

# 東京の 障害者 スポーツ

## 109号

[発行日 2025年12月1日]

～エンジョイスポーツライフ～  
～エンジョイスポーツライフ～

感動を未来へ  
わた SHIGA 輝く障スポ  
開催!

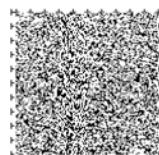


## CONTENTS

全国障害者スポーツ大会 わた SHIGA 輝く障スポ 特集	P 1- 2
東京都障害者スポーツセンター 今期の目玉事業	P 3- 4
東京都パラスポーツトレーニングセンター 施設紹介	P 5
障害者のスポーツ施設利用促進事業	P 6
TOKYO アスリート紹介 三木 拓也選手 (車いすテニス)	P 7- 8
「チャレスポ！TOKYO」開催のお知らせ ほか	P 9
事業報告、大会・イベント情報 ほか	P10-11

### Uni-Voice

この2次元コードは  
文字情報を読み上げる  
ための音声コードです



## わた SHIGA 輝く障スポート集



令和7年10月25日(土)から27日(月)まで、滋賀県で第24回全国障害者スポーツ大会が開催されました。

本大会は、「障害のある選手が競技等を通じ、スポーツの楽しさを体験するとともに、国民の障害に対する理解を深め、障害者の社会参加の推進に寄与することを目的とした障害者スポーツの全国的な祭典」です。(大会実施要綱より)

今号では、東京都選手団の結団式から大会での活躍をお届けします！



湖国の感動 未来へつなぐ

## わた SHIGA 輝く 障スポート 2025

第24回全国障害者スポーツ大会

許可番号  
「わ輝滋実委第(1415)-1\_R7号」

## 第24回全国障害者スポーツ大会

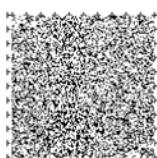
### 「わた SHIGA 輝く障スポート」を振り返って

10月24日の公式練習にはじまり、25日の開会式から27日の閉会式まで、「湖国の感動 未来へつなぐ」という大会スローガンを掲げた、第24回全国障害者スポーツ大会「わた SHIGA 輝く障スポート」が滋賀県で開催されました。東京都選手団は選手231名、役員111名の総数342名という開催県に次ぐ大選手団を編成し大会に臨みました。

実施要綱にある「年齢、性別、障害のあるなしを問わず、すべての人が様々な場面で主役として光り輝くとともに、大会を通じて湖国滋賀で生まれた夢や感動、連帯感が、大会に関わるすべての人の心に刻まれ、明日への活力、未来への希望として将来にわたって引き継がれる大会を目指して開催する。」という言葉のとおり、参加選手はもちろん、応援に来ている方々、そして大会を支えてくださった皆さま、すべての人が主役となりそれぞれが光り輝いた素敵な大会であったと思います。

末筆ではございますが、監督、コーチ等の選手団役員の皆さま、本大会への選手団派遣にご理解、ご協力いただきました皆さま、そして大会開催に尽力してくださいました滋賀県の大会関係者の皆さんに深くお礼申し上げます。

東京都障害者スポーツ協会  
スポーツ振興部長 藤田



# 東京都選手団 結団式

10月5日 (日)

東京都庁で結団式が行われ、全国大会に臨む選手団が一堂に会しました。

式では延喜団長から、旗手の叶賀大陸選手（陸上競技）へ団旗が託され、子安みお選手（バスケットボール）が、全力で戦い抜く決意を高らかに宣言しました。



## 本大会

10月25日 (土) ~ 27日 (月)

全国の強豪が集う舞台で、東京都選手団が輝きました！

個人競技では174個のメダルを獲得、団体競技では5つの競技で堂々の優勝。

選手たちは大舞台のプレッシャーを力に変え、持てる力を余すことなく発揮し、全力で戦い抜きました。



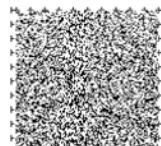
## 大会結果

### 個人競技

競技名	成績		
	金	銀	銅
陸上競技	54	15	25
水泳	22	10	4
アーチェリー	2	1	0
卓球 (STTを含む)	9	9	4
フライングディスク	6	4	5
ボウリング	1	0	2
ボッチャ	1	0	0
合計	95	39	40

