村等を中心に拡大し、より一層地域でのスポーツ活動が推進するように協会事務局とセンターが一体となって、より広い地域で継続的に進めていきます。

(2) 「スポーツ祭東京 2013」開催に向けた取り組みの強化

スポーツ祭東京 2013 の開催が迫り、当協会も本大会はもとよりリハーサル大会の開催に向けて、障害者スポーツに関する知識や経験を生かして、東京都をはじめ主管競技団体等との準備協力に一層力を入れていきます。

① 競技力向上のための強化練習会の充実

スポーツ祭東京 2013 を目標大会として、同大会の競技種目の競技力を向上させるため、障害者競技団体や各特別支援学校等関係機関と連携して強化練習会を開催し、全国大会に向けた選手強化を行っていきます。

② 開催準備への協力

都大会での全国大会に向けたリハーサルの実施をはじめ、スポーツ祭東京 2013 の開催に向け、関係機関や団体と様々な調整を効率的に行い、盛大な大会への成功を期します。

③ 東京都障害者スポーツ大会合同開会式の実施

第14回東京都障害者スポーツ大会と第66回都民体育大会の開会式を合同で行い、障害のある人とない人の一体となった大会を実施し、スポーツ祭東京 2013 の開催に向け都民の気運を醸成していきます。

(3) 障害者スポーツの理解啓発事業の推進

障害者スポーツについて広く都民への理解促進のために、チャレスポ TOKYO や東京マラソン祭りなどの障害者スポーツの体験会や、パラリンピアン出前授業による講演会や体験会などを通して、障害者

スポーツの理解啓発事業を推進するとともに、様々な障害者スポーツ情報を発信するポータルサイトの充実や、ツイッターによる細やかな即時的な情報の発信など、幅広い障害者スポーツ情報を提供していきます。

また、親しみのある障害者スポーツの写真を活用して、今年度も「障害者スポーツカレンダー」を自主事業として作成し、会員や都民へ配布して障害者スポーツの理解促進を図ります。

(4) 東京都障害者スポーツセンター運営の充実

第2期指定管理者としての三年目にあたり、スポーツセンターの利用者支援の充実のため、利用者のライフステージにあったサービスの充実に努めていきます。

また、東京における障害者スポーツ推進の大きな動きの中で、広域スポーツセンターとして協会と一体となって、地域での障害者スポーツの振興を推進していきます。

(5) 関係機関、団体等との連携の強化

障害者スポーツを広く継続的に進めていくためには、区市町村行政をはじめ地域スポーツクラブ、障害者スポーツ指導員協議会、競技団体、教育機関、福祉施設等多くの関係機関や団体等との連携が必要です。

そのため、スポーツ祭東京 2013 の開催の成功や、その後の障害者スポーツ環境の安定的な体制の構築も視野に入れ、関係機関、団体等と連携を強化していきます。

(6) 会員の拡大と自主財源の確保

多くの都民の方に障害者スポーツの普及への理解と協力をいただけるよう、協会の会員を拡大していくことは重要なことです。そのことは、会費収入としての自主財源の確保にもつながります。

そのため、パンフレットやHP、広報誌による事業活動のPRをはじめ、様々な場面での会員獲得活動を行い会員の拡大を図ります。

また、会員のための事業も取り入れ、会員に魅力ある協会にしていきます。

さらに公益社団法人への寄附金優遇制度を企業、団体、個人の方にご理解頂き寄附金等の増収を図るなど、財政の安定化に取り組んでいきます。

(7) 協会設立 10 周年記念事業への取り組み

平成 15 年 4 月に社団法人東京都障害者スポーツ協会が、三障害のスポーツ振興を実践するスポーツ協会として設立されて 10 年になります。

10 周年を記念して各種の競技大会等を開催するとともに、これまでの会員の皆さんや、関係機関・団体等のご協力に感謝の意を表するとともに、本協会の理念や取り組みを広く周知し、今後の事業への協力や連携、さらには会員の拡大を図るために、協会設立 10 周年の記念事業を行います。

平成25年度東京都障害者スポーツ協会 事業計画

公益社団法人東京都障害者スポーツ協会

I 障害者のスポーツ活動の奨励振興事業（公1）

（目的）

開拓推進員を配置し各地域での障害者スポーツの推進を図るとともに、情報発信や各種の事業を通して、広く障害者スポーツの理解促進を図ります。また、障害者スポーツ指導員やボランティア等の人材を養成するとともに、障害のある人のスポーツ活動を取り巻く社会環境及びその活動支援に対する組織体制の整備をすすめます。

1. 奨励振興事業

●障害者スポーツ地域開拓推進事業

【開拓推進事業】

協会事務局に開拓推進員を配置し、障害のある人が身近な地域で継続してスポーツを楽しめるよう、区市町村、地域スポーツクラブや福祉施設等において障害のある人を対象とした事業の実施、定着へ向け連携・協働することにより、地域の拠点を開拓する。また、区市町村に配置されているスポーツ推進委員等とのネットワークを構築し、地域における障害のある人のスポーツ環境の掘り起こしを行います。

【指導員等派遣事業】

障害のある人が、身近な地域でスポーツをする機会を充実・定着させるために、開拓推進事業として実施する事業等に障害者スポーツ指導員や協力者を派遣し、事業の定着と実施体制の整備に取組みます。

【障害者スポーツ用具の貸与事業】

開拓推進事業として実施する事業等の実施主体者が、障害のある方が取り組みやすい種目（使い易い用具）や障害者競技用具等の準備できない場合、身近な地域でスポーツを楽しめる環境を整備していくためのきっかけとして、協会の管理する「障害者スポーツ用具」を貸出し事業を支援します。

●人材の養成

障害者スポーツ指導員やスポーツボランティア、施設職員や学校関係者など障害のある人に身近な場所で関わる方々に向けて、障害者スポーツの知識の習得及び支援技術の向上を目的として各種講習会を実施します。

【スポーツボランティア研修会】

※障害者スポーツセンター「スポーツリーダー養成のためのフォローアップ講習会」と合同企画

障害者スポーツ・レクリエーション事業を企画し、その運営において、様々な事項でコーディネート役としても活躍できる人材を養成するために必要な内容を企画します。また、関係各所ですでに障害者スポーツに関する事業等の担当をしている方々などでは情報交換を行い、より一層の連携を深める場とします。

事業名	日程	対象	場所
スポーツ指導者交流・講習会 （東京都障害者総合スポーツセンター、東京都多摩障害者スポーツセンター合同開催）	平成26年1月25日（土）	競技団体・障害者スポーツ指導員・施設職員・学校関係者・その他スポーツリーダーとして活動する意欲のある方等	東京都多摩障害者スポーツセンター （集会室）

【審判員養成講習会】

東京都障害者スポーツ大会に向けて、障害者スポーツの中でも一般的には実施していない特殊種目の知識習得と審判法習得を目的として実施します。

事業名	日程	対象	場所
サウンドテーブルテニス 審判員養成講習会 （共催（予定）：東京都卓球連盟、東京都障害者スポーツ指導員協議会）	平成25年1月18日（土）	競技団体・障害者スポーツ指導員・施設職員・学校関係者等	東京都多摩障害者スポーツセンター （集会室）
スラローム・音源走 審判員養成講習会 （共催（予定）：東京陸上競技協会、東京都障害者スポーツ指導員協議会）	平成25年5月12日（日）	競技団体・障害者スポーツ指導員・施設職員・学校関係者等	東京都障害者総合スポーツセンター （運動場／集会室）

【東京都障害者スポーツセミナー等の開催】

区市町村職員、地域スポーツクラブ及びスポーツ推進委員を対象に、地域における障害者スポーツ振興のキーパーソンを育成し、障害者スポーツ事業の実施へ向けた一助とするとともに、障害者スポーツの環境及び実施体制の整備を目指します。

新規

事業名	日程	対象	場所
区市町村対象 障害者スポーツセミナー	平成25年6月13日（木）	区市町村スポーツ主管課職員	東京都障害者総合スポーツセンター
スポーツ推進委員対象 障害者スポーツセミナー	平成25年12月21日（土）	区市町村スポーツ推進委員	東京都多摩障害者スポーツセンター
地域スポーツクラブ対象 障害者スポーツセミナー	平成26年3月16日（日）	地域スポーツクラブ関係者	東京都多摩障害者スポーツセンター

【スポーツ推進委員等対象初級障害者スポーツ指導員養成講習会】

区市町村のスポーツ推進委員等を対象に、地域における障害者スポーツ事業実施運営に資する障害者理解と指導スキル向上を目的に、障害者スポーツ指導員資格取得のための講習会を企画・実施します。

事業名	日程	対象	場所
スポーツ推進委員等対象 初級障害者スポーツ指導員養成講習会	平成26年2月16日(日)	区市町村スポーツ推進委員等	東京都多摩障害者スポーツセンター
	平成26年3月1日(土) 2日(日) 8日(土)		
	平成26年3月15日(土)		東京都障害者総合スポーツセンター

※上記5日間の全日程に参加していただくこととなります。

●選手養成事業

【活動の場及び人材(選手)の発掘 ※普及】

選手の発掘及びその後の継続的な活動へのきっかけ作りを目的として、関係団体・機関と協働で、スポーツの普及とスポーツ環境の整備、及び選手の養成事業を実施します。

事業名	日程	対象	場所
聴覚障害者のバレーボール練習会	年1回(予定)	聴覚障害児者(※男性)	都内聾学校 他
精神障害者のバレーボール練習会 (共催(予定):精神障害者地域生活支援 とうきょう会議スポーツ企画部)	年2回(予定)	精神障害者	区部1回、市部1回

【強化練習会の開催 ※強化】

「スポーツ祭東京2013」を直近大会と見据え、全国障害者スポーツ大会正式種目における選手の競技力向上に向けた事業(練習会等)を競技団体及び関係者と連携のもと実施します。

事業名	日程	対象	場所
障害者スポーツ競技力向上事業	随時	強化指定選手推薦基準要項のとおり	都内各所

●スポーツ教室

【アウトドア教室】

各競技団体、障害者スポーツセンターと連携し、全障害を対象として、日常的に取り組みにくいスポーツ教室を開催します。

事業名	日程	場所
スキー教室	平成26年2月28日(金)~3月2日(日)	いいやま北電湖ファミリースキー場

●健康やスポーツに関する相談への対応

来室や電話・メール等による健康やスポーツに関する相談を受け回答します。内容によりスポーツセンターの利用及び地域での活動につながります。

●障害者スポーツ人材バンクの運営

障害のある人が身近な場所で継続的にスポーツを楽しめるような人的なサポートの基盤をつくることを目的に「障害者スポーツ人材バンク」を運営します。人材の養成の他、関係機関・団体との人材交流の機会を拡充や地域のスポーツ環境とのマッチング方法等を行います。

2. 競技団体支援

●大会の共催

【大会(特別支援事業)】

競技団体と連携を図り、共催で大会を行うとともに、競技会開催の支援及び団体の育成を図ります。

事業名	日程	場所
協会設立10周年記念事業 東京ゆうあいバレーボール大会 (共催:東京都知的障害者バレーボール部会)	平成25年7月27日(土)	板橋区立上板橋体育館
協会設立10周年記念事業 関東ゆうあいソフトボール大会 (共催:東京都知的障害者ソフトボール部会)	平成25年8月25日(日)	葛飾区柴又ソフトボール場 ・少年ソフトボール場・野球場
協会設立10周年記念事業 東京都知的障害者サッカー大会 (Tokyo, F. I. Dカップ) (共催:東京都知的障害者サッカー連盟)	平成25年11月~12月(予定)	調整中
協会設立10周年記念事業 東京ゆうあいバスケットボール選手権大会 (共催:東京都IDバスケットボール連盟)	平成25年12月21日(土)~	板橋区立小豆沢体育館 都立王子特別支援学校 東京都障害者総合スポーツセンター (予定)

