



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

2018年
(平成30年)
11月20日

81号



福井しあわせ元気大会開催!

車いすバスケット、愛媛大会での雪辱を果たして優勝!!



第18回全国障害者
スポーツ大会特集!

..... P1&2



障害者スポーツ
センター
今期の目玉事業

..... P3&4

連載企画
地域で広がる
障害者スポーツの輪
vol.2

P5



ボッチャ
佐藤駿選手
インタビュー

P6



第18回全国障害者スポーツ大会特集！

福井しあわせ元気大会 2018

第18回 全国障害者スポーツ大会 織りなそう 力と技と美しさ



福井国体承認
30第2-95号

第18回全国障害者スポーツ大会（愛称：福井しあわせ元気大会）が平成30年10月13日（土）から15日（月）まで開催されました（車いすバスケットボールは平成30年10月7日（日）から8日（月・祝）まで）。

本大会は障害者スポーツの全国的な祭典であると同時に、国民の障害者に対する理解を深め、障害者の社会参加を推進することを目的としています。東京都選手団は、選手262名（個人競技130名、団体競技132名）、役員103名の総勢365名で参加しました。

今号では東京都選手団の活躍を受け、大会の結果や参加した選手の声などをお伝えします！

東京都選手団長コメント



白石弥生子 東京都選手団長
（(公社)東京都障害者スポーツ協会会長）

末筆ではございますが、各競技の監督・コーチの皆様、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様、大会関係者の皆様に深くお礼申し上げます。

日頃より当協会の事業に御理解・御協力賜り、誠にありがとうございます。

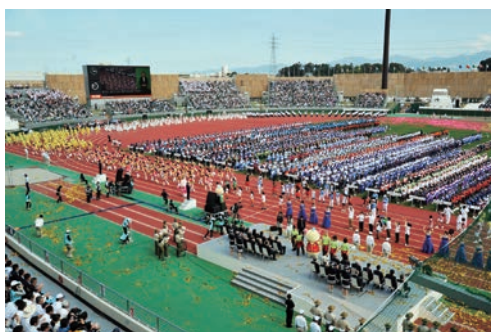
「第18回全国障害者スポーツ大会 福井しあわせ元気大会2018」に東京都選手団長として帯同いたしました。

今大会の東京都選手団は選手・役員合わせて365名の体制で臨み、各競技会場で熱戦を繰り広げました。私も、大会期間中、いくつかの競技会場を巡り、懸命に応援いたしました。選手のひたむきな姿に胸が熱くなりました。選手の皆様、本当にお疲れ様でした。

大会結果

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
ソフトボール	3位
グランドソフトボール	4位
バレーボール（身体・男子）	4位
バレーボール（身体・女子）	3位
バレーボール（知的・男子）	優勝
バレーボール（知的・女子）	優勝
サッカー	優勝
フットベースボール	優勝

個人競技			
競技名	金	銀	銅
陸上競技	49	30	20
水泳	29	5	1
卓球（STT含む）	14	5	1
アーチェリー	3	1	0
フライングディスク	8	6	2
ボウリング	3	0	3
合計	106	47	27



車いすバスケットボール 大会初優勝記念! 東京都チーム監督インタビュー

今大会の車いすバスケットボール競技は、「福井しあわせ元気国体」の期間中に先行して実施されました。そこで優勝し、東京都選手団の勢をつけるきっかけとなった、堀井幹也監督にお話を伺いました。



Q 優勝おめでとうございます。「全国障害者スポーツ大会」としては初めての優勝、今の率直な気持ちをお願いします。

A ありがとうございます。優勝できて嬉しいです。選手が頑張ってくれました。感謝です。

Q 2017年は一回戦敗退でした。雪辱を期するため、1年間どのような点を重視してトレーニングを行いましたか?