### 団体競技

競技名	成績
バスケットボール (知的・男子)	優勝
バスケットボール (知的・女子)	優勝
車いすバスケットボール	優勝
グランドソフトボール	3位
バレーボール (身体・男子)	1回戦敗退
バレーボール (知的・男子)	優勝
バレーボール (知的・女子)	1回戦敗退
フットソフトボール	優勝



令和7年度の事業を4つ紹介します。

ジュニア  
対象教室

## あつまれジュニア☆ダンス広場

対象者 障害児、介護者 定員 なし 実施日 1/11 (日)

時間 13:30～14:30 (身体)、15:00～16:00 (知的)

場所 多目的室

ダンスが好きなジュニア集まれ！いろいろな音楽に合わせて、みんなで楽しく身体を動かしましょう。これからダンスを始めてみたい人も大歓迎！

介護予防  
支援教室

## 理学療法士による介護予防体操

共催：東京都理学療法士協会北区支部

対象者 身体障害者、介護者

定員 20組 (申込制)

実施日 1/29 (木)

時間 14:00～15:00

場所 体育館



日頃のトレーニングに取り入れ、身体のレベルアップを目指しましょう。各回で動作改善の評価を行います。

大会

## 第36回 はばたきバドミントン大会

協力：北区バドミントン協会、王子かぼちゃクラブ

対象者 障害児者、健常者※ダブルスのみ

定員 なし (申込制) 実施日 1/18 (日)

時間 9:00～17:00 予定

場所 体育館

ダブルスの部とラリー競争の部があるので、初めて大会に出場する方も安心して参加できます！ベストを尽くし、楽しみながら試合などを経験しましょう！

地域交流  
教室

## みんなで交流☆卓球

共催：レインボー、スペシャルオリンピックス十条卓球

対象者 どなたでも

定員 なし

実施日 1/25 (日)

時間 13:30～15:30

場所 体育館



卓球を通じて、障害のある人・ない人、経験のある人・ない人もみんなで一緒に楽しく交流しましょう！

こんなことも！

障害者SC センターでできる！



## 運動・スポーツ



## ～身近な場所でスポーツ教室！編～

東京都障害者スポーツセンター(SC)では、障害がある方の運動・スポーツの「はじめの一歩」を応援しています！  
テーマごとに、SCでできるスポーツをご提案します！

SCでは、自宅や福祉施設から参加できるオンライン教室を実施しています。寒い冬でも運動は大切！身近な場所で楽しく体を動かしてみませんか？



## 盆パラビクス



盆踊りとパラパラをMIXしたリズム体操で、楽しく身体を動かしましょう！

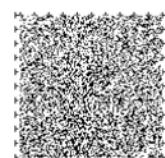


来館参加も  
できます！



呼吸を意識しながら体を動かし、体と心を整えましょう。

## ヨガの時間



東京都障害者総合スポーツセンターの事業と申込方法は  
こちらからご確認いただけます。

令和7年度の事業を4つ紹介します。

中・上級  
教室

## ワンランクアップトランポリン

対象者 障害児者、介護者 定員 なし  
 実施日 12/15、1/19、2/16 (全て月曜日)  
 時間 18:00～19:30  
 場所 体育館

ワンランクアップしたトランポリ  
ンスキルを身につけます。上手に  
跳べるように練習しましょう。

スポーツ  
導入教室

## ヨガの時間

対象者 障害児者、介護者 定員 なし  
 実施日 12/25 (木)、1/22 (木) ほか  
 時間 13:00～14:00  
 場所 体育館

呼吸を整え、からだの動きを感じながら、心身共にリラックスしましょう。  
 ※オンラインでの参加も可能です。(申込制)



大会

## 第21回 ボッチャ大会

対象者 障害児者  
 実施日 2/8 (日) 時間 9:00～17:00 予定  
 場所 体育館  
 初めて大会に出場する方も安心してご参加いただけます! 日頃の練習の成果を発表する場にしましょう! 本大会は申込制です。  
 詳細はHPの実施要項をご確認ください。

地域交流  
教室

## みんなで交流☆ユニカール

協力: 東村山市ユニカール協会

対象者 どなたでも 定員 なし  
 実施日 12/9、1/20、3/3 (全て火曜日)  
 時間 13:00～15:00 場所 体育館  
 陸のカーリングと呼ばれるユニカール。緻密な作戦と、それを実行するコントロール。あなたもぜひ、体験してみませんか?



私たちと一緒にスポーツを  
楽しみませんか?

