



東京の障害者スポーツ

～エンジョイスポーツライフ～

[編集・発行] 公益社団法人東京都障害者スポーツ協会

2017年
(平成29年)
9月15日

75号

第17回全国障害者スポーツ大会 愛顔つなぐえひめ大会東京都選手団決定!



愛顔つなぐえひめ大会マスコット
障スポみきゃん

第17回全国障害者スポーツ大会派遣選手決定!

平成29年10月28日(土)から愛媛県内各地で第17回全国障害者スポーツ大会(愛顔つなぐえひめ大会)が開催されます。

東京都選手団は*335名(個人競技130名、団体競技112名、役員93名)で参加します。ご声援、ご協力よろしくお願いたします!

*選手団人数は平成29年8月24日現在の数字です。

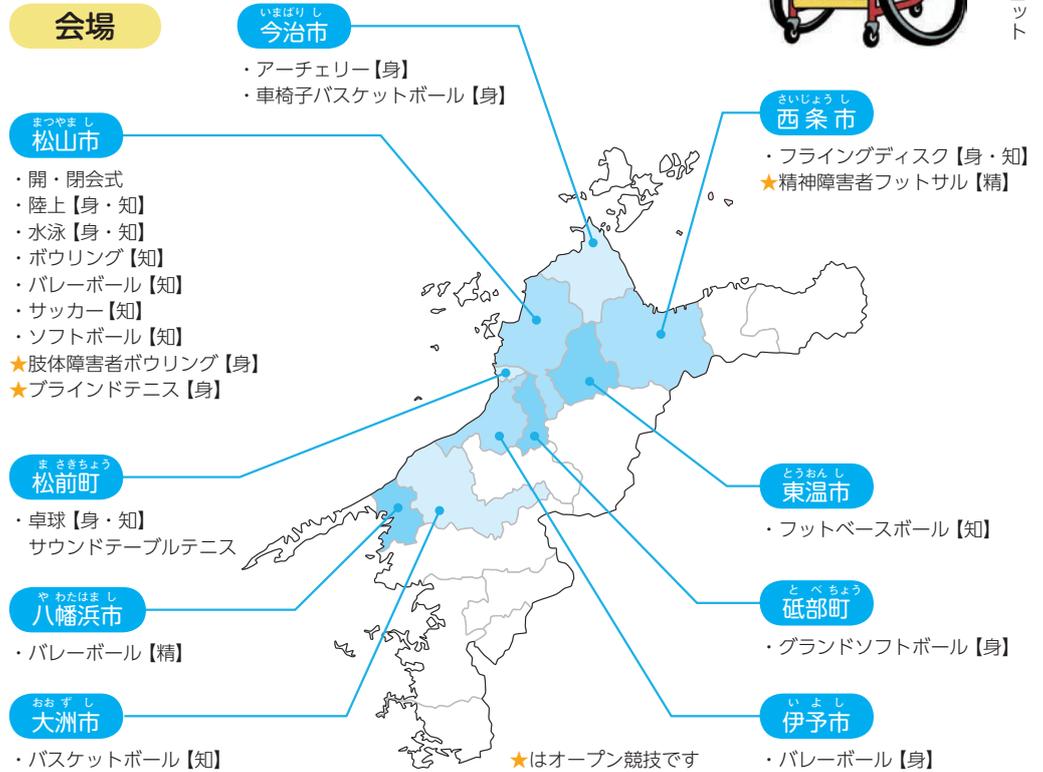


愛顔つなぐえひめ大会マスコット
障入ボみきやん

●東京都選手団出場競技

個人競技	
陸上(身)	37名
陸上(知)	26名
水泳(身)	8名
水泳(知)	10名
アーチェリー	4名
卓球(身)	12名
卓球(知)	7名
フライングディスク(身)	4名
フライングディスク(知)	13名
ボウリング	9名

団体競技	
バスケットボール(知・男)	12名
車椅子バスケットボール	12名
バレーボール(身・男)	9名
バレーボール(身・女)	9名
バレーボール(知・男)	12名
バレーボール(知・女)	12名
サッカー	16名
フットベースボール	15名
グランドソフトボール	15名



大会スローガン 「君は風 いしづちを駆け 瀬戸に舞え」

大会期間 平成29年10月28日(土)～10月30日(月) (開・閉会式) 愛媛県総合運動公園陸上競技場

「チャレスポ!TOKYO」を開催します!