【競技団体支援事業】

競技団体支援事業として、都内を総括する種目別競技団体が実施する事業に対し、助成金を交付し、競技団体の育成と競技の振興、理解啓発を図ります。

東京都スルーネットピンポン協会、東京都知的障害者卓球部会、東京都障害者水泳連盟、東京ボッチャ連盟、東京障害者乗馬協会、東京都障害者フライングディスク協会、関東障害者シンクロナイズドスイミング連盟、東京身体障害者卓球連盟、東京都知的障害者サッカー連盟、東京都知的障害者バスケットボール連盟、東京都車椅子バスケットボール連盟、東京都ローリングバレーボール連盟、東京障がい者バドミントン連盟、東京都ろう学校体育連盟、東京都身体障害者アーチェリー協会、東京都電動車椅子サッカー協会、東京都聴覚障害者連盟バレーボール部（H24年度助成団体）

●競技団体主催事業の周知等の協力

都内を総括する種目別競技団体（当協会競技団体登録）が実施する事業（大会、体験会、支援者講習会等）に対し、当協会のHP等の媒体を活用して周知協力を行う。

●「スポーツ祭東京2013」主管競技団体への協力

【競技役員の養成】

各種競技団体が実施する審判員養成事業等に対し、講師の派遣ならびに講師の選定（調整）に関して協力します。

※主管競技団体からの要請を受けて実施。

事業名	日程・場所	内容
スポーツ祭東京2013 (全国障害者スポーツ大会) 各種競技役員養成 ※各競技ごと	随時	スポーツ祭東京2013の開催に向けた各主管競技団体の準備状況を踏まえ、必要に応じて、審判員講習会への講師選定・派遣の調整協力等を行います。

3. 理解啓発事業

●会報（広報誌）の発行

一般都民や障害のある人に対して、障害者スポーツの普及や理解の促進を図るため、障害者スポーツに関する情報を提供します。（年6回発行）

●障害者スポーツカレンダーの発行（自主事業） [協会設立10周年記念事業]

一般都民や障害のある人に対して、障害者スポーツの理解促進を図るため、親しみのある障害者スポーツの写真等を活用した障害者スポーツカレンダーを発行します。

●ホームページの運営

一般都民や障害のある人に対して、障害者スポーツの理解、促進を図るために障害者スポーツに関する情報をHP、Twitter等通じて提供します。また、関係機関とのネットワークを構築し、より効果的な情報交換・収集・発信を行っていきます。

●東京の障害者スポーツポータルサイトの運営

協会、両障害者スポーツセンターが一体となり、広く都民に対し障害者スポーツに関する情報提供を目的に、東京都内及び全国的な情報の収集を行います。

●パラリンピアン出前授業

パラリンピアン出前授業

都内にある学校等を中心にパラリンピアン（パラリンピック選手）等を派遣し、トップアスリートの迫力、スポーツの持つ可能性に触れることによって、障害の有無にかかわらず子どもたちが将来に亘ってスポーツに親しむきっかけづくりとするだけでなく、教員、親等の関係者に対しても障害、障害者スポーツの理解促進をすすめることを目的とします。

事業名	日程・場所	実施内容	派遣者
パラリンピアン出前授業	都内にある学校等（特別支援学校含む）10件	講演及び実技 等	パラリンピアン（パラリンピック選手）、アジア大会世界選手権等参加選手

4. 調査研究事業

●「障害者スポーツの手引き書」（障害別）の発行

障害のある人がその障害特長、程度に応じてスポーツを選び、そしてそれを始める一押しとなるような情報を取りまとめた「障害者スポーツの手引き書」を発行します。

5. 障害者スポーツ関連事業への協力・派遣

障害のある人に対するスポーツの普及・振興、障害のない人に対して障害者や障害者スポーツへの理解促進を目的に、都内各所で実施する障害者スポーツ体験教室・講習会等のイベントの企画・運営の協力や講師派遣等を通じた協働事業を実施します。

6. 連絡協議会

●競技団体連絡協議会の開催

競技団体との連携強化を図り、障害者スポーツの普及を目指します。

●東京都障害者スポーツ教育関係連絡協議会の開催

教育関係者、関係機関との連携強化を図り、東京都障害者スポーツ大会運営や全国障害者スポーツ大会派遣について等、障害者スポーツの普及を目指します。

Ⅱ 各種スポーツ大会等の開催と協力事業（公2）

（目的）

障害のある人の自立と社会参加の促進及び障害者スポーツの普及を図るため、各種スポーツ大会・スポーツ教室を開催します。

1. 第14回東京都障害者スポーツ大会兼全国障害者スポーツ大会派遣選手選考会兼全国障害者スポーツ大会リハーサル大会の開催(東京都共催事業)

障害のある人がスポーツを通じて、体力の維持増進を図り、社会参加への意欲の増進に寄与するとともに、都民の障害のある人に対する理解の促進を図ることを目的とします。

日程	種目	場所	備考
5月12日（日）	合同開会式	東京体育館 メインアリーナ	
5月25日（土）	陸上競技（身体・精神） 水泳（身体・知的） ボウリング（知的）	味の素スタジアム 東京都障害者総合スポーツセンター 調布スポーツセンター	競技：15競技 規模：選手 7,500名 ボランティア 5,000名
5月26日（日）	陸上競技（身体・精神） 水泳（身体・知的） 卓球（身体・知的） ソフトテニス（身体） ライカテニス（身体・知的・精神） アーチェリー（身体）	味の素スタジアム 東京都障害者総合スポーツセンター 駒沢オリンピック公園総合運動場 三鷹市大沢総合グラウンド特設会場	
6月1日（土）	陸上競技（知的） バスケットボール（知的） バレーボール（知的） フットベースボール（知的）	駒沢オリンピック公園総合運動場 都立王子特別支援学校 港区スポーツセンター 駒沢オリンピック公園総合運動場	
6月2日（日）	陸上競技（知的） バスケットボール（知的） ソフトボール（知的） サッカー（知的）	駒沢オリンピック公園総合運動場 都立王子特別支援学校	
6月8日（土）9日（日）	バスケットボール（知的）	板橋区立小豆沢体育館	
6月9日（日）	サッカー（知的）	駒沢オリンピック公園総合運動場	
9月4日（水）	重度障害者競技会 （スポーツの集い：重度知的）	東京体育館 メインアリーナ	
11月10日（日）	グラウンドソフトボール（身体）	都立武蔵野中央公園スポーツ広場	
1月22日（水）	バレーボール（精神）	東京体育館 メインアリーナ	
2月15日（土）	重度障害者競技会 （ボッチャ：重度身体）	東京体育館 サブアリーナ	
2月16日（日）	バレーボール（身体）	東京体育館 サブアリーナ	
調整中	車椅子バスケットボール（身体）	有明スポーツセンター（予定）	

2. 第14回東京都障害者スポーツ大会・第66回都民体育大会合同開会式の開催

【合同開会式】

東京都障害者スポーツ大会と都民体育大会の開会式を合同で開催し、障害のある人とない人が交歓を図れる式典とするとともに、「スポーツ祭東京2013」の成功に向けて、都民の結束を高め、気運の醸成を図ります。

3. 第13回全国障害者スポーツ大会スポーツ祭東京2013への東京都選手団の派遣他(東京都共催事業)

【全国障害者スポーツ大会】

全国的な障害者スポーツの祭典である「全国障害者スポーツ大会スポーツ祭東京2013」に向けて、東京都障害者スポーツ大会において選手を選考し、東京都選手団を編成し派遣します。

派遣大会等	日程	場所	備考
第13回全国障害者スポーツ大会リハーサル大会兼関東ブロック地区予選会派遣（交流戦）	5月25日（土）26日（日）	都内各競技会場	対象：各競技1チーム派遣
第13回全国障害者スポーツ大会東京都選手団強化練習会	大会前実施	都内各所	
第13回全国障害者スポーツ大会「スポーツ祭東京2013」派遣	10月10日（木）～14日（月）（予定）	都内各競技会場	選手団規模 約535名 （大会10月12日～14日）

【全国車椅子駅伝】

競技団体と協働して選手・役員を選考し、東京都選手団を編成し派遣します。

派遣大会等	日程	場所	備考
第25回全国車椅子駅伝大会派遣	2月（予定）	京都府	

3. 各種スポーツ大会・行事の開催・協力

【スポーツ大会の開催（自主事業）】

東京都の各競技団体や障害者スポーツセンターと連携し、全障害を対象とした大会を開催することにより、スポーツの振興に寄与するとともに、障害のない人と競技を通じた交流を図ります。

事業名	日程	場所
協会設立10周年記念事業 2014東京CUP卓球大会	平成25年12月14日（土）15日（日）	東京都障害者総合スポーツセンター

●「スポーツ祭東京2013」の開催に向け、東京都と連携し、各種の大会準備にも参画し東京都らしい新たな大会開催に向け協力していきます。

●「東京マラソン」に参加・協力し、日本最大であり、且つ世界一の〔市民マラソン〕を目指す一大イベントを応援します。

事業名	日程	場所
東京マラソン2014	2月下旬（予定）	都庁→有明ビッグサイト

●障害のある人もない人も共に参加出来るスポーツイベントを実施します。ルールや用具を優しくし工夫された障害者スポーツの体験等を通じて障害や障害者スポーツへの理解を促進することを目的とします。

事業名	日程	実施内容	場所
チャレスポ！TOKYO	平成25年11月3日（日）	障害者スポーツ体験 など	東京都障害者総合スポーツセンター

Ⅲ 東京都障害者スポーツセンターの経営事業（公3）

都内の障害者スポーツの振興、普及の中核組織としての障害者スポーツセンターを、指定管理者として経営します。
（詳細は別紙参照）

1. 東京都障害者総合スポーツセンター
2. 東京都多摩障害者スポーツセンター

Ⅳ 会員の拡大と自主財源の確保

東京都障害者スポーツ大会等イベントでの募金や会員勧誘活動、PR宣伝用品の作成・活用、会員を対象としたプロスポーツ観戦会等の実施、会員企業のCSR活動の支援などを積極的に行い、会員の拡大と自主財源の確保に努めます。

新規 V 協会設立10周年記念事業

1. 協会設立10周年式典「感謝の集い」の開催
2. 記念冊子の発刊

Ⅵ 研修

全ての職員が質の高いサービスの提供を行うことを目的として、年間研修計画を策定し、各種研修を実施します。更に、支援技術の向上や利用者に対するハートフルな対応ができる研修を行います。

Ⅶ 諸会議

(目的)

協会運営を円滑に執行するために以下の諸会議を開催します。

1. **総会の開催**
開催；6月・3月及びその他の月
2. **理事会の開催**
開催；6月・3月及びその他の月
3. **常任理事会の開催**
諸課題を整理し、協議します。
開催；原則月1回
4. **顧問会議**
顧問に会務を報告し、意見を仰ぎます。
5. **各種委員会・部会の設置**
事業や規程、会員の拡大等、協会の抱える多方面にわたる諸課題について検討していきます。
6. **事業推進委員会の開催**
協会と障害者スポーツセンターの諸課題を解決し、円滑な業務の執行を図ります。
開催；毎月1回

平成25年度
東京都障害者スポーツセンター
事業計画書

(事業期間:平成25年4月1日から平成26年3月31日)