リズム & レクリエーション

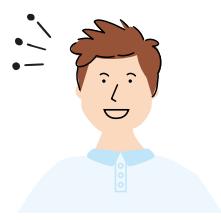


音楽に合わせて体を動かしたり、ゲームを楽しみましょう! 福祉施設が対象です。

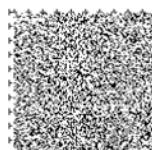
## 参加された福祉施設のコメント

立川療護園 はごろもの音 ご担当者様

移動時間なく参加でき、利用者様・職員みんなでダンスしたり体操したりと体を動かす機会も増え、皆さま楽しみに参加されています。施設にいながら地域とのつながりを持つことができる、良い機会となっています。



東京都多摩障害者スポーツセンターの事業と申込方法は  
こちらからご確認いただけます。



# トレーニング室にあるマシンの注目ポイント!!

## ●背中を鍛えるマシン(ラットプルダウン)

座面の高さだけではなく、バーの高さも調整できるので、車いすに乗ったままでも体格に合わせたトレーニングが可能です。



高さ 9 に設定



9段階でバーの高さ調節が可能です!!



高さ 5 に設定

## ●上半身のマシン(チェストプレス等)

座面を動かすことができるので、車いすに乗ったままでもトレーニングが可能です。



写真のように座面が動きます



車いすに乗ったままトレーニング!!



## 事業のお知らせ (R7.12月～R8.2月)

2月までに開催する教室をご紹介します。

※教室は全て事前申し込みが必要です。詳細はHPにてご確認ください。

対象 障害のある方と  
その家族と付添者 ※参加費無料

### ボッチャ教室

1/24 土 14:00～16:00  
※締切: 1/3



### 卓球教室

2/4 水 18:00～20:00  
※締切: 1/14



対象 小学生以上 ※参加費無料

### 車いすバスケットボール体験会

1/24 土 18:00～19:30 ※締切: 1/3

### パラ・パワーリフティング体験会

2/8 日 14:00～15:30 ※締切: 1/18

### ゴールボール体験会

2/15 日 14:30～16:00 ※締切: 1/25

### ブラインドフットボール体験会

2/22 日 10:30～12:00 ※締切: 2/1

対象 親子

### 親子でサッカー教室

(参加費:2,000円)

12/21 木・R8.2/14 土  
※締切: 1/24  
12月回はHPを確認

両日① 9:30～10:45 ② 11:15～12:30  
※年中もしくは年長 ※小学1年生～小学3年生

### 親子卓球教室

(参加費:1,500円)

12/27 土 10:00～12:00 ※締切: 12/6

### 親子でバドミントン

(参加費:1,500円)

1/11 日 14:00～16:00 ※締切: 12/21

## Pick up!! ゴールボール体験会

2/15 日 14:30～16:00 【協力】一般社団法人 日本ゴールボール協会



ゴールボールを体験したことのない方、大歓迎!!

日本ゴールボール協会協力のもと競技の基礎から体験をしていき、最後はゲームも!!

### 定員

30名程度(申込制)

### 対象

小学生以上

### 締切

1/25 日

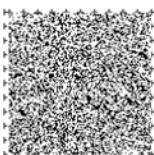


事業の詳細については、ホームページをご確認ください。

 東京都パラスポーツトレーニングセンター

【所在地】〒182-0032 東京都調布市西町376-3 (京王線飛田給駅より徒歩約15分) ※無料送迎バスあり

【TEL】042-443-2850 【FAX】042-443-2851 (お問い合わせ時間/9時から19時まで※休館日を除く)



HPは  
こちら



X (旧Twitter)  
はこちら



# 地域スポーツ振興課の取組紹介

## 障害者のスポーツ施設利用促進事業 ~誰もが楽しめるスポーツ施設を目指して~

### ■ 障害者のスポーツ施設利用促進マニュアル

障害のある人のスポーツ施設利用に際して、施設スタッフができる工夫や配慮を写真等を用いて紹介したマニュアルです。大規模な工事等を必要としないソフト面からの工夫や、障害のある人への配慮など、区市町村立スポーツ施設に加えて民間のスポーツ施設などでも比較的取り入れやすい事例を紹介しています。

- 全ページダウンロードOK!  
(各章ごとのダウンロードも可能)
- 2~3分程度の解説動画あり (21本掲載)

紹介ページはこちら



### ■ 第2回障害者のスポーツ施設利用促進研修会

地域におけるスポーツ実施の拠点となりうるスポーツ施設運営の実務者を対象に、各施設での日常的な障害者の受入につなげ、障害者のスポーツ施設利用促進への取組みのきっかけとなるよう研修会を開催いたします。

日 程 令和7年12月22日(月)13時00分から16時15分まで ※受付は12時45分開始

会 場 新宿区立新宿スポーツセンター(東京都新宿区大久保3-5-1)

詳しくはコチラ!