A ディフェンスの強化と、オフェンスのインサイドアタック等を意識して取り組みました。

Q 決勝戦は、第3ピリオド終了時に相手にリードを許す展開でした。最終ピリオドに向けて、選手にどのような声を掛けましたか。

A 普段通り自分たちのプレーができれば、間違いなく勝てるという内容のことを言ったと思います。

Q そして最終ピリオドに逆転し、勝利。試合が終わったときのお気持ちは。

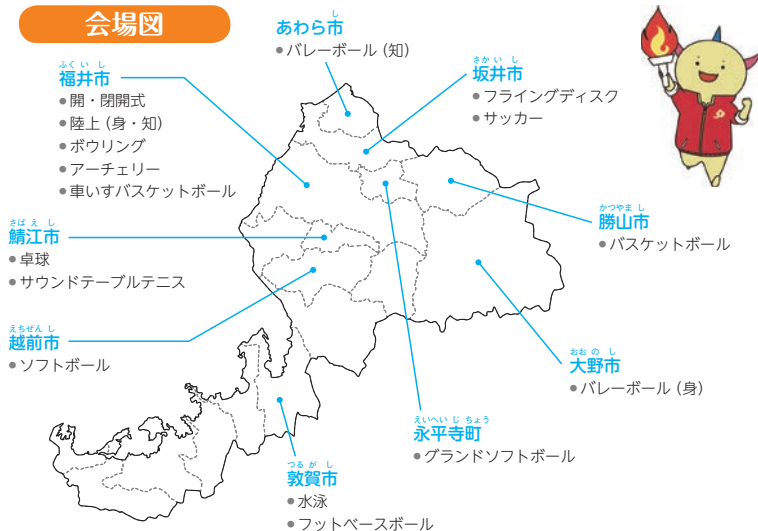
A 周りからも今年は優勝できと言われていましたし、自分もそのつもりではあったので、ほっとしました。

Q 来年の開催地は茨城県です。今後に向けて、一言お願いします。

A 来期のメンバー・スタッフはまだ決まっていませんし、関東大会で勝ち抜けることも厳しいと思っていますので何とも言えませんが、出場できれば、頑張りたいと思います!

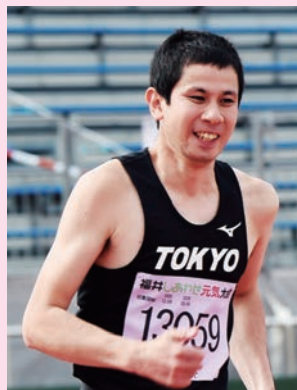
参加者の声 ～選手の皆様からお話を伺いました!～

会場図



陸上競技 成田 祐介 選手

(壮年1500m銀メダル・800m銅メダル)



全国障害者スポーツ大会の出場決定後は、インターバルや1000mを何本か練習をしてきました。試合前は全国大会という大舞台ということもあって、今までに感じたことがない緊張感でした。

この全国障害者スポーツ大会に出場するのに15年かかりました。夢だった大会に出場できたことを光栄に思っています。これからも目標を高く持って、また全国大会への出場

を目指して頑張ります。

全国障害者スポーツ大会を目指している皆さんも諦めずに頑張ってください。

フライングディスク 青木 義郎 選手

(ディスタンス男子・立位金メダル)



試合前は大変緊張しましたが、思いっきり飛ばすことを考えてスローイングしました。

3投のうち、1・2投目は曲がってしまいましたが、同じ聴覚障害のチームメイトが手話でアドバイスをしてくれて、それに従ったところ、最後に記録を伸ばすことができました。

金メダルは難しいと思っていたので、率直に嬉しく思います。監督やコーチ、

手話通訳さんのおかげでこのような結果を残すことができました。特に手話通訳さんが一緒にいてくれたお陰で、不安なく試合に臨むことができました。皆さんにお礼を言いたいです。

今後も一生懸命、スポーツ、フライングディスクを続けていきたいと思っています。

アーチェリー 大橋 俊 選手

(コンパウンド50m・30mラウンド金メダル)