障害のある方もない方も、どなたでも気軽にスポーツが体験できるイベント「チャレスポ!TOKYO」を今年も開催いたします。

ウィルチェアーラグビー、ボッチャ、パラパワーリフティングなどのパラリンピック競技の体験のほか、デフサッカー(聴覚障がい者のサッカー)体験、障害のあるモデルやアスリートによるトークショーなどプログラムが満載です。また、体験コーナーではゲストと一緒に障害者スポーツを楽しめるコーナーをたくさん設けました。ご家族でお楽しみいただけます。

皆様のご来場をお待ちしております。

日時	平成29年9月18日(月・祝) 10:00～17:00
会場	東京国際フォーラム ロビーギャラリー・ホールE
内容	◇パラリンピック競技を含む障害者スポーツの体験・展示 ◇体力測定やニュースポーツを体験できるスポーツ発掘ゾーン など
ゲスト	山本篤(パラ陸上競技)、吉田沙保里(レスリング)、ふなっしー、テツandトモ ほか
参加費	無料
主催	東京都、公益社団法人東京都障害者スポーツ協会
HP	http://tsad-portal.com/challespo2017/



昨年度の様子

第23回夏季デフリンピック競技大会サムスン2017

7月18日(火)から7月30日(日)まで、トルコ共和国・サムスンにて第23回夏季デフリンピック競技大会が開催されました。行われた21競技のうち、日本からは陸上、バドミントン、テニス、卓球、水泳、自転車、空手、ビーチバレーボール、サッカー男子、バレーボール男女の11競技に出場し、日本選手団として選手108名、スタッフ69名、計177名が派遣され、金6個、銀9個、銅12個の過去最多となる計27個のメダルを獲得しました。



閉会式の様子

●デフリンピックとは?

「デフリンピック (Deaflympics)」とは、聴覚に障害のあるろう者の国際競技大会です。4年毎に開催され、夏季大会と冬季大会は交互に2年おきに行われます。



バレーボールの試合風景

●参加資格

補聴器をはずした裸耳状態での聴力損失が55デシベルを超えている者で、各国のろう者スポーツ協会に登録している者とされています。また、身体の安全を確保する観点から、競技中に補聴器を使用することは禁止されています。

●ろう者のコミュニケーション 国際手話

デフリンピックに参加する世界中のろう者は主に国際手話を使ってコミュニケーションを図ります。各国の手話はそれぞれ歴史があって違うので、国際交流の中で世界中に通じる手話が作られました。

当協会理事：栗野達人総監督(全日本ろうあ連盟スポーツ委員会国際事業部長)による現地レポート!

栗野総監督



今大会で日本は過去最多のメダルを獲得することができました。特にバレーボール女子は16年ぶりに金メダルを勝ち取り、日本選手団全員で大喜びでした。また、東京都在住の選手が総メダル数27個のうち18個を獲得しました。

デフリンピックが開催されたトルコ・サムスンでは、選手村、空港、ホテル、競技会場等全てでセキュリティ対策がされており、選手一同が安心して競技に集中することができました。トルコは親日派と言われる通り、現地ボランティアも日本選手団によく尽くしていただき、非常に助かりました。ある競技では、観戦していたトルコ人の観客が日本国旗を

振って日本選手を応援して下さいました。

日本と違った環境の中で日本選手団が力を発揮し過去最高の実績を出せたことは素晴らしいことで、ぜひ皆さまにも選手の活躍をご覧いただきたいと思います。日本選手団の競技成績等、詳細は一般財団法人全日本ろうあ連盟スポーツ委員会のHP、Facebookをご確認ください。

●一般財団法人全日本ろうあ連盟スポーツ委員会 <http://www.jfd.or.jp/sc/>



観客席から応援する選手



閉会式の様子

今期の目玉を紹介します。

アウトドア教室

●ノルディックハイキング教室

屋内外で楽しめるノルディックウォーキング。今回は場所を変えて普段よりも長い距離を歩きます。大空の下でウォーキングを楽しみましょう！



日時	11月7日(火) 13時15分～15時45分(雨天中止)
場所	北区飛鳥山公園
対象	障害児者
申込期間	9月26日(火)～10月17日(火)
定員	20名