内 容 ①座学:マニュアルの活用方法を知ろう!

②事例紹介・見学:アドバイザー活用施設の事例紹介と現状の様子を見てみよう!

③実技:既存の事業に障害のある人も参加しやすいポイントを学ぶ!

④グループディスカッション:参加者同士で課題の共有

申込締切 12月4日(木)



### ■ 障害者のスポーツ施設利用促進アドバイザー

地域における障害者のスポーツ施設の利用を促進するため、都内区市町村立スポーツ施設を対象に、課題の抽出から改善まで以下のメニューを提供し支援を行っています。

※メニューは施設のニーズに応じて決定します。

①施設職員研修



【文京スポーツセンター】

②障害当事者による施設検証



【中央区立総合スポーツセンター】

③事業環境支援



【中野区立総合体育館】

④日常利用促進サポート



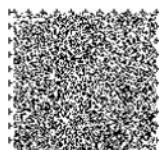
【住友金属鉱山アリーナ青梅】

誰もが楽しく安全に

問合せ

スポーツ振興部 地域スポーツ振興課 スポーツ施設利用促進担当

TEL 03-6265-6001 メール chiiki-sokushin@tsad.or.jp



今回のTOKYOアスリート紹介は、パリ2024パラリンピック競技大会に出場し、車いすテニス男子ダブルスで銀メダルを獲得した三木拓也選手が登場。30代後半を迎えるも第一線で活躍し続ける三木選手が、車いすテニスを始めたきっかけや、今後の活動に向けた思いなどを語ってくれました。



## TOKYOアスリート紹介

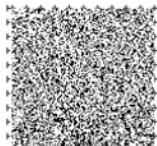
### 車いすテニスを始めたきっかけ

私が車いすテニスを始めたのは19歳の頃で、この競技の第一人者・国枝慎吾選手の試合の動画を見たのがきっかけでした。私はその2年前、高校3年生の冬に骨肉腫が見つかり、人工関節を入れたことで左脚が思うように動かせなくなっていました。体育大学への進学を諦めざるを得なくなり、医師からも「スポーツは諦めてくれ」と言わされたことで気持ちが沈んでいたのですが、その動画を見たことで「スポーツを諦めなくていい!」と一気に希望の火が灯りました。その後、2004年のアテネパラリンピックに出場経験のある方が所属している兵庫県神戸市のクラブに出向き、初めて車いすテニスを体験しました。そのときは車いすの操作が上手くできなかったのですが、「ボールを追いかけて打つ」という動きを再び体験できたことに感動したのを覚えています。その後、国枝選手の試合を実際に観戦したことでパラリンピックを目指す決意をしました。

### 車いすテニスの魅力と、自分自身に訪れた変化

車いすテニスと出会ったことで心境に大きな変化がありました。出会う前は「競技ができないなら、歩けるようになっても意味がない」とどこか投げやりで、リハビリに対しても消極的でした。しかし、車いすテニスに出会い、リハビリにも一生懸命取り組むようになりました。そうやって身体が動かせるようになり、車いすの操作も上達し、アスリートとして世界の表舞台に立てるようになりました。

私は、車いすテニスの一番の魅力は、健常者と同じコートでプレーできる点だと感じています。同じコートを使えるので、健常者と障害者の大会が同時期に開催されることも年々増え、相互理解が進みやすい環境にあると思います。また、健常者とペアを組んで試合をするイベントもあります。個人的には、高校時代の部活動の仲間と再び一緒にプレーできたことが何よりもうれしかったです。