今回の大会は正直言って不安で一杯でした。でも、本当に多くの応援やサポートから勇気をもらい、全力で支えてくれた仲間たちに恩返しになるような優勝を勝ち取ることができました。

自分よりも皆が喜んでくれる姿に感動しかありませんでした。沢山の素晴らしいかけがえのない友人ができたことが一番の価値だと思っています。

参加させていただき本当にありがとうございました。

今期の目玉事業をご紹介します。

アスリート サポート

障がい者スポーツトレーナーによる サポート

日本障がい者スポーツ協会公認障がい者スポーツトレーナー等が専門的なトレーニング方法を助言します！効果的、機能的な身体の使い方を知って、パフォーマンスを高めましょう！

日時 11/10(土)
11/17(土)
12/2(日)
12/9(日)
15:00～
17:00

場所 多目的室

対象 障害児者・
介護者・
指導者



アスリート サポート

スポーツ栄養学

スポーツを行うために必要な栄養学について学ぶ事ができます。栄養学の観点から、パフォーマンスの向上を目指しませんか？本格的にスポーツに取り組んでいる方、大会を目指す方、是非ご参加ください。

日時 2/22(金)
19:00～
20:30

場所 研修室

対象 障害児者・
介護者・
指導者



入門教室 はじめよう！水泳入門（日曜版）

- ①水泳の基礎をしっかり学んで、上達への近道を！
25m完泳が目標！
- ②25mをなんとかクリアしたけど、もう少し泳げるようになりたい！

日時 1/13(日)
1/27(日)
2/3(日)
2/24(日)
3/3(日)
12:00～
12:50

場所 プール

対象 障害児者
①40名 ②10名
※全5回通して
の参加となります。



大会

リニューアルオープン記念 第9回はたきジュニアスポーツ交流大会

こどもたちを対象としたスポーツ交流大会です。競技種目は、ふうせんバレーとボッチャです。大会参加お待ちしております！

日時 12/23(日・祝) 場所 体育館

対象 身体障害者手帳、精神障害者保健福祉手帳、愛の手帳を所持する小学生以上18歳未満で健康上競技可能な者。健常者枠については参加者の家族、またはチームの関係者。
原則として①ゲームボッチャ②ふうせんバレーボールの両種目の参加が可能なチーム。



入門教室 はじめよう！サッカー入門

これからサッカーを始めたい方、あつまれ！基本を学んで、ボールと友達になりましょう！

日時 2/9(土)・2/23(土)・3/9(土)・3/23(土) 10:00～12:00

場所 運動場、または体育館

対象 障害児者



今期の目玉事業をご紹介します。

スポーツ 導入教室

リフレッシュ健康体操 ヨガ

特別な道具を使わなくても簡単にできるヨガが大注目です！
ゆったりとした雰囲気の中で自分と向き合い、身体も心も健康
になりましょう！

日時 11/29(木)
12/27(木)
2/28(木)
3/28(木)
13:00～
14:00

場所 体育館

対象 障害児者・
介護者



入門教室

ショートテニスデビュー

ショートテニスは、スポンジのボールを使って行う屋内スポ
ーツであり、どなたでも気軽に取り組みます！楽しくプレーを
していきましょう！

日時 12/18(火)
1/8(火)
1/22(火)
1/26(土)
2/2(土)
13:00～
15:00

場所 体育館

対象 障害児者



地域交流 教室

みんなで☆ボッチャ

知名度急上昇中のパラリンピック競
技です！初心者から上級者まで一緒に
楽しめるスポーツです！みんなで☆楽
しみましょう！

日時 11/24(土)・12/24(月・振休)
1/5(土) 13:00～15:00

場所 体育館

対象 障害児者・介護者・地域住民



地域交流 教室

みんなで☆バドミントン

基礎からゲームまで、バドミントンのいろはを教えます!!
バドミントン好きな方、レベルアップしたい方、大歓迎です！

日時 12/20(木)
2/25(月)
18:30～
20:30

場所 体育館

対象 障害児者・
介護者・
地域住民



介護予防 支援教室

介護予防運動教室

一日のちょっとした隙間時間でも手軽にできる体操を集めて
みました。ご自宅でできる体操なので、年間を通して、一緒に
やってみましょう。

日時 11/26・12/10・1/7・1/28・2/25・3/4・3/18の月曜日
12:00～13:00

場所 くにたち市民総合体育館

対象 中高年障害者・介護者



連載企画

ストレッチしてみよう!! (上半身編)