東京都障害者総合スポーツセンター
東京都多摩障害者スポーツセンター

平成25年度 事業運営計画

東京都障害者スポーツセンターの管理運営にあたっては、第Ⅱ期指定管理者指定申請書に記載した事項などを踏まえ、施設の効率的な運営と利用者支援サービスの向上及び地域での障害者スポーツの活性化など一層の推進に努めます。

また、「東京都障害者スポーツ振興計画」をも踏まえ、平成22年に策定した「東京における障害者スポーツ振興計画」の実現に向け、協会職員一丸となって取り組んでいきます。

1 運営の基本的な考え方

(1) 基本方針

- ① 障害のある人の生涯スポーツ社会を実現します。
- ② 障害者スポーツ振興の中核施設として運営します。
- ③ 障害のある人一人ひとりのスポーツを通じた思いの実現を支援します。

(2) 今後の事業展開

- ① ジュニアから高齢者まで、ライフステージ・ライフスタイルに応じたスポーツ支援を行います。
- ② 競技力向上に向けた取り組みを推進します。
- ③ 地域での障害者スポーツ振興を関係機関と連携して推進します。
- ④ 障害者スポーツを支える人材を養成・育成します。
- ⑤ 障害者スポーツに関する研究開発及び情報収集発信の拠点として活動します。
- ⑥ スポーツ祭東京2013の開催に向けて、センターをあげて協力します。

(3) 効率的な運営

利用者の安全や満足感、職員の達成感、財政の健全化とのバランスの取れた効果的で効率的な運営を目指します。

2 平成25年度事業の具体的方針

- (1) 協会及び両スポーツセンターが一体となり「いつでも、どこでも、いつまでも」を目指して事業展開していきます。
- (2) 第Ⅱ期指定管理者3年目を迎え、効率的、安定的な施設運営に努めるとともに、利用者サービスの一層の向上を進めます。
- (3) 両スポーツセンターの地域支援事業を協会が進める障害者スポーツ地域開拓推進事業と一体的に行い、地域における障害者スポーツの振興を図ります。
- (4) 「東京都障害者スポーツ振興計画」をも踏まえて、平成22年2月に協会で策定した「東京における障害者スポーツ振興計画」の実現に向けて、

事業の検討や見直しを行います。

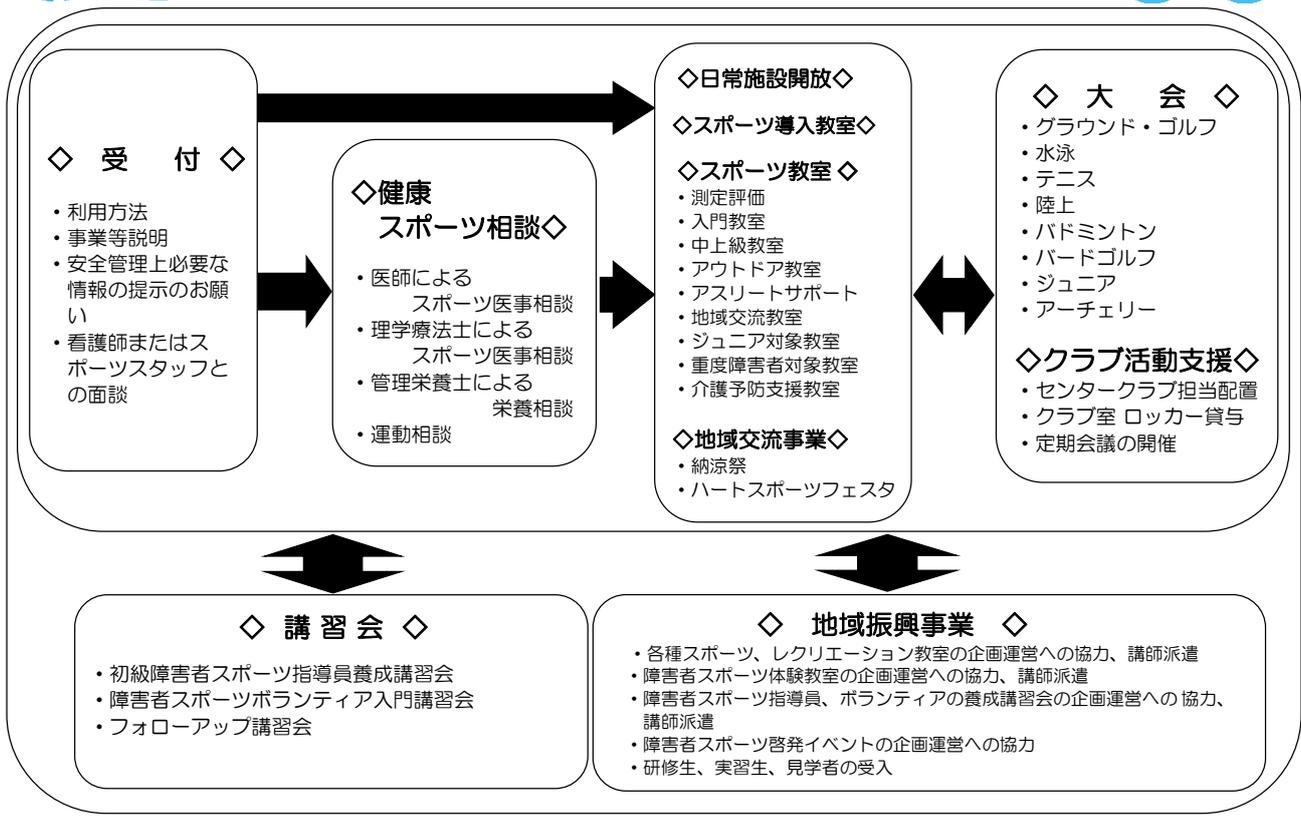
- (5) 利用者のライフステージにあったサービスの充実に努めていきます。
 - ①安全に、安心して、快適に、楽しく、効果的にスポーツに親しめるよう、個々の利用者の状況に対応した支援プログラムを提供します。
 - ②新規利用者や不安を抱えている方などが安心して利用できるよう、相談からスポーツへの導入プログラムを充実します。
 - ③個々の障害特性に対応した支援プログラムにより、効果的・効率的で継続的なスポーツ活動を支援するとともに、介護予防や生活習慣病予防に役立つプログラムを実施します。
 - ④子どもからスポーツの楽しさを味わい、継続したスポーツ活動ができるよう、障害児を対象としたプログラムを充実します。
 - ⑤重度障害者がスポーツを楽しみ、継続したスポーツ活動が行えるようなプログラムを関係機関と連携して実施します。
 - ⑥日頃の練習の成果を発表できるよう、大会や記録会を開催します。
 - ⑦新たにスポーツを始める方に効果的なリハスポーツプログラムを提供するために、相談からスポーツ導入、入門教室を一体的に実施し、その効果を評価していきます。また、医療機関などとの効果的な連携について、更に充実していきます。
- (6) 障害者スポーツに関する情報を幅広く発信し、都内における障害者スポーツの普及・発展に寄与します。また、協会と一体となり、「東京都障害者スポーツポータルサイト（障スポナビ）」や「ツイッター」により広く都民に情報提供を行い、障害者スポーツの理解啓発を促進します。
- (7) 身近な地域でのスポーツ・レクリエーション活動を支える障害者スポーツ指導員、ボランティアの養成講習会などを実施するとともに、協会の運営する人材バンクを中心とした人材ネットワークを充実します。また、人材バンク登録者が地域での具体的活動に参加できるよう情報提供します。
- (8) 今年度開催される「スポーツ祭東京2013」に向けて、合宿プログラムの提供などを進め、ジュニアを対象とした選手育成や障害者アスリートへの支援に取り組みます。また、協会の選手育成事業に協力するとともに、競技団体等と連携して競技スポーツアスリートへの支援を行います。
- (9) 職員の資質向上を図るため、より専門的な知識と技術の習得を支援し、あわせて、よりきめ細かな実態に即した研修を行います。
- (10) 平成23年3月に発生した東日本大震災など不測の事態に備えて、日頃から行政や関係機関、団体などとの連携を一層密にし、利用者の安全・安心の確保に万全を期します。



東京都障害者総合スポーツセンター



平成25年度 事業のご案内



- 健康スポーツ相談** ... 医師や理学療法士及びスポーツスタッフが、安全に安心してスポーツ活動を実施していただくための健康管理や運動内容、運動量等について助言や支援を行います。また、管理栄養士による食生活（栄養）に関する相談も実施しています。必要な方にはスポーツスタッフが「運動プログラム」（個別支援）を作成実践し、安全で効果的なスポーツ活動を支援します。
- スポーツ導入教室** ... 初めて利用される方やまだまだ不安を抱えている方に対して、健康の維持増進を目的として、安心して自主的にスポーツ活動が行えるように支援します。
- 日常施設開放** ... スポーツスタッフが障害の種類や程度・目的に応じて、楽しく・安全に、快適にスポーツを行うことができるよう、特にセンター利用経験の浅い方や初心者の方に重点を置いて支援します。また、障害者スポーツに関する様々な情報を提供します。
- スポーツ教室** ... 初めて利用される方でも安心して気軽に参加できる教室から、大会出場を目指す方にも満足いただける教室や、障害のない方々と共に楽しめる教室を実施します。
- 大会** ... 初心者から上級者まで、日頃の練習の成果を発揮できる場として、また、ご家族や地域の方々にもスポーツを通じて交流でき、楽しめる大会を実施します。
- 講習会** ... 障害者スポーツの普及や振興、障害のある方の身近な地域でのスポーツ活動を支える人材育成のための講習会を開催します。
- 地域交流事業** ... センターを利用されている方とそのご家族や地域の方々、季節に合わせた催しを通じて、相互の理解を図ることを目的に「納涼祭」や「ハートスポーツフェスタ」などの交流事業を開催します。
- 地域振興事業** ... 東京都障害者スポーツセンターでは、障害のある方が、身近な地域でスポーツに親しむことができる環境づくりを推進するために、区市町村（障害福祉課・教育委員会など）、社会福祉協議会、スポーツ振興財団、地域総合型クラブ、障害者福祉センター、特別支援学校、大学・専門学校・高等学校などの関係機関と協働して、地域振興事業を推進しています。詳しくは、各センターの地域振興担当までお問い合わせください。

健康スポーツ相談

スポーツ医事相談

＜初めて利用する方や医学的にまだまだ不安がある方に対して医師や理学療法士、管理栄養士が相談に応じます。＞

相談項目	対象	定員	場所	実施日	時間	内容
医師による スポーツ医事相談	障害児者	4名 (予約制)	医務室	第1土曜日	13:00～15:00	専門の医師が利用される方の主治医の運動許可内容をもとに、その方にあった運動内容と運動量、実施上の留意点などの医学的助言をします。
				第2金曜日	13:30～15:30	
				第3火曜日 ※7/16 9/17を除く	13:00～15:00	
				第4土曜日 ※5/25を除く	13:00～15:00	
理学療法士による スポーツ医事相談	障害児者	6名程度 (当日の10時～11時受付で、原則込み順。)	体育館	奇数月の第2土曜日	10:00～12:00	主治医の運動許可内容等及び医師によるスポーツ医事相談の内容をもとに、安全で効果的な運動の具体的実施についての助言をします。
管理栄養士による 栄養相談	障害児者	4名 (予約制)	医務室	第2木曜日	14:00～16:00	健康な生活を送るためのバランスの良い食事の取り方や、スポーツを行っていく上での効果的な栄養摂取について助言をします。