担当からのコメント

ノルディックウォーキングってなに？

ノルディックウォーキングは、ポールを使って補助しながら行うウォーキングです。全身の筋肉をたくさん刺激するので、普通のウォーキングよりも多くのエネルギーを消費します。そのため、体力作りにはとても効果的です！また、上半身をしっかりと使うので、リハビリとしても活用されています！

みなさんも教室に参加して、一緒に楽しく体を動かしましょう！

大会

●第28回はばたきバドミントン大会

初心者・初級者向けの大会です。今年度は首都大学東京荒川キャンパス体育館にて実施します。目指せ！優勝!!



日程	11月12日(日)
場所	首都大学東京荒川キャンパス 体育館
対象	障害児者
申込期間	9月12日(火)～10月12日(木)

●第16回はばたきターゲットバードゴルフ大会

競技レベルごとにクラス分けをしているので、初心者でも安心してご参加いただけます。日頃の練習の成果を発揮しませんか？



日時	11月18日(土)
場所	北区中央公園 野球場
対象	障害児者
申込期間	9月18日(月)～10月17日(火)

スポーツセンター利用案内

利用時間 午前9時～午後9時まで。スポーツ施設は、午前9時～午後8時30分まで。屋外施設は、4～8月は午後6時30分まで、9～3月は午後5時まで。正午～午後1時までスポーツ施設は、休憩時間となります。宿泊室は、チェックイン午後3時から、チェックアウト翌日午前10時となっています。 **休館日** 毎週水曜日・祝日の翌日・年末年始

利用対象 ・障害者手帳所持者 ・前記の介護者 **使用料** 無料(ただし宿泊室は有料) **利用方法** 個人で初めて利用される方は、障害者手帳をご持参ください。利用証を発行します。次回からは、利用当日に利用証をご持参ください。団体での利用及び宿泊施設利用は、予約制となっています。また、施設の予約は3ヶ月前より受付をしています。

※東京都障害者総合スポーツセンターの宿泊施設は改修工事期間中はご利用になれません。

今期の目玉を紹介します。

アウトドア教室

●ハイキング教室

屋外でのスポーツを楽しみながら、自然にふれる気持ちよさを感じてみましょう！

日 時	10月7日(土)
場 所	国立市周辺
対 象	障害児者・介護者
申込期間	9月1日(金)から9月15日(金)まで



担当からのコメント

10月7日(土)はハイキング教室！

多摩障害者スポーツセンター周辺や国立市内を散策しながら、参加する皆さんが互いに協力しさまざまな体験を通して親睦を深める楽しい教室です。並木道や河川敷を歩きながら生き物を見つけたり、公園でお弁当を食べたりと、お楽しみが盛りだくさんです。

皆さんで身近な自然を感じ、新しい発見をしましょう！

大会前教室

●大会前卓球

第31回卓球大会参加の方を対象とした強化練習会です。ルールの確認や、技術向上を目指しましょう。

日 時	10月14日(土)、22日(日)、29日(日) 18:30~20:30
場 所	体育館
対 象	卓球大会参加者

入門教室

●初心者水泳教室

水慣れから泳法の練習までを行います。



日 程	11月16日、12月21日、1月11日 2月22日の木曜日 12:00~13:00
場 所	プール
対 象	障害児者

地域交流教室

●グラウンド・ゴルフのひろば

青空の下、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！



日 時	10月2日、10月16日、10月30日、11月13日、 11月27日の月曜日 13:00~15:00
場 所	谷保第三公園
対 象	障害児者・介護者・地域住民

※各教室の詳細につきましては、各センターにお問い合わせ下さい。※申込期間の記載がない事業は、事前申込は不要です。

スポーツセンター 利用カレンダー

2017年10月

~12月

● …… 休館日

10月	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21
	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31				

11月	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17	18
	19	20	21	22	23	24	25
	26	27	28	29	30		

12月	日	月	火	水	木	金	土
							1 2
							3 4 5 6 7 8 9
							10 11 12 13 14 15 16
							17 18 19 20 21 22 23
							24 25 26 27 28 29 30

地域での活動

ランニングクリニック&スローイングタイムを実施しました!