今号では上半身の中でも「肩甲骨」を動かすストレッチを紹介
します。「肩甲骨」を動かすことで肩こり・腰痛に効果があ
ります。

- ① 両手を頭の上にあげて、胸を張ります。
- ② 両方の手のひらを外側に向けて、肘を曲げながら下ろします。
- ③ ①②の動きをゆっくりと繰り返します。



ポイント

胸を張ったまま
手のひらを外側に

第2回は東京2020大会の実施会場が多くある江東区での障害者スポーツの取組について江東区地域振興部スポーツ振興課スポーツ振興係の大石謙一さんにお話を伺いました。



江東区地域振興部スポーツ振興課
スポーツ振興係の大石謙一さん

▶ 障害者スポーツの取組の背景

江東区ではスポーツ祭東京2013の開催、東京2020大会開催決定などに伴い、障害者スポーツの普及に力を入れています。主に小学生を対象とした区の主催事業「こうとうこどもスポーツデー」では平成23年度から東京都障害者スポーツ協会の協力で障害者スポーツの体験ブースを設け、多くの子どもたちへの障害者スポーツの理解促進に努めてきました。また、区内スポーツ施設では20年以上前から障害者水泳教室を実施しているほか、平成18年度の指定管理者制度導入等を契機に障害者向けの教室事業などを年々増やしています。東京2020大会開催決定を受けて、区では江東区スポーツ推進計画（平成27年3月）を策定し、東京2020大会の気運醸成を目的とした障害者スポーツの取組を実施しています。（平成29年度屋内スポーツ施設で実施した障害者スポーツ関連事業：18事業、4,350名参加）

▶ スポーツ推進計画と障害者スポーツ

江東区スポーツ推進計画では『「元気な未来へ」Sports Garden江東!』のもと、全ての区民がスポーツを通じて健康で生き生きと暮らし活力あふれる地域社会の実現を目標に、東京2020大会だけでなく大会後も見据えたスポーツ振興のビジョンとロードマップが示されています。同計画のもと、指定管理者と行政の間では目的意識が共有され、官民が一体となった障害者スポーツの振興が活発に実施されています。



江東区スポーツ推進計画

▶ 官民共同の障害者スポーツ振興

江東区の官民共同の障害者スポーツの振興では様々な工夫がされています。例えば10月6日に開催した「こうとうこどもスポーツデー2018」では車いすバスケットボールと通常のバスケットボールの体験会を同会場で実施することで、互いの共通点や相違点などの理解を促しています。こうしたアイデアは行政とスポーツ施設という現場を預かる指定管理者、スポーツ推進委員、障がい者スポーツ指導員との連携を通じて生み出されています。

またパラリンピック競技であるボッチャを通じた活動が区内では活発になっています。今年3月に開催した「第2回障害者スポーツフェスタこうとう」内のボッチャ交流大会では、スポーツ推進委員会を中心にゲームの進行や指導、ルールを工夫したことで障害のある人もない人も楽しんでもらえました。さらにボッチャの体験会を実施する学校や幼稚園、保育園、障害者施設や高齢者施設などが増え、江東区内でボッチャ熱が沸き起こっていると感じています。

障害のある人も気軽にスポーツ施設やスポーツイベントに足を運び、スポーツに親しんでいただけるようこれからも取り組んでいきたいと考えています。



第2回障害者スポーツフェスタこうとう

▶ 今後の江東区の活動情報

第3回障害者スポーツフェスタこうとうは、2019年3月開催予定です。詳細は江東区地域振興部スポーツ振興課へお問い合わせください。

東京に パラリンピックが来る!