**三木 拓也** みき たくや

1989年4月30日生まれ  
出身地 島根県 所属先 トヨタ自動車



## 練習とリフレッシュ法について

平日は3時間ほど車いすテニスの練習を行い、それ以外の時間は筋トレや体幹トレーニング、車いすの操作を上達させるトレーニングに1.5時間くらい費やしています。土日は基本的にお休みですが、コーディネーショントレーニングやストレッチといった簡単な運動で身体を整えています。また、35歳を過ぎたあたりから回復力が急激に落ちてきたので、今まで以上に睡眠などのリカバリーに気を遣うようになります。



た。このように、ほぼ車いすテニス中心の生活を送っていますが、遠征先やオフの際に趣味のカメラで自然風景を撮るなどして、気持ちをリフレッシュしています。

## パリパラリンピックで感じたことと今後の活動について

年齢的にもこれが最後かもしれないと臨んだ4度目のパラリンピックとなる2024年のパリ大会では、満員のスタジアムで試合ができ、男子ダブルスで銀メダルを獲得できました。でも、嬉しさと同じくらい悔しさが強く、それが現役続行のモチベーションになりました。ただ、年齢的に今まで以上に良いコンディションを維持できる保証はないので、一つひとつの試合を大切にして、戦える状態でロサンゼルス2028を迎えるたらと考えています。2026年には愛知・名古屋2026アジアパラ競技大会も開催されます。国内での開催で多くの日本の方に見てもらえると思います。まずはそこで良い結果を残したいですし、ぜひ皆さんには生で見てほしいです。一度パラスポーツの世界に触れてもらえば必ず魅力は伝わると思いますので、この機会に体験したり観戦したりして、肌で感じてもらえると嬉しいです。

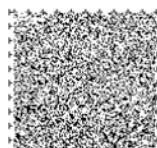
### もっと知りたい

#### 車いすテニスとは

車いすに乗ってプレーするテニスで、2バウンドでの返球が認められている以外、ルールは一般的なテニスと同じ。また、コートの仕様、ラケットやボールなどの用具も一般的なテニスと同じものが使われている。主な世界的な大会としてはパラリンピックのほか、全豪オープン、全仏オープン、ウィンブルドン選手権、全米オープンの四大大会(グランドスラム)などがある。



今回のインタビューに掲載しきれなかった内容は  
TOKYOパラスポーツ・ナビ「パラスポーツインタビュー」に掲載しています。  
そちらもぜひご覧ください。





## 「チャレスポ! TOKYO」を 東洋大学 赤羽台キャンパスで 開催します

東京都と共に、パラスポーツの魅力をより多くの方々に知っていただくため、障害のある人もない人もみんなが楽しめる参加体験型スポーツイベント「チャレスポ! TOKYO」を開催します。

パラアスリートゲストも出演し、パラリンピックやデフリンピックの競技、誰でも楽しめるレクリエーションスポーツなど13のスポーツが体験できます。そのほか、ゲストアスリートによる競技体験やステージイベントなど、たくさんのプログラムをご用意しています。入場は無料、どなたでも参加いただけます。

詳細は公式WEBサイトをご覧ください。皆さまのご参加をお待ちしております！

**日 時** 令和8年1月18日(日) 10:00~17:00

**場 所** 東洋大学赤羽台キャンパス HELSPO (北区赤羽台一丁目7番11号)

- ・JR「赤羽」駅 西口出口から徒歩8分
- ・東京メトロ南北線「赤羽岩淵」駅、埼玉高速鉄道「赤羽岩淵」駅 2番出口から徒歩12分

[公式WEBサイトはこちら](#)



### 協会SNS紹介



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



東京都多摩障害者  
スポーツセンター



東京都パラスポーツ  
トレーニングセンター



協会公式  
YouTubeチャンネル



SC公式  
YouTubeチャンネル



協会公式Instagram  
アカウント名  
@toshokyo



イベントの写真や  
詳細は[こちら](#)から

## 「連合中南ブロック地協 2025ふれあいイベント」

主催：日本労働組合総連合会東京都連合会 中央南部ブロック地域協議会様

8月2日（土）、団体会員である日本労働組合総連合会東京都連合会の中央南部ブロック地域協議会様が主催する「2025ふれあいイベント」ボッチャ大会の運営にご協力させていただきました。

当日は、子どもから大人まで、96名の方にご参加いただきました。会場は会議室、コートは養生テープを使った手作りです。

今回は、一部の試合に、「競技用車いすに乗って投げる」「片方の目にだけ穴のあいたアイマスクを着用し、視野を狭めた状態で投げる」という、障害の疑似体験を目的とした特別ルールを交えて実施しました。特別ルールについては、「思ったより難しい」「全然見えなくてどこに投げてよいか分からない」といった声もありましたが、どのチームも、メンバー同士が声をかけ合い、協力しながら試合に臨んでいました。