板橋区立新河岸陸上競技場

7月9日(日)晴天の中、板橋区立新河岸陸上競技場にて東京都障害者総合スポーツセンターの教室であるランニングクリニック(共催:板橋区)、スローイングタイムの教室を実施しました。ランニングクリニックは、16名の参加があり、短距離・長距離の種目別に分かれ、講師の方に指導をしていただきました。専門的なアドバイスをもらいながら、姿勢を意識する基礎練習を中心に行いました。

スローイングタイムは7名の参加が

あり、ジャベリックスロー・モストボールスロー・砲丸の3種目を実施しました。ジャベリックスローとはターボジャブという用具を投げ、飛距離を競う競技です。モストボールスローとはグリップのあるゴム製のメディシンボールを投げる競技です。

あり、スローイングタイムは7名の参加が

あきるの放課後クラブに行ってきました!



7月1日(土)、東京都多摩障害者スポーツセンタースタッフが「あきるの放課後クラブ」で、障害のある方を対象にレクリエーションスポーツの指導を行いました。

全員で準備体操を行ったあと、体育館を目いっぱい使って「ならびっこベースボール」「てのひら健康バレー」「卓球バレー」を3グループに分かれてそれぞれ展開しました。

障がい者スポーツ指導員の方のご協力もあり、年齢や種別・程度の異なる皆さんと、その介助の方々も含めて全員で楽しむことができ、とても有意義な時間となりました。

府中けやきの森学園 障害者スポーツ研修会(教職員向け)

夏休みも始まり、東京も梅雨明けした7月26日(水)に教職員対象に障害者スポーツの実技研修会を実施しました。府中けやきの森学園は身体障害部門と知的障害部門の2部門を統合している学園です。研修内容となった、サウンドテーブルテニス(STT)においては、視覚障害者のスポーツ支援方法(音と言葉を活用しての運動支援の仕方)、グランドゴルフでは、スポーツの醍醐味を損なわずにできる、障害状況に応じた工夫の仕方を考えていただく時間となりました。スポーツを自らが楽しみ継続へつなげるという要素を、日々の学校生活で対峙する人々へ浸透していくかを考える充実した時間となりました。



今回はパラ・パワーリフティングについて、その迫力ある見どころや多くの魅力をお伝えします。

パラ・パワーリフティング

試技の様子



下肢に障害のある選手が、ベンチプレス台に仰向けに寝て、バーベルを何キロ押し上げられたかを競う、パラリンピックの中の力持ち競争です。

パラリンピックのクラス分け

出場資格は、下肢に障害がありバーベルをしっかり両手で握れることが条件になります。下肢障害といっても、切断、ポリオ、脳性まひ、脊髄損傷と様々な障害がありますが、パワーリフティングでは、障害による区別はなく、体重だけで参加クラスが決まります。ただし切断の選手だけは、切断範囲に応じて自分の体重に一定の重量が加算されます。

競技の魅力

重い重量を上げた選手が勝ち、と見ていても勝負が分かりやすい競技ですが、バーベルを上げた際の胸のふれや、バーベルの傾き、支える腕の伸び、などが厳しく審査されます。バーベルを上げるたった三秒程に、何年も練習してきた成果を集約しなければなりませんから、集中力や、自分を信じる強い力がないと、バーベルを上げることができません。

バーベルは一人で上げていますが、選手を支えるコーチの力は非常に大きく、選手とコーチの一体感、連携は見ている観客にこの二人が歩いてきた長い道のりを連想させます。



今年7月に開催された2017ジャパンカップ

注目選手 マクドナルド山本恵理選手(女子50kg級)

競技歴は浅くまだ始めて1年の選手です。カナダに住んでいた時に、東京パラリンピックの開催が決まり「パラリンピックのための仕事をしないか」と誘われ来日し、IPCのパラリンピック普及事業の手伝いや、リオパラリンピックではIPCのスタッフの一員として働いていました。昨年銀座で開催された競技普及のイベントで、バーベルを持ってみると、意外にも力持ちであったことが判明して、そこから競技への挑戦が始まりました。まさか自分がパワーリフティングの選手になるなんて、思いもしなかった山本選手でしたが、女子のトップ選手として、またパラリンピックサポートセンターの職員として、選手とスタッフの両面から東京パラリンピックへの参加を目指しています。