第20回 ボッチャ

今回は平成30年度の東京アスリート認定選手であり、東京都出身の注目選手、佐藤駿選手にインタビュー。ボッチャを始めたきっかけ、2009年に参加した初めての国際大会、今年12月に行われる日本選手権についてお話をお聞きしました。

ボッチャとは

重度の脳性まひなど四肢に障がいがある選手が行う競技で、ジャックボールと呼ばれる白いボールを的にして、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールをいかに近づけるかを競います。カーリングにも似ていますが、的を動かすこともできるので、また一味違う戦略を立てた駆け引きが魅力の競技です。



ボッチャとの出会いは偶然のスカウト!?

ボッチャとの出会いは小学3年生の時に家族と車椅子を買いに行った店先で、当時の日本ボッチャ協会の理事長に「ボッチャやってみない?」とスカウトされたことがきっかけです。紹介されたクラブ



を見に行くと、小学1年生の時に病院で知り合った友達と偶然、再会することができました。それがすごく嬉しくて、ボッチャをこれまで続けてきた一つの要因でもあります。

ワクワクした初めての国際大会

ボッチャを始めて半年足らずで出場させてもらった日本選手権はとにかく楽しかったのを覚えています。土日など毎週のように練習をしながら、13歳の時に日本で行われた“東京2009アジアユースパラゲームズ”に日本代表として選ばれました。

初めての国際大会では、海外にはどんな選手がいるのだろうか、自分の実力は通用するのだろうかとワクワクで胸が踊りました。BC1-2クラスの団体戦でチームキャプテンも務めさせてもらい、必死にみんなで頑張って銅メダルを獲得できました。メダルはまさか無理だろうと思っていたので喜びより驚きの方が大きかったというのが正直な感想です。

過程よりも結果を求めて 勝つ姿を見せたい



佐藤 駿 さとう しゅん

1995年東京都生まれ クラスBC2 所属:株式会社CAC Holdings

過程よりも結果を求めて臨む、12月の日本選手権

今年3月に4年間通った東洋大学を卒業後、ITとヘルスケアサービスを主力事業としているCACグループに入社しました。社会貢献活動でボッチャの支援・普及活動を行っており、私の業務は主にボッチャの社内外への普及活動を行っています。そのため社内でもボッチャがかなり浸透していて、詳しい方も多く、「大会中のあのプレーはどうだったの?」と細かく突っ込まれたりして、良い緊張感を保つことができています(笑)

2018年12月1日(土)～2日(日)に福島県で日本選手権があります。今まではクラブチーム単位で大会に臨んでいましたが、今は企業に所属し、たくさんの応援を頂き、企業の看板を背負って出場します。過程も大事ではありますが、結果をしっかりと求めていきたいです。同じクラスで日本代表キャプテンである杉村英孝選手や10年以上ボッチャを一緒にやってきた「頼れる兄貴」でもある廣瀬隆喜選手に勝つ姿を、応援してくれる皆さんに見せたいと思います!



この記事に掲載しきれなかったお話はTOKYO障スポ・ナビ「みんなの声」に掲載いたします。是非そちらのサイトもあわせてご覧ください。

東京2020大会 都市ボランティア募集中!