※医師等の都合により、実施日・時間が変更になることがありますのでご了承ください。

運動相談

＜初めて運動する方から運動を続けている方まで、スポーツスタッフが様々な運動の実施についての相談を行い、スポーツ活動を支援します＞

事業名	対象	定員	場所	実施日	時間	内容
運動相談	障害児者	2名程度 (予約制)	各施設	要相談	要相談	初めてセンターを利用され、運動を実施しようとしている方から健康・体力の維持増進、競技力向上のためのトレーニング方法までスポーツスタッフが様々な運動の実施についての相談に応じます。また、運動を継続していただくために「運動プログラム」(個別支援)を作成実施し安全で効果的なスポーツ活動を支援します。 なお、施設・グループごとでも相談に応じます。

※予約については、前日までとなりますのでご了承ください。

スポーツ教室

スポーツ導入教室

＜利用してから間もない方、何をしたいかわからない方が安心して参加できます。＞

事業名	対象	定員	場所	実施日	時間	内容
はじめての スポーツ体験 (運動相談併用)	障害児者	2名程度 (予約制)	各施設	要相談	要相談	センターを利用して間もない方等で、スポーツを実施したいけれど不安を抱えている方のための教室です。
新 アーチェリー体験会①	身体障害者 (高校生以上)	各5名 申込制	洋弓場	5/6 の月曜日	13:00～14:30	アーチェリーを始めたい方、まずは体験してみませんか！ ※洋弓場の安全基準を理解し、遵守できる方。
新 アーチェリー体験会②				12/8 の日曜日		
にこにこ 盆パラピクス & レクリエーションスポーツ	障害児者 介護者	なし	体育館	4/5 5/10 6/7 7/5 8/2 9/6 10/4 11/1 12/6 1/10 2/7 3/7 の金曜日	13:00～14:50 盆パラ13:00～13:50 レク14:00～14:50	盆踊りとパラピクスをMIXしたリズム体操です。音楽に合わせて身体を動かしましょう！ & またセンターで独自に開発した新しい種目やレクリエーションスポーツにもチャレンジ！
にこにこ エアロピクス	障害児者 介護者	なし	体育館	4/27 6/22 7/27 8/24 9/28 10/26 11/23 12/28 1/11 2/22 3/22 の土曜日	11:00～11:50	リズムのいい音楽に合わせて楽しく身体を動かしましょう！その他にも床に寝て、色々なトレーニングを行います。
にこにこ 水中運動	障害児者 介護者	なし	プール	毎週第1～第4月曜日 ※(8月を除く) ※第1・2週…アクアピクス 第3週…ヌードルピクス 第4週…ウォーキング ※10月第2週はスポーツ祭東京 2013開催に伴い中止となります。	10:15～10:50	水の力を利用した体操のアクアピクス。浮き具を利用したヌードルピクス。またウォーキングは、水中を自由自在に歩行をしましょう！
脳血管障害者の トレーニング教室 火曜版	脳血管障害者	各5名 (申込制)	体育館	6/11・18・25 ※6/11は脳血管障害者のトレーニングセミナーとして実施 全3回	13:00～14:30 ※13:00～16:00	センターを利用して間もない方に、小集団で基礎的な日常生活動作のトレーニングやストレッチを行います。また、ボールを使ったコーディネーション運動やスポーツ種目を通して総合的な体力の向上を図ります。退院後のスポーツ活動へのきっかけを作ります！
脳血管障害者の トレーニング教室 土曜版				11/30・12/7・21 ※11/30は脳血管障害者のトレーニングセミナーとして実施 全3回		
脳血管障害者の トレーニング教室 日曜版				3/16・23・30 ※3/16は脳血管障害者のトレーニングセミナーとして実施 全3回		

測定評価 <自分の身体は客観的にみるとどうなんだろう？定期的に確認してみましょう！>

事業名	対象	定員	場所	実施日	時間	内容
健康運動指導士・ 介護予防運動指導員 による体力測定	障害者	なし	体育館	5/23 9/19 1/16 の木曜日	13:00～15:00 (受付は14:30まで)	普段のトレーニングの成果を定期的に測定して、今後の励みにしましょう！ 測定結果をもとに個別相談、ミニ講習も行います。
ボ ミニ記録会(陸上) ※いけいけランニング	知的障害児者	なし (申込制)	運動場	9/7 の土曜日	10:30～12:00	陸上種目とセンター独自の種目にチャレンジして、陸上能力を開発しましょう。
ボ ミニ記録会(水泳) ※いけいけスイミング			プール	3/15 の土曜日	18:00～20:20	水泳種目とセンター独自の種目にチャレンジして、水泳能力を開発しましょう。

入門教室 <スポーツに挑戦してみたいなあ～と思った時には、入門教室で体験してみましょう！>

事業名	対象	定員	場所	実施日	時間	内容
ボ はじめよう！ 卓球入門	障害児者	なし	卓球室	5/4・18 7/6・20 9/7・21 11/2・16 1/4・18 3/1・15 の土曜日	12:00～13:00	これから卓球を始めたい方あつまれ！ まずはラケットに当てることから始めて、ラリーができるまでを目指します！
ボ はじめよう！ テニス入門	障害児者	なし	庭球場	4/27 ※5/3 6/22 7/27 8/24 の土曜日 (※5/3のみ金曜日)	15:00～17:00 (雨天中止)	憧れのテニスコート。しっかりと基本から学んでラリーができるまでを目指しましょう！ (車椅子の方には、車椅子の操作から練習します！)
ボ 都知の障害者サッカー連盟による はじめよう！ サッカー入門 共催:東京都知的障害者サッカー連盟	知的障害児者	50名 (申込制)	洋弓場	4/20 5/18 6/15 7/20 9/28 11/16 の土曜日 全6回	10:00～12:00	みんなで楽しく練習してサッカーを楽しみましょう。
水泳入門月曜版 (※バックアップ)	障害児者	15名 (申込制)	プール	5/6・13・20・27 6/3・10 全6回 (※6/17・24)	13:00～13:50	全6回の教室で、まずは水泳の基礎を身につけることが目標です！
水泳入門日曜版 (※バックアップ)	身体障害児者	各30名 (申込制)		7/21・28 8/4・11・18・25 全6回 (※9/1・8)	12:00～12:50 ※13:00～13:50	※バックアップの対象者は、水泳入門を終了した方です。 (介護が必要な方は同伴をお願いします)
水泳入門土曜版 (※バックアップ)	知的障害児者			11/2・9・16・30 12/7・14 全6回 (※12/21・28)		
アーチェリー入門① (※バックアップ)	身体障害者 (高校生以上)	各8名 (申込制)	洋弓場	6/30 7/7・14・21・28 8/4・11・25 の日曜日 全8回 (※9/1・9・8)	13:00～14:30	目標は、初級認定取得！ 全8回の教室で、安全やマナーを学び、確実に認定証を取得しましょう。 ※全8回中、6回以上参加できる方 ※目的・判定基準・ルールの理解できる方 ※バックアップがあるから、教室が終了しても安心！ 協力:北区アーチェリー協会
アーチェリー入門② (※バックアップ)				1/12・19・26 2/2・9・16・23 3/2 の日曜日 全8回 (※3/9・16)		
都障水連による 水泳入門教室 共催:東京都障害者水泳連盟	障害児者	10名 (申込制)	プール	4/28 5/12 6/23 7/28 8/25 9/22 10/27 11/24 12/15 1/26 2/23 3/23 の日曜日 全12回	17:00～18:30	プールにはじめて入る方から泳ぎ方を覚えたい方！都障水連のスタッフと一緒に練習しましょう！

中・上級教室 <試合をしてみたいな。もう少しレベルアップしたいな。と思ったら！>

事業名	対象	定員	場所	実施日	時間	内容
ワンランクアップ アーチェリー	障害者 (認定証所持者)	なし	洋弓場	4/20 6/29 7/27 8/31 9/28 10/26 11/30 12/28 1/25 2/22 3/29 の土曜日	13:00～14:30	ワンポイントアドバイスでワンランクアップ！ (認定証の更新を希望される方はこの時に！)
ワンランクアップ水泳	障害児者	30名 (申込制)	プール	5/12・19 6/9・16・23・30 の日曜日 全6回	12:00～12:50	15m以上泳ぐことができる方が対象です。 25m完泳を目指しましょう。 (介護が必要な方は同伴をお願いします)
ボ いけいけスイミング	知的障害児者	20名 (申込制)	プール	11/2・16 12/7・21 1/11・25 2/1 3/1・※3/15 の土曜日 全9回 ※3/15はミニ記録会	17:00～17:50 ※18:00～20:20	運動量の確保を目的に、時間内でたくさん泳ぎましょう！ 15m泳ぐことができる知的障害児者が対象です。25m完泳出来ない方は完泳目指して練習していきましょう。
ボ いけいけランニング	知的障害児者	20名 (申込制)	運動場	5/4 6/8 7/6 8/3 ※9/7 の土曜日 全5回 ※9/7はミニ記録会	11:00～12:00 ※10:30～12:00	運動量の確保と、陸上大会参加を目標に、時間内でたくさん走りましょう！
ボ 卓球ラリータイム	障害児者	なし	卓球室	4/21 5/19 6/16 7/21 8/18 9/15 11/17 1/19 2/16 3/16 の日曜日	12:00～13:00	卓球クラブの仲間といっしょに練習してラリーを長く続けましょう。卓球入門を卒業しラリーができる方が対象です。

アウトドア教室 <屋外に出て、スポーツ体験をしましょう！冬の定番スキーに挑戦！>

事業名	対象	定員	場所	実施日	時間	内容
スキー教室	障害者	30名 (申込制)	いいやま北電湖 ファミリースキー場	平成26年2月28日(金)～3月2日(日)		憧れの雪山で、ウィンタースポーツの花であるスキーにチャレンジしましょう！ (要誓約書)
ボ ノルディック ウォーキング教室	障害児者	なし	運動場 近隣の公園	4/2 6/4 8/6 10/1 12/3 2/4 の火曜日 5/2 7/4 9/5 11/7 1/9 3/6 の木曜日	13:00～14:00	屋内外楽しめるノルディックウォーキングで、にこにこペースで気持ちよく全身運動を行いましょう！