皆さま、楽しんでボッチャに取り組んでいた様子で、「体育館だけでなく会議室でも実施できそう」「自分の会社でもボッチャをやってみたい」というご感想をいただきました。

今回のボッチャ大会を通じて、障害者スポーツを身近に感じていただき、障害に対する理解を深めるきっかけにしていただけたら幸いです。



障害者スポーツを取り入れた職員研修を実施したい。

企業として障害者スポーツでできることを探したい。



企業担当者の方はぜひお問い合わせください！

イベントの企画相談、講師派遣、用具の貸出、情報提供など様々なニーズにお応えします！

○パラスポーツコンシェルジュ事業

専用電話：03-6265-6123

受付時間：平日 10:00～17:00 (12:00～13:00 を除く)

メー ル：portal@tsad.or.jp FAX：03-5206-5587

## 会員様のご紹介（敬称略・順不同）

ご支援いただきありがとうございます。

## ■団体正会員様（1口50万円）

（社福）東京都手をつなぐ育成会、（一社）東京都馬主会、東京都パラスポーツ指導者協議会、三菱商事（株）、日本電気（株）、（株）オーエンス、東京地下鉄（株）、（株）ゼンコー、ハウスコム東東京（株）、ハウスコム西東京（株）、日本自動車ターミナル（株）、東京都競馬（株）、（株）日進産業、（株）サイオー

## ■団体賛助会員様（1口5万円）

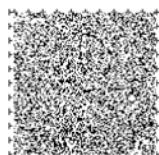
（一財）東京都弘済会、（株）CAC Holdings、PwC Japanグループ、（株）大塚商会、学校法人藤村学園東京女子体育大学、東京女子体育短期大学、トヨタモビリティサービス（株）、（株）ブリヂストン、広友物産（株）、（株）環境管理センター、帝京平成大学、日本労働組合総連合会東京都連合会、（株）オープンハウスグループ、（株）テー・オー・ダブリュー、（公財）日本チャリティ協会、（社福）はばたき、東京障がい者バドミントン連盟、東京福祉大学・大学院、（公社）東京聴覚障害者総合支援機構東京都聴覚障害者連盟、（公社）東京都盲人福祉協会、東京都知的障害特別支援学校 PTA連合会、（一社）東京都肢体不自由児者父母の会連合会、（株）東京エイドセンター、（株）東伸企画、（有）東京福祉企画、（株）グロリアソアーズ、名鉄観光サービス（株）、京王自動車バスサービス（株）、ミズノ（株）、グッド・リッチ（株）、東京都知的障がい者サッカー連盟、葉月システム（株）、東京メトロポリタンテレビジョン（株）、乃木坂ナイト、ぜんち共済（株）、東京都生活協同組合連合会、あおば損害調査（株）、（一社）東京労働者福祉協議会、東京都スポーツウエルネス吹矢協会、堀江車輪電装（株）、日本カルミック（株）、（公財）東京都人権啓発センター、ライフネット生命保険（株）、（株）BRAIN、セノー（株）、（公財）東京都スポーツ文化事業団、（株）ユニークサルトレーニングセンター、（一社）キッズ＆ファミリーピック実行委員会、ベーカー＆マッケンジー法律事務所、ヨーロッパ・アシスタンス・ジャパン（株）、ブルークリーン（株）

## ■個人正会員様（1口1万円） 219名

## ■個人賛助会員様（1口3千円） 355名

※会員数は令和7年10月1日時点のものです

東京の障害者スポーツをともに盛り上げ、支えてくださる会員を募集しております。  
詳細はホームページをご確認いただきか、当協会へお問い合わせください。  
皆様からのご支援をお待ちしております。



