



東京の障害者スポーツ

～エンジョイスポーツライフ～

2022年
8月20日

96号

【編集・発行】公益社団法人東京都障害者スポーツ協会



始まりました! 第23回東京都障害者スポーツ大会!!



3年ぶり 東京都
障害者スポーツ
大会 開催!

..... P1-2



センターの
貸し出し用具ご紹介
(多摩編)

..... P