マクドナルド山本恵理選手(女子50kg級)は「東京アスリート認定選手」にも選ばれている

H27年の発掘事業の盛り上げ活動にも力を入れている



パラリンピックに向けて

パラリンピックでは、男子10階級、女子10階級、合計20名の金メダリストが誕生します。障害の程度も、生活する国も、個性もそれぞれが違う中、“バーベルを上げる”と言う共通の仕事に、それぞれの選手の生き様やドラマを見ていただきたいです。



今年度も東京都パラリンピック選手発掘事業でパワーリフティングを行う予定です。詳細は事業HPをご確認ください。

<http://www.para-athlete.tokyo/index.html>

今後の主要な大会日程

2017年12月17日 2017全日本選手権大会(東京都世田谷区、日本体育大学記念講堂)

2018年9月8-12日 2018ワールドパラパワーリフティングアジア&オセアニア選手権大会(福岡県北九州市、北九州芸術劇場)

インターネット生中継を予定しています。詳細は、後日協会HPにて告知します。

夏休み親子水泳



東京都多摩障害者スポーツセンターでは、7月24日(月)～28日(金)の4日間、「夏休み親子水泳教室」を実施しました。全員で体操・バタ足・じゃんけ

ん列車などを行った後、泳力別に3つのグループに分かれて、それぞれの目標を達成するために、お友達や親御さん達と目いっぱい泳ぎました！

4日間の締めくくりは、プールサイドで修了式を行いました。所長から手渡された修了証を、嬉しそうに眺めている様子が見受けられました。子供たちからは「楽しかった！」の声、一緒に参加した親御さんからは「子供の頑張り・成長が見られた4日間でした。」とそれぞれ声をいただきました。今回練習して身につけた事を活かして今後も水泳を楽しんでほしいと思います。

個人利用代替施設：首都大学東京荒川キャンパス庭球場



東京都障害者総合スポーツセンターでは改修工事に伴う代替施設として7月22日(土)に首都大学東京荒川キャンパス庭球場にて個人利用を行いました。

晴天の中11名の方が参加されました。サーブ練習や試合形式での練習など、利用者の方同士で楽しくテニスをプレーしていました。当日は30度を越える猛暑日でしたが、皆様気持ちよさそうに汗を流していました。参加された皆様、お疲れ様でした。

平成29年8月1日現在の協会会員情報

個人正会員 293名 団体正会員 9団体

個人賛助会員 862名 団体賛助会員 48団体

※ご入会いただきました皆様、誠にありがとうございます。

第18回東京都障害者スポーツ大会(ボッチャ競技)



7月22日(土)に東京体育館サブアリーナにて、都大会のボッチャ競技を開催しました。競技経験有りの「競技部門」と競技経験無しの「交流部門」に分かれており、競技力の有無に関わらず、総勢136名の選手が参加されました。また、当協会の団体賛助会員である株式会社CAC Holdingsの社員の方々には、ボッチャ審判員として大会運営のご協力をいただきました。

「競技部門」では、緻密な作戦と戦略の中で、熱戦が繰り広げられました。「交流部門」では、練習した成果が随所に発揮される中、ミラクルショットもあり会場内は、幾度となく大きな歓声に包まれました。リオ2016大会での日本代表選手の活躍もあり、東京2020大会に向けて大きな盛り上がり期待されるボッチャ競技。来年も都大会への多くの皆様のご参加を心よりお待ちしております。

ご参加いただいた選手の皆様、ご協力いただいた役員の皆様、ありがとうございました。

編集後記

9月18日(月・祝)に、今年も国際フォーラムにて「チャレスポ!TOKYO」を開催します。アスリートや著名人と一緒に障害者スポーツを体験することができる、またとない機会です。障害者スポーツの新たな魅力が発見できるかもしれませんよ。皆様に楽しい1日を過ごしていただくために、日夜頭をひねっております。皆様のご来場お待ちしております。

また当協会では、障害者スポーツをより多くの方に知っていただくため、インターネットによる大会生中継やTV番組を制作しています。詳しくは協会HPをご覧ください。

(事業推進課 竹下)

公益社団法人 東京都障害者スポーツ協会

〒162-0823 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
(Twitter) @tosyokyo

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
(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
(Twitter) @tsadtama