アスリートサポート

<競技に向けての第1歩！さらに上のランクを目指して肉体改造！？>

	事業名	対象	定員	場所	実施日	時間	内容
新	日本障害者バドミントン協会による バドミントン選手育成教室 共催：日本障害者バドミントン協会	身体障害者 知的障害者	30名 (申込制)	体育館	4/13 6/15 7/27 8/3 9/21 11/30 2/22 3/29 の土曜日 全8回	18:00～20:30	競技としてバドミントンに取り組んでいる選手が対象です。全国規模の大会で活躍できる選手の育成を目的に行います。
新	ブラインドサッカー教室① 共催：日本ブラインドサッカー協会	視覚障害児者	20名 (申込制)	体育館	5/17 6/21 7/19 の金曜日 全3回	19:00～20:30	大会出場を目指してみんなで練習しましょう！これから始めたい方も申し込めます。
新	ブラインドサッカー教室② 共催：日本ブラインドサッカー協会				1/24 2/21 3/28 の金曜日 全3回		
	東京車いすテニス協会による 車いすテニス選手育成教室 共催：東京車いすテニス協会	身体障害児者	20名 (申込制)	庭球場	4/14 ※4/29 6/23 7/14 ※9/23 10/27 11/24 12/22 1/26 2/9 3/23 の日曜日 全11回 ※4/29(月祝)・9/23(月祝)は 「おでかけクラブ」として、行います。	10:00～12:00 (雨天中止) ※未定	大会出場を目指してみんなで練習しましょう！車椅子の操作から練習します。これから始めたい方も申し込めます。
	都障水連による 水泳選手育成教室 共催：東京都障害者水泳連盟	障害児者	40名 (申込制)	プール	4/28 5/12 6/23 7/28 8/25 9/22 10/27 11/24 12/15 1/26 2/23 3/23 の日曜日 全12回	18:30～20:20	競技会出場を目指してみんなで練習しましょう。 ※100m以上泳げる方が対象です。
	関東障害者シンクロナイズド スイミング連盟による シンクロナイズドスイミング教室 共催：関東障害者シンクロナイズド スイミング連盟	障害児者	20名 (申込制)	プール	10/19 11/2 12/7 1/11 2/1 3/1 の土曜日 全6回	18:00～20:20	音楽に合わせて水中で楽しく身体を動かすシンクロナイズドスイミングを楽しみましょう！これから始めたい方も申し込めます。
	都知的障害者サッカー連盟による 都大会前サッカー教室 共催：東京都知的障害者サッカー連盟	知的障害児者	50名 (申込制)	運動場	12/21 1/18 2/15 の土曜日 全3回	10:00～12:00	都大会サッカーの個人種目に向けてのレベルアップとルールの確認をしましょう。
	都車椅子バスケット連盟による 車椅子バスケットボール 選手育成教室 共催：東京都車椅子バスケットボール連盟	障害児者	15名 (申込制)	体育館	4/28 5/19 6/30 7/28 8/25 9/29 11/10 12/23 1/5 3/9 の日曜日 全10回	18:00～20:30	全国規模の大会で活躍できる、選手の育成を目的に行います。 ※車椅子バスケットボールチームに所属している方が対象です。
	めざせ！ 「陸上大会」①	都大会出場 希望者	各日20名 (申込制)	運動場	5/12・19 の日曜日 全2回	13:00～14:30	都大会に向けてのレベルアップとルールの確認をしましょう。
	めざせ！ 「陸上大会」②	はばたき陸上大会出場 希望者	各日20名 (申込制)	運動場	9/22・29 の日曜日 全2回	13:00～14:30	センターの陸上大会(10/6)に向けてのレベルアップとルールの確認をしましょう。
ボ	スローイング・タイム	障害者 投擲競技者	なし	運動場 (芝)	4/7・21 5/5 6/16・30 7/21 8/11 10/27 11/10 12/15 1/19 2/2 3/30 の日曜日 ※ 助走して「やり投」を行方は、 12:00～13:00の時間だけが可能です。 他の時間帯は行えません。	13:00～17:00 ※12:00～13:00	投擲競技者の為の時間です。ゆずり合いながらしっかり練習しましょう。

地域交流教室

<ご家族やお友達も誘って、みんなで楽しもう！どなたでも参加できます。>

	事業名	対象	定員	場所	実施日	時間	内容
ボ	みんなで バドミントン 共催：王子かぼちゃクラブ (センタークラブ)	◆障害児者 家族等 地域住民	なし	体育館 ※滝野川 体育館	6/22 9/14 11/9 ※12/1 3/8 の土曜日 ※12/1(日)は障害者記 念事業として実施 【偶数月は東京都多摩障害者ス ポーツセンターにて開催】	13:00～16:00 ※未定	ゲームを通じて、みんなで交流しながら、スキルアップを目指します。ご家族、お友達、ご近所の方どうぞ！
ボ	みんなで 卓球 共催：レインボー (センタークラブ)	◆障害児者 家族等 地域住民	なし	体育館 ※滝野川 体育館	4/13 8/31 ※12/1 2/1 の土曜日 ※12/1(日)は障害者記 念事業として実施 【奇数月は東京都多摩障害者ス ポーツセンターにて開催】	4/13 15:00～17:00 8/31・2/1 10:00～12:00 ※未定	ゲームを通じて、みんなで交流しながら、スキルアップを目指します。ご家族、お友達、ご近所の方どうぞ！日本のトップクラスの選手と一緒に楽しみましょう！ 協力：協和発酵キリン卓球スクール
ボ	みんなでテニス 共催：王子グリーンテニスクラブ (センタークラブ)	◆障害児者 家族等 地域住民	なし	庭球場 ※滝野川 体育館	11/10 ※12/1 1/5 3/2 の日曜日 ※12/1(日)は障害者 記念事業として実施	13:00～17:00 (雨天中止) ※未定	ゲームを通じて、みんなで交流しながら、スキルアップを目指します。ご家族、お友達、ご近所の方どうぞ！
ボ	みんなで ブラインドテニス	◆障害児者 家族等 地域住民	なし	体育館	12/20 1/17 2/14 3/14 の金曜日	18:00～20:30	ゲームを通じて、みんなで交流しながら、スキルアップを目指します。ご家族、お友達、ご近所の方どうぞ！ 協力：日本ブラインドテニス連盟関東地域協会
ボ	あそびのひろば	◆障害児者 家族等 地域住民	なし	体育館 ※プール	4/7 5/5 6/16 7/14 8/4・※17(土) 9/1 11/3 12/8 1/12 3/2 の日曜日	13:00～14:30	トランポリン、エアートランポリン、ソフトブロックなどたくさんのお遊具を利用して、身体を使って遊びましょう！ ※8/17はプールで水遊びを楽しもう！
	レッツ！車いすバスケ	◆障害児者 家族等 地域住民	なし	体育館	4/7 8/4 12/8 2/23 の日曜日 【東京都多摩障害者スポーツセ ンターでは毎月開催】	9:00～11:00	障害者スポーツの代名詞!?の車いすバスケに挑戦だ！車いす操作からゲームまで行います。ご家族、お友達、ご近所の方どうぞ！ 協力：東京王子車椅子バスケットボールクラブ (センタークラブ) 東京都車椅子バスケットボール連盟

ジュニア対象教室 <いろいろな種目に挑戦だ！スポーツの楽しさを発見だ！>

事業名	対象	定員	場所	実施日	時間	内容
ジュニア車いすスポーツ教室	身体障害児	20名 (申込制)	体育館	5/5 7/14 8/4 9/1 11/3 12/8 1/12 2/23 3/2 の日曜日 全9回	11:00～12:30	元氣なジュニアあつまれ！ 日常、車椅子に乗っていないお友達も、車いすスポーツのスピード感を楽しみましょう！ 車いす操作から色々な種目のゲームまで楽しく行います。 協力：東京ジュニアキッズ車椅子バスケットボールクラブ (センタークラブ)
わんぱくCLUB①	知的障害児 保護者	各10組 (申込制)	スポーツ 広場	5/4・11・18 6/8・15・22・29 の土曜日 全7回	15:00～15:50	各種運動種目の基本要素を取り入れた運動やゲームを行いながら、楽しく身体を動かしましょう！
わんぱくCLUB②				1/18・25 2/1・8・15 3/1・8 の土曜日 全7回		
わんぱくキッズ	知的障害児 保護者 (わんぱくCLUB・ サッカー教室経験者)	15組 (申込制)	スポーツ 広場	5/4・11・18 ※①6月に大会参加 9/7・21・28 ※②10月に大会参加 ※①②の日程で大会参加を予定しています。	(5月) 16:00～16:50 (9月) 15:00～15:50	サッカー大会参加を目的に行います。 ※ルールを理解できる方が対象です。

重度障害者対象教室 <安全に！そして介護者も共に楽しもう！>

事業名	対象	定員	場所	実施日	時間	内容
重度障害者のためのプール開放	身体障害児者 (四肢麻痺者・ 片側麻痺者) 介護者	なし	プール	5/11 6/15 7/6・20 8/3・31 9/7・21 10/5 の土曜日	12:00～12:50	波のない静かな安心できる環境で楽しみましょう！介護者の方には介護方法等を伝授します。 (介護者同伴でお願いします) 協力：NPO法人ゆめけん

介護予防支援教室 <生活に役立つ運動を楽しみながらしましょう！>

事業名	対象	定員	場所	実施日	時間	内容
脳血管障害者のトレーニングセミナー 火曜版	脳血管障害者	各30名 (申込制)	体育館	6/11	13:00～16:00	介護予防の視点から、障害特性に合わせた効果的なトレーニングの方法を紹介します。介護予防に関する講義、転倒予防、セルフケア、ストレッチング、日常生活動作に活かすトレーニングの紹介と実践を行います。脳血管障害の方ならどなたでも参加できます。
脳血管障害者のトレーニングセミナー 土曜版				11/30		
脳血管障害者のトレーニングセミナー 日曜版				3/16		
関節障害者のトレーニングセミナー 土曜版	関節障害者	各30名 (申込制)	体育館 プール	8/10	10:30～13:00	介護予防の視点から、障害特性に合わせた効果的なトレーニングの方法を紹介します。介護予防に関する講義、転倒予防、セルフケア、ストレッチング、日常生活動作に活かすトレーニングの紹介と実践を行います。関節障害の方ならどなたでも参加できます。
関節障害者のトレーニングセミナー 木曜版			体育館	12/19		

【スポーツ教室の申込みについて】

参加資格 一 参加する場合にはセンター利用証が必要となります。利用証をお持ちでない方は、障害者手帳をご持参のうえ、利用証の発行手続きを行って下さい。

◆印のある教室は、障害のない方も参加できます。

申込方法 一定員のある教室（申込制）は、事前に申込みが必要です。申込みについては実施初日の約6週間前から所定の申込用紙によりお申込みください。なお、別途館内掲示にて周知します。

※ 表中の「障害者」は高校生以上、「障害児」は中学生以下を表しています。但し、小学生以下の場合は、保護者同伴でご参加下さい。

新のマークがついているものは、今年度からの新規事業になります。

ポのマークがついているものは、ボランティアを受入れます。ご希望の方は、事前にお問い合わせください。

大 会

大会名	対象	場所	実施日	内容
第20回はばたきグラウンド・ゴルフ大会 共催：月曜クラブ(センタークラブ)	◆障害児者	運動場 他	4月27日(土) ※予備日4月28日(日)	初めて大会に出場する方も安心して参加できます！ 日頃の練習の成果の発表の場として、大会を通じて沢山の仲間と出会う場として、新しいステージへ踏み出してみませんか？
第28回はばたき水泳大会 主管：東京都障害者水泳連盟	障害児者	プール	7月7日(日)	
第27回はばたきテニス大会	◆障害児者	庭球場 他	9月14日(土)・15日(日) ※予備日 9月16日(月・祝)	
第26回はばたき陸上大会	◆障害児者	運動場 他	10月6日(日)	
第24回はばたきバドミントン大会 (初心者・初級者)	障害児者	体育館	11月17日(日)	
第12回はばたきターゲットバードゴルフ大会	◆障害児者	運動場 他	11月23日(土) ※予備日 11月24日(日)	
第4回はばたきジュニアスポーツ交流大会	◆障害児者 (18歳以下)	体育館	12月23日(月・祝)	
第27回はばたきアーチェリー大会	◆障害者 (高校生以上)	洋弓場	3月21日(金・祝)	
(仮称)足立区地域交流バドミントン大会(中・上級者) 共催：足立区	◆障害者 (中学生以上)	足立区 体育館	2月9日(日)	

【大会の申込みについて】

参加資格 一 小学生以上の方が対象となります。但し、アーチェリー大会は、高校生以上でセンター洋弓場認定証所持者または、同等の記録をもつ方に限りますのでご注意ください。