都市ボランティアとは、空港・駅や競技会場周辺、ライブサイトで観光・交通案内を行うボランティアです。

詳細をHPでご確認の上、奮ってご応募ください。

都市ボランティア

検索



「チャレスポ！TOKYO」を開催します！

障害者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、参加体験型スポーツイベント「チャレスポ！TOKYO」を東京国際フォーラムで開催いたします。

車いすバスケットボール、ボッチャなどのパラリンピック競技やフライングディスクなどの体験、トップアスリートによるトークショー、VRを活用した新感覚の競技体験など、障害のある人もない人も、また、これまで障害者スポーツに関心のなかった人も一緒に楽しめるプログラムが満載です。

クリスマスイブに皆様のご来場をお待ちしております。



昨年度の模様

日時	平成30年12月24日(月・振休) 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22競技を含む障害者スポーツの体験・展示 ◇VRを活用した新感覚の競技体験 など
ゲスト	石川直宏(サッカー)・市川美余(カーリング)・官野一彦(ウィルチェアラグビー)・齋田悟司(車いすテニス)・高田千明(パラ陸上競技)・湯上剛輝(陸上競技)・仮面女子(アイドル)
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/challespo2018/
Twitter	@challespotokyo

会員募集のご案内!!

当協会の団体正会員、団体賛助会員を当協会のホームページにバナーとともに紹介しています。

また団体正会員は団体や取組の紹介もしています。詳細は当協会のホームページをご確認・お問合せください。

会員状況
2018年
11月1日時点

個人正会員 286名 団体正会員 14団体

個人賛助会員 892名 団体賛助会員 49団体



編集スタッフのひとこと

寒くなってくるこの時期、子どもの頃は半袖半ズボンで走り回っていましたが、今では温かい服装で出歩く毎日です。年の瀬が近くなり、今年やり残したことはないかと気になってくる頃だと思います。私は、寒さに負けず外で運動してみようかと思っています。良い気持ちで新年を迎えるためにも、やり残したことに取り組んでみてはいかがでしょうか。

(東京都障害者スポーツ協会競技力向上課 寺崎)

団体正会員(株式会社三井住友 フィナンシャルグループ)の取組紹介

SMBCグループ各社の役職員とその家族92名が結集! 9月29日(土)「JAPAN パラバドミントン国際大会2018」の観戦応援

SMBCグループにはグループ各社に合計15名の障害者アスリートが所属しており、東京2020大会、その先の共生社会の更なる実現に向けて、東京2020パラリンピックをグループを挙げて応援しています。



そのような中、三井住友銀行の特例子会社であるSMBCグリーンサービスに所属する村山浩選手が出場する「JAPANパラバドミントン国際大会2018」(於：町田市立総合体育館)を、グループ各社の役職員とその家族の総勢92名で観戦しました。

村山選手は、シングルス・男子ダブルス・ミックスダブルスの3部門に出場し、ミックスダブルスで決勝進出を果たしました。

パラバドミントンは東京2020パラリンピックから初めて正式に採用される競技です。その記念すべき大会での活躍を願っています。

大会・イベント情報 (他団体主催大会を含む)

※の大会はインターネット中継する大会

※の大会は他団体主催大会

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。

2018年12月	大会	会場
8(土)~9(日)	第22回日本シッティングバレーボール選手権大会	武蔵野総合体育館
14(金)~16(日)	第20回ウィルチェアラグビー日本選手権記念大会	千葉ポートアリーナ
23(日・祝)	第33回全日本視覚障害者柔道大会	講道館
23(日・祝)	リニューアルオープン記念第9回はばたきジュニアスポーツ交流大会	東京都障害者総合スポーツセンター
2019年1月	大会	会場
19(土)~20(日)	2019ジャパンパラボッチャ競技大会	新宿コズミックセンター
27(日)	第4回日本IDハーフマラソン選手権大会	神宮外苑周回コース
2月	大会	会場
1(金)~3(日)	2019ジャパンパラゴールボール競技大会	千葉ポートアリーナ
2(土)	第19回全日本パラ・パワーリフティング選手権大会	日本工学院八王子専門学校ホール
2(土)	地域交流バドミントン大会(中・上級者)	足立区総合スポーツセンター

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
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

〒182-0032 東京都調布市西町376-3

TEL 042-440-2238
FAX 042-485-8544
Twitter @tsadtama