## 2026東京CUP卓球大会 参加者募集！

障害の有無を問わず、卓球愛好家が大会を通じて選手相互の交流と親睦を図り、障害の理解や障害者の社会参加の促進を目的に「2026東京CUP卓球大会」を開催します。

この大会の大きな特色は、障害のある方もない方も、競技力に合わせた区分で一緒に競い合えることです。この機会に、皆さんの実力を試し、卓球競技の楽しさを感じましょう！

皆さまのご参加を、心よりお待ちしております！！

**【日 時】**令和8年1月31日(土) 団体戦  
令和8年2月1日(日) 個人戦

**【場 所】**東京都障害者総合スポーツセンター  
体育館・多目的室

**【参 加 料】**団体戦…1チーム 2,000円  
個人戦…1人 1,000円

※参加料は**令和7年12月8日(月)**までに振り込むこと。

**【申込方法】**申込書に必要事項を記入し、郵送で下記宛に申し込みください。また、HPからLoGo フォームで申し込むことも可能です。

**【申込期日】**令和7年12月8日(月)必着

**【申込先】**〒162-0823  
新宿区神楽河岸1-1 セントラルプラザ12階  
公益社団法人東京都障害者スポーツ協会  
「東京CUP卓球大会」担当宛

TEL 03-6265-6001

E-mail j-suishin@tsad.or.jp

※詳細は当協会HPをご確認ください。



HPははこちら！



お問合せ

公益社団法人 東京都障害者スポーツ協会

〒162-0823 東京都新宿区神楽河岸1-1  
セントラルプラザ12階(東京都飯田橋庁舎)  
TEL 03-5206-5586 FAX 03-5206-5587  
X(Twitter) @tosyokyo

## 今後の大会・イベント情報

(他団体主催大会を含む)

※□の大会は他団体主催大会、□は第26回東京都障害者スポーツ大会です。大会・イベント等の詳細は各主催・大会ホームページでご確認ください。

令和7年12月	大会	会場
7(日)	障害者週間記念事業	東京都多摩障害者スポーツセンター
11(木)	第26回東京都障害者スポーツ大会 スポーツの集い(第59回)(知的部門)	駒沢オリンピック公園総合運動場 屋内球技場
14(日)	第26回東京都障害者スポーツ大会 オープン競技(馬術競技)	世田谷公園さくら広場
21(日)	第5回はばたきジュニアスポーツ交流会	東京都障害者総合スポーツセンター
令和8年1月	大会	会場
18(日)	第36回はばたきバドミントン大会	東京都障害者総合スポーツセンター
31(土)-2/1(日)	2026東京CUP卓球大会	東京都障害者総合スポーツセンター
2月	大会	会場
7(土)	第26回東京都障害者スポーツ大会 バレーボール(精神部門)	東京体育館サブアリーナ
8(日)	第21回ボッチャ大会	東京都多摩障害者スポーツセンター
14(土)	第26回東京都障害者スポーツ大会 バレーボール(身体部門)	東京体育館サブアリーナ
3月	大会	会場
1(日)	東京マラソン2026	都庁→東京駅
15(日)	TAMAスポーツ祭	東京都多摩障害者スポーツセンター



### 編集スタッフのひとこと

編集スタッフは2年目ですが、今年の春から多摩SCに配属となりましたので、まだ来館したことのない方の目線に立って、新鮮な気持ちでSCの魅力をお伝えできればと思っています。広報誌で情報を発信しながら、SCについて新たな発見もできて嬉しく思います！

多摩SCではほぼ毎日、新規の利用登録があって驚きます。本当にたくさんの方にご利用いただいています！スポーツを始めることに迷っている方も、気軽に来館してみてください☆地域住民の方も参加できるスポーツ教室もありますので、この機会に障害者スポーツの世界に触れてみませんか？多摩SCでお待ちしております！

(多摩SC サービス推進課)



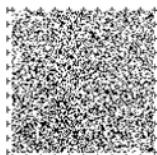
公益社団法人 東京都障害者スポーツ協会

〒162-0823 東京都新宿区神楽河岸1-1  
セントラルプラザ12階(東京都飯田橋庁舎)  
TEL 03-5206-5586 FAX 03-5206-5587  
X(Twitter) @tosyokyo



東京都パラスポーツトレーニングセンター

〒182-0032 東京都調布市西町376-3  
TEL 042-443-2850 FAX 042-443-2851  
X(Twitter) @TPTC0321



東京都障害者総合スポーツセンター

〒114-0033 東京都北区十条台1-2-2  
TEL 03-3907-5631 FAX 03-3907-5613  
X(Twitter) @tsadsogo



東京都多摩障害者スポーツセンター

〒186-0003 東京都国立市富士見台2-1-1  
TEL 042-573-3811 FAX 042-574-8579  
X(Twitter) @tsadtama