◆印のある大会は、障害のない方も参加できます。

申込方法 一 実施日の約2ヶ月前から、所定の申込み用紙によりお申込み下さい。

地域交流事業

行 事 くだなたでも、ご自由にご参加いただけます。ご家族やお友達をお誘いあわせのうえ、是非お越し下さい。>

事業名	場所	実施日	内容
納涼祭	運動場 他	8月17日(土)	年に1回の夏祭り! 地域の方、センタークラブ等の協力を得て、模擬店、盆踊り、子供向けイベントなどを行います。
障害者週間記念事業 「ハートスポーツフェスタ」	北区滝野川体育館	12月1日(日)	地域のみなさんと一緒に卓球・バドミントン・テニスなど様々なスポーツの体験やお菓子のつかみ取りなど盛りだくさんのイベントです。

講習会

人材育成・理解啓発

事業名	対象	場所	実施日	内容
スポーツボランティア講習会(入門)	障害者スポーツ活動に興味がある方	体育館 集会室他	【体験編】 ①「フルディックウォーキング教室」 6月4日(火) ②「ジュニア 車いすスポーツ教室」 9月1日(日) ③「東京都車いすテニス協会による車いすテニス選手育成教室」10月27日(日) ④「フラインドサッカー」 1月24日(金)	障害のある人のスポーツ活動の現場に関わってみたい! というかたのための入門講習会です。障害者スポーツを”知ってもらい”体験してもらう”場”として実施していきます。
スポーツリーダー養成のためのフォローアップ講習会	障害者スポーツ指導員協会登録スポーツボランティア 施設・団体職員 その他スポーツリーダーとして活動する意欲のある方		【実践編】 ①「にこにこ盆パラピクス&レクリエーションスポーツ」 5/10 6/7 7/5 8/2 9/6 10/4 11/1 12/6 1/10 2/7 の金曜日 全10回 ②「重度障害者のためのプール開放」 5/11 6/15 7/6・20 の土曜日 全4回	地域や施設などにおいて、障害のある人のスポーツ・レクリエーション活動の普及を積極的に推進し、また、スポーツリーダーとして活動する意欲のある方を対象として、各種センターの教室や講習会を実施していきます。
			【知識編】～なるほど納得講習会～ 「関節障害者のトレーニングセミナー土曜版」8月10日(土) 共催: 東京都障害者スポーツ指導員協議会	
			「スポーツ指導者・交流講習会」 1月25日(土) 【東京都障害者スポーツ協会 多摩障害者スポーツセンター合同開催】 共催: 東京都障害者スポーツ指導員協議会	
初級障害者スポーツ指導員養成講習会	東京都在住・在勤・在学者の資格取得希望者	集会室 体育館他	2/1(土)・2(日)・8(土)・9(日)・15(土)	(公財)日本障害者スポーツ協会公認の資格取得のための講習会です。主に初めてスポーツに参加する方に対し、スポーツの喜びや楽しさを重視したスポーツの導入に必要な基礎知識・技術を身につけます。地域の障害者スポーツの振興を支える意欲のある方は是非ご受講下さい。

安全講習

事業名	対象	定員	場所	実施日	時間	内容
アーチェリー安全講習会	認定証所持者	なし	洋弓場	3月21日(金・祝)	16:00～17:00	認定証所持者のためのアーチェリーの安全確保とマナーについて講習会です。
熱中症予防講習会	障害児者 家族等 地域住民	なし	体育館	6月23日(日)	12:00～13:00	熱中症を予防するための正しい知識を学ぶための講習会です。 協力: (株)大塚製薬

【講習会の申込みについて】

参加資格 ー 各講習会の募集要項をご確認下さい。

申込方法 ー 実施日の約2か月前から、所定の申込用紙によりお申し込みください。

地域振興事業

障害のある方が、より身近な地域でスポーツに親しむことができる環境づくりを推進するための事業展開や地域での取り組みを支援します。また、事業を通して障害者スポーツ指導員、ボランティアの育成をします。

※区市町村や社会福祉協議会、学校、地域クラブ等と調整後、随時実施する。

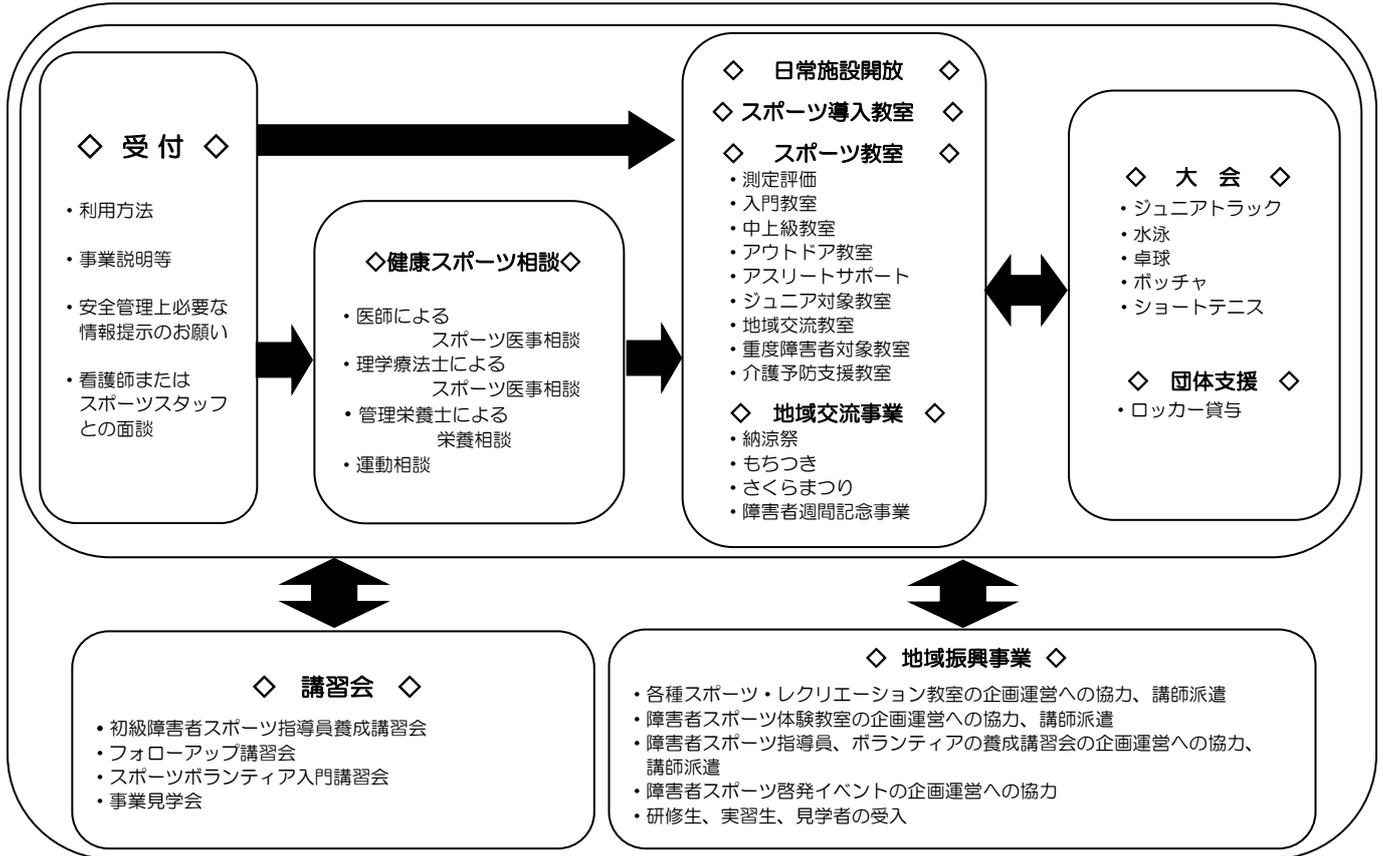
事業名	対象	場所	実施日	内容
地域振興事業体験	各講習会受講者	区市町村各所	随時 ※各事業実施日	地域振興事業で行われている教室やイベントの参加を通じて、障害のある方々との交流やサポートの経験を積みましょう。終了後はスタッフとのディスカッションを通じて、振り返りをします。
有明の森スポーツフェスタ	身体障害児 (車椅子テニス経験者)	有明テニスの森	4月29日(月・祝)	有明テニスの森へセンタースタッフといっしょにお出かけしましょう!
テニスの日イベント	身体障害児者 (車椅子テニス経験者)		9月23日(月・祝)	
サッカー大会	わんぱくキッズ教室 受講者	駒沢オリンピック公園総合運動場	6月	サッカー大会に出場して、全力でプレーしましょう! 6月は個人種目に、10月は試合を行います。
		江戸川区 陸上競技場	10月	
(仮称)板橋区ポッチャ交流会		調整中		地域のみなさんと一緒に楽しくポッチャを行います。



東京都多摩障害者スポーツセンター



平成25年度 事業のご案内



- 健康スポーツ相談** ... 医師や理学療法士及びスポーツスタッフが、安全に安心してスポーツ活動を実施していただくための健康管理や運動内容、運動量等について助言や支援を行います。また、管理栄養士による食生活(栄養)に関する相談も実施しています。必要な方にはスポーツスタッフから「運動プログラム」(個別支援)を作成実施し、安全で効果的なスポーツ活動を支援します。
- スポーツ導入教室** ... 初めて利用される方やまだまだ不安を抱えている方に対して、健康の維持増進を目的として、安心して自主的にスポーツ活動が行えるように支援します。
- 日常施設開放** ... スポーツスタッフが障害の種類や程度・目的に応じて、楽しく・安全に快適にスポーツを行うことができるよう、特にセンター利用経験の浅い方や初心者の方に重点を置いて支援します。また、障害者スポーツに関する様々な情報を提供します。
- スポーツ教室** ... 初めて利用される方でも安心して気軽に参加できる教室から、大会出場を目指す方にも満足いただける教室や、障害のない方々と共に楽しめる教室を実施します。
- 大会** ... 初心者から上級者まで、日頃の練習の成果を発揮できる場として、また、ご家族や地域の方々にもスポーツを通じてが交流でき、楽しめる大会を実施します。
- 講習会** ... 障害者スポーツの普及や振興、障害のある方の身近な地域でのスポーツ活動を支える人材育成のための講習会を開催します。
- 地域交流事業** ... センターを利用されている方とその家族や地域の方々に、季節に合わせた催しを通じて、相互の理解を図ることを目的に「納涼祭」や「もちつき大会」などの交流事業を開催します。
- 地域振興事業** ... 東京都障害者スポーツセンターでは、障害のある方が、身近な地域でスポーツに親しむことができる環境づくりを推進するために、区市町村(障害福祉課・教育委員会など)、社会福祉協議会、スポーツ振興財団、地域総合型クラブ、障害者福祉センター、特別支援学校、大学・専門学校・高等学校などの関係機関と協働して、地域振興事業を推進しています。詳しくは、各センターの地域振興担当までお問い合わせください。

健康スポーツ相談

スポーツ医事相談

相談項目	対象	定員	場所	実施日	時間	内容
医師による スポーツ医事相談	障害児者	3名 (予約制)	医務室	毎月4回	午前又は午後 (2時間)	専門の医師が、利用される方の主治医の運動許可内容をもとに、その方にあった運動内容と運動量、実施上の留意点などの医学的助言をします。
理学療法士による スポーツ医事相談	障害児者	3名 (予約制)	医務室 トレーニング室	毎月1回	10:00～12:00	主治医の運動許可内容及び医師によるスポーツ医事相談の内容をもとに、安全で効果的な運動の具体的実施についての助言をします。
管理栄養士による 栄養相談	障害児者	3名 (予約制)	相談室	毎月1回	14:00～16:00	健康な生活を送るためのバランスの良い食事の取り方や、スポーツを行っていく上での効果的な栄養摂取について助言をします。

運動相談

初めて運動する方から運動を続けている方まで、スポーツスタッフが様々な運動の実施について助言を行い、スポーツ活動を支援します

事業名	対象	定員	場所	実施日	時間	内容
運動相談	障害児者	予約制	相談室 各施設	随時 (週4回程度)	要相談	初めてセンターを利用され、運動を実施しようとしている方から、健康・体力の維持増進のためのトレーニング方法まで、スポーツスタッフが様々な運動の実施についての相談にのります。また、運動を継続していただくために「運動プログラム」(個別支援)を作成実施し、安全で効果的なスポーツ活動を支援します。
はじめての スポーツ相談	障害児者	予約制	各スポーツ 施設	随時 (週2回程度)	12:00～13:00	センターを利用されて間もない方等で卓球・バドミントン・水泳等を実施したいけど不安を抱いている方のための教室です。各スポーツ施設にて、スポーツスタッフと一緒に体験して活動の幅を広げませんか？

※各相談は、事前に予約が必要です。

スポーツ教室

スポーツ導入教室

＜これからスポーツを始める方や、利用してまだ間もない方でも安心して参加できます。＞

事業名	対象	定員	場所	実施日	時間	内容	
新 ポ 新 ポ	障害児者 介護者	なし	体育館 プール	ウォーキングタイム 5/20 7/29 9/2 3/17 水中ウォーキングタイム 6/17 2/17	12:15～12:45	ウォーキングを見直して、さらにエクササイズとしてチャレンジしてみませんか？	
				ショートテニスタイム 12/2 1/27 ポッチャタイム 11/18 全て月曜日			12:15～12:45
新 ポ	障害児者 介護者	なし	体育館	4/2・9・16 5/7・14・21 6/4・11・18 10/22 11/5・12・19 12/3・10 火曜日 7/5・12・19 8/2・9・16・23 9/6・13・20 1/10・17・24 2/7・14・21 3/7・14・28 金曜日	13:00～14:00	いつでもどこでも簡単にできる体操を各スタッフで用意しています。 みんなで一緒に健康づくりに取り組んでみませんか？	
				リフレッシュ ヨガ			4/23 5/28 6/25 10/29 11/26 12/17 火曜日 7/26 9/27 1/31 2/28 金曜日
新 ポ	障害児者 介護者	なし	体育館 半面	4/19・26 5/17・24 6/14・21・28 10/18・25 11/8・15 12/13・20 金曜日	13:00～14:30	スタッフがみなさんを笑顔で楽しめるよう工夫したスポーツを実施します。 みんなと一緒に爽やかな汗を流してみよう！	
			体育館 全面	7/23・30 8/20・27 9/10 3/11・18 火曜日			
			体育館半面	4/12 5/10 6/7 10/4 11/1 12/6 金曜日			
新 ポ	障害児者 介護者	なし	体育館全面	7/9 8/13 9/3 1/7 2/4 3/4 火曜日	13:00～14:30	月始めは手のひら健康バレー。10月の全国障害者スポーツ大会のオープン競技になっています。チームを結成して大会への出場を目指します！	
新 ポ	障害児者 介護者	なし	体育館全面	1/21・28 2/18・25 火曜日	13:00～14:30	1月と2月はユニカールをみんなで一緒に！	
新 ポ	障害児者 介護者	なし	プール	4/11・25 5/16 6/20 7/25 9/5 10/3 11/21 12/12 1/9 2/20 3/27 木曜日	14:00～15:00	水中でのウォーキング、アクアビクス、レクリエーションなど、水中で楽しく身体を動かしましょう。 時には、ヌードルを使った種目も用意しています！	
				5/2(木・祝) 6/16(日) 9/15(日) 11/2(土・祝) 1/19(日) 3/2(日)			12:00～13:00
				7/11(木) 10/20(日) 12/26(木) 2/16(日)			
新 ポ	知的障害者の スポーツ教室	知的障害児者	なし	体育館	4/18 5/23 6/13 7/18 9/12 10/24 11/21 12/19 1/16 2/20 3/13 木曜日	18:00～19:00	月に1度、色々なスポーツをして身体の隅々まで動かしましょう！！
新 ポ	障害児者 介護者	なし	トレーニング室 /体育館	通常開館日		9:10～9:15	センターの1日の始まり。皆さんお馴染みの「ラジオ体操」の時間です。♪♪～
			プール			9:00～9:05	

※トレーニング室とプールにおいて「全国自転車の旅」と「水中歩行で名所めぐり」を行っています。ぜひチャレンジしてください！！

測定評価 <体力はついたかな? 定期的に自分の体力を確認してみましょう!>

事業名	対象	定員	場所	実施日	時間	内容
ポ 体力測定	障害者	なし	体育館	7/7(日) 11/9(土) 2/11(火・祝)	13:00~15:30 ※受付は 14:30まで	普段のトレーニングの成果を定期的に測定して、今後の励みにしましょう!
ポ プチ体力測定	障害者	なし	体育館 半面	5/7 12/10 火曜日 9/10 火曜日	14:00~16:00 14:30~16:30	転倒防止にはまず下半身の筋力とバランスが大切。バランス能力等を測定して快適なライフワークを!
筋力測定	障害者	なし	トレーニング室	6/3 11/4 2/17 月曜日	17:30~20:30	ベンチプレス・スクワット・デッドリフトの3種目で最大筋力を測定します。

入門教室 <スポーツに挑戦してみたいなあ~と思った方は、入門教室で体験してみましょう!>

事業名	対象	定員	場所	実施日	時間	内容
ポ トランポリン	障害児者	なし	体育館	4/27 5/11 6/22 7/15(月・祝) 8/24 9/23(月・祝) 10/19 11/23 12/21 1/25 2/22 3/22 土曜日	13:00~14:30	トランポリンで全身を使い、みんなでジャンプをして楽しみましょう!!
初心者水泳教室	障害児者	5名程度 (申込制)	プール	第1期 5/30 6/6・13・27 7/4(木) 第2期 10/31 11/7・14・28 12/5(木) 第3期 1/30 2/6・13・27 3/6(木)	13:00~14:00	水慣れから泳法の練習まで行います。 ※原則として12.5mまで泳げない方が対象の水泳教室です。 1期5回コースになります。
都障水連による 水泳入門教室 <small>共催:東京都障害者水泳連盟</small>	知的障害児者 障害児者 (知的障害を除く)	なし	プール	4/13 5/11 6/8 7/13 8/3 9/14 11/9 12/14 1/11 2/8 3/8 土曜日	12:00~13:00 16:00~17:00	水泳の入門コースです。 定期的を受講し、普段の練習に役立てましょう!
ワンポイント 水泳	障害児者	なし	プール	5/30 6/6・13・27 7/4 10/31 11/7・14・28 12/5 1/30 2/6・13・27 3/6 木曜日	14:00~15:00	初心者・初級者を対象にワンポイントアドバイスを行います。今の悩みを一つずつ解決していきましょう!
バランスボール	障害児者 介護者	なし	体育館	6/7・21(金) 7/5・19(金) 10/18・25(金) 11/8・15(金) 2/14・28(金) 3/14・28(金)	14:30~15:30 14:00~15:00	大小のボールを使って、バランス感覚を養いながら全身の筋力の調整に役立てましょう。

中・上級教室

事業名	対象	定員	場所	実施日	時間	内容
中上級ワンポイント 水泳	障害児者	なし	プール	5/30 6/6・13・27 7/4 10/31 11/7・14・28 12/5 1/30 2/6・13・27 3/6 木曜日	14:00~15:00	12.5m以上泳げる方(目安)対象にワンポイントアドバイスを行います。更に泳力アップを目指しましょう!

アウトドア教室

事業名	対象	定員	場所	実施日	内容
デイキャンプ	障害児者 介護者	15組 (申込制)	昭和記念公園 (予定)	9月21日(土)	屋外でのスポーツを楽しみながら、自然にふれる気持ち良さを感じられましょう☆
スキー教室	障害者	30名 (申込制)	いいやま北竜温泉 ファミリースキー場 (予定)	平成26年2月28日(金) ~3月2日(日)	憧れの雪山で、ウィンタースポーツの花であるスキーにチャレンジしましょう! (要誓約書)

アスリートサポート <選手育成! 大会前にレベルアップ! ルールも確認しましょう!>

事業名	対象	定員	場所	実施日	時間	内容
ポ 都大会前 陸上競技	都大会 出場者	なし	体育館	4/29(月・祝) 5/18(土) 4/20(土)	12:00~14:00 15:00~17:00	都大会参加(陸上競技)選手対象の強化練習会です。
ポ 都大会前 スローイングタイム	都大会 出場者	なし	第3公園 雨天時 (体育館)	4/29(月・祝) 5/18(土) 4/20(土)	12:00~14:00 15:00~17:00	都大会参加(陸上競技)でソフトボール投げ・フライングディスク ディスタンス)選手対象の強化練習会です。
都大会前 フライングディスク	都大会 出場者	なし	体育館	4/29(月・祝) 5/18(土) 4/20(土)	14:00~15:00 11:00~12:00	都大会参加(フライングディスク・アキュラシー)選手対象の強化練習会です。
都大会前 水泳	都大会 出場者	なし	プール	4/27(土) 5/19(日)	11:30~13:00	都大会参加(水泳競技)選手対象の強化練習会です。
都大会前 卓球	都大会 出場者	なし	体育館 半面	5/4(土) 5/12(日)	15:00~17:00	都大会参加(卓球競技)選手対象の強化練習会です。

大会前 卓球	卓球大会 出場者	なし	体育館	10/19(土) 10/27(日)	18:30～20:30	第27回卓球大会参加選手対象の 強化練習会です。
都障水連による 水泳選手育成練習会 共催:東京都障害者水泳連盟	身体障害児者	なし	プール	4/13 5/11 6/8 7/13 8/3 9/14 11/9 12/14 1/11 2/8 3/8 土曜日	19:00～20:20	アスリートのための水泳競技力 向上教室です。

ジュニア対象教室 <いろいろな種目に挑戦だ！スポーツの楽しさを発見だ！>

事業名	対象	定員	場所	実施日	時間	内容
親子で楽しむ 重度キッズ体操クラブ	3歳～小3まで 障害児 介護者	20組 (申込制)	体育館 半面	4/28 5/19 6/23 7/28 8/25 9/22 10/27 11/24 12/22 1/26 2/23 3/23 日曜日	10:30～12:00	重度障害児を対象に、リズムに合わせた体操やフォークダンス、ボール、遊具を使用し親子で楽しく身体を動かす教室です。
親子で楽しむ キッズ体操クラブ	3～5歳未就学 障害児 介護者	20組 (申込制)	体育館 半面	4/28 5/19 6/23 7/28 8/25 9/22 10/27 11/24 12/22 1/26 2/23 3/23 日曜日	13:00～14:30	障害児を対象に、リズムに合わせた体操やボール、遊具を使用し親子で楽しく身体を動かす教室です。
親子で楽しむ ジュニア体操クラブ	小1・2年 障害児 介護者	15組 (申込制)	体育館	4/28 5/19 6/23 7/28 8/25 9/22 10/27 11/24 12/22 1/26 2/23 3/23 日曜日	15:00～16:30	体育館全面で身体をいっぱい動かします。リズムに合わせた体操やボール、遊具を使用し親子で楽しく身体を動かす教室です。
親子で楽しむ 重度ジュニアのひろば	小学生の 重度障害児 介護者	なし	体育館 半面	4/21 5/12 6/16 7/21 8/11 9/15 10/20 11/10 12/15 1/19 2/16 3/16 日曜日	10:00～12:00	親子と一緒に身体をほぐしたり、体育館の中にある遊具等を使って身体動かします。
親子で楽しむ キッズ水泳	3～5歳未就学 障害児 介護者	20組 (申込制)	プール	3/1(土)・15(土)・22(土)・29(土)・30(日)	11:40～13:00	寒い時期ですが、夏に向けて親子と一緒に水泳の練習をしてみませんか？
ジュニア スポーツキャンプ	障害児 介護者	15名 (申込制)	体育館他	8/17(土)・18(日)		センターに1泊2日をしてスポーツをいっぱい行きます！夏の思い出を作りましょう！！
ジュニア スポーツ体験	知的障害児 身体障害児	各20組 (申込制)	体育館	8/5(月)・6(火)	9:30～12:00 13:00～15:30	夏休みに色々なスポーツを体験しましょう！あなたに合ったスポーツが見つかるかも！？
夏休みジュニア 短期水泳	障害児	各20組 (申込制)	プール	7/27(土)・28(日)・29(月)・30(火)	11:30～13:00	短期集中型の水泳教室です。夏休みを利用して少しでも水に慣れたり泳げるようになりますようにしましょう！

地域交流教室

事業名	対象	定員	場所	実施日	時間	内容
日曜広場	障害児者 介護者 地域住民	なし	体育館	4/21 5/12 6/16 7/21 8/18 9/15 10/20 11/10 1/19 2/16 3/16 日曜日	13:00～15:00	月ごとに変わるテーマに合わせていろいろなスポーツやゲームをします。何をするかはお楽しみ☆
あそびのひろば	障害児 介護者 地域住民児童 とその家族	なし	体育館	各月の事業予定による	12:00～13:00	体育館で親子・子供たちでたくさん遊びましょう!!! リズム体操タイムやトランポリンタイムもあります。館内ポスターでご確認してください。
グラウンドゴルフ のひろば	障害児者 介護者 地域住民	なし	第3公園 雨天時 (体育館)	10/21・28 11/4・11 月曜日	13:00～15:00 受付は12:20 から行きます	広いグラウンドで思いっきりグラウンドゴルフを楽しみましょう！
ティーボール のひろば	障害児者 介護者 地域住民	なし	第3公園 雨天時 (体育館)	4/14(日) 6/15(土) 7/20(土) 9/28(土) 10/26(土) 11/16(土)	13:00～15:00 受付は12:20 から行きます	野球が好きな人は集まれ！ティーボールは固定したボールを打つので、誰でも簡単に楽しめます。
みんなで卓球	障害児者 介護者 地域住民	なし	体育館	5/18(土) 7/6(土) 9/7(土) 11/2(土・祝) 1/11(土) 3/1(土) ※偶数月には、東京都障害者総合スポーツセンターにて開催します。	10:00～12:00	みんなで交流を深めながら、ゲームやラリーを楽しみましょう！日本のトップクラス選手と一緒にプレーが楽しめます！！ 協力:協和発酵キリン卓球スクール
みんなで バドミントン	障害児者 介護者 地域住民	なし	体育館	4/22(月) 6/24(月) 8/26(月) 10/28(月) 12/16(月) 2/24(月) ※奇数月には、東京都障害者総合スポーツセンターにて開催します。	18:30～20:30	ゲームを通じてみんなで交流を深めながら、皆様の要望とレベルに応じたバドミントン指導を行います。 協力:多摩バドミントンクラブ
レッツ！ 車いすバスケ	障害児者 介護者 地域住民	なし	体育館	4/6 5/11 6/15 7/20 9/14 10/19 11/16 12/14 1/18 2/15 3/15 土曜日	9:00～12:00	みんなで車いすバスケットボールに挑戦してみよう！障害の有無に関わらずどなたでもご参加いただけます。また、選手からの直接指導も受けられます！！
ユニカール 体験大会	障害児者 介護者 地域住民	なし	体育館	1/13(月・祝)	13:00～16:30	ユニカールの体験とミニ大会を楽しみましょう！

重度障害者対象教室 <皆でスポーツを楽しみましょう！>

事業名	対象	定員	場所	実施日	時間	内容
重度障害者のプールのひろば	肢体不自由児者 介護者	なし	プール	5/18 6/15 7/20 8/17 9/7 10/19 11/16 12/21 1/18 2/15 土曜日 3/16 日曜日	12:00～13:00	昼休みの静かなプールで開催します。自分に合った水中での運動を介護の方と共に 見つけ楽しんでみませんか！

介護予防支援教室 <生活に役立つ運動を楽しみながら行いましょう！>

事業名	対象	定員	場所	実施日	時間	内容
介護予防運動教室	中高年障害者 介護者	なし	体育館	5/13・27 6/10・24 7/8・22 8/12・26 9/9・ 30 10/21 11/11・25 12/9・16 1/6・20 2/10・24 3/10・24 月曜日	12:00～13:00	様々な運動や測定をしながら、健康の維持 増進を図り、介護予防に繋げましょう！

ボ

- 参加資格 一
- ・参加する場合にはセンター利用証が必要となります。利用証をお持ちでない方は、障害者手帳をご持参のうえ、利用証の発行手続きを行って下さい。
 - ・申込制の教室は、開催前月の1日から10日までの申込受付期間となっています（下記※1～3を除く）。また、申込制でない教室は、当日センター受付で利用の手続きを済ませてから会場にお越し下さい。
 - ※1 『夏休みジュニア短期水泳』『ジュニアスポーツキャンプ』『ジュニアスポーツ体験』の申込受付期間は、7月1日から7月11日までとなります。
 - ※2 『スキー教室』の実施詳細については別途ご案内いたします。
 - ※3 『親子で楽しむ重度キッズ体操クラブ』『親子で楽しむキッズ体操クラブ』『親子で楽しむジュニア体操クラブ』の申込受付期間は、4月1日から4月11日までとなります。
 - ・表中の「障害者」は高校生以上、「障害児」は中学生以下を表しています。但し、小学生以下の場合は、保護者同伴でご参加下さい。
 - ・ **新** のマークがついているものは今年度からの新規事業になります。
 - ・ **ボ** のマークがついているものは、ボランティアを受入れます。ご希望の方は事前にお問い合わせください。

大 会

大会名	対象	場所	実施日	備考
ジュニアトラック競技会	身体障害児 (視覚・聴覚・肢体不自由)	町田市野津田公園 陸上競技場	7月6日(土)	第18回関東身障陸上大会の会場で行います。
第30回 水泳記録会	◆障害児者	プール	9月8日(日)	
第27回 卓球大会	◆障害児者	体育館 集会室	11月3日(日)	
第10回 多摩ポッチャ大会	◆障害児者	体育館	2月9日(日)	
第25回 ショートテニス大会	◆障害児者	体育館	3月9日(日)	

参加資格 一 大会によって対象者等が異なりますので、ご確認の上、お申し込み下さい。

◆印のある大会は、障害のない方も参加できます。参加内容等は大会ごとに異なりますので、ご確認の上、お申し込み下さい。

申込方法 一 各大会の申込用紙に記入うえ、来館、郵送又はファックスにてお申し込み下さい。

地域交流事業

行事 くだなたでも、ご自由にご参加いただけます。ご家族やお友達をお誘いあわせのうえ、是非お越し下さい。>

事業名	対象	場所	実施日	時間	内容
ボ 納涼祭	障害児者・介護者 地域住民	体育館 駐車場	8月31日(土)	13:00~20:00 (予定)	毎年恒例の「夏祭り」模擬店、盆踊り、イベントなどで楽しみましょう!
ボ 障害者週間記念事業	障害児者・介護者 地域住民	体育館	12月8日(日)	9:00~17:00 (予定)	NHKのハートフェスタを含めて開催します。障害有無に関わらず楽しめるイベントが盛りだくさん! お友達を誘って参加しましょう!
ボ 新春もちつき	障害児者・介護者 地域住民	体育館 駐車場	1月5日(日)	12:00~17:00 (予定)	新年は「もちつき」から! 皆でお餅をついて、皆で食べましょう!
ボ さくらまつり	障害児者・介護者 地域住民	体育館 駐車場	3月29日(土) (桜の開花により変更有)	13:00~17:00 (予定)	桜を眺めながら、みんなで楽しい時間を過ごしましょう。

講習会

人材育成・理解啓発

事業名	対象	場所	実施日	おおよび	内容
スポーツボランティア 入門講習会	障害者スポーツ活動 に興味のある方	集会室 体育館 他	6月22日(土) 10月26日(土) 2月1日(土)		障害のある人のスポーツ活動の現場に関わってみたい! という方のための入門講習会です。障害者スポーツを “知ってもらう”“体験してもらう”場として実施していきます。
事業見学会		館内施設	5月14日(火) 6月24日(月) 7月8日(月) 7月20日(土) 8月18日(日) 9月7日(土) 9月14日(土) 10月29日(火) 11月11日(月) 11月28日(木) 12月16日(月) 1月20日(月) 2月23日(日) 3月7日(金)		障害者スポーツセンターではどのように スポーツをしているの? 事業や館内施設の見学を通じて、より障害者スポーツの 理解を深めましょう!
スポーツリーダー 養成のための フォローアップ講習会	障害者スポーツ指導員 協会登録スポーツボ ランティア 施設・団体職員 その他スポーツリー ダーとして活動する 意欲のある方	体育館 集会室 他	5月9日(木)	「プールでの支援を学ぼう!」	地域や施設などにおい て、障害のある人のス ポーツ・レクリエーシ ョン活動の普及を積極 的に推進し、またスポ ーツリーダーとして活 動する意欲のある方を 対象として、各講習会 を実施していきます。 ※各回の時間・内容・申 込方法等の詳細は、別 紙要項にてご確認ください。
			8月11日(日)	「障害者スポーツを楽しもう!」	
			11月30日(土)	「障害のある方と共に学ぼう!」	
			1月25日(土)	「スポーツ指導者交流・講習会」 【東京都障害者スポーツ協会・東京都障害者総合 スポーツセンター合同開催】	
			5月17日(金) 6月21日(金) 7月19日(金) 8月16日(金) 9月20日(金) 「実践力アップ! 教室・イベント運営に役立つスキルを身に付けよう! 第1期」		
11月15日(金) 12月20日(金) 1月17日(金) 2月21日(金) 3月21日(金) 「実践力アップ! 教室・イベント運営に役立つスキルを身に付けよう! 第2期」					
初級障害者 スポーツ指導員養成講習会	東京都内 在住・在勤・在学 で資格取得 を希望される方	集会室 体育館他	6月28日(金) 7月1日(月)・2日(火) 4日(木)・5日(金)		(財)日本障害者スポーツ協会公認の資格取得のための 講習会です。 主に初めてスポーツに参加する方に対し、スポーツの喜びや 楽しさを重視したスポーツの導入に必要な基本的知識・技術 を身につけます。地域の障害者スポーツの振興を支える意欲 のある方は是非ご受講ください。

地域振興事業

障害のある方が、より身近な地域でスポーツに親しむことができる環境づくりを推進するための事業展開や地域での取り組みを支援します。また、事業を通して障害者スポーツ指導員、ボランティアの育成をします。

※区市町村や社会福祉協議会、学校、地域クラブ等と調整後、随時実施します。

地域振興事業 体験	市区町村 各所	地域振興事業で行われている教室やイベントの参加を通じて、障害のある方々との交流やサポートの経験を積みましょう。 終了後はスタッフとのディスカッションを通じて、ふりかえりをします。
--------------	------------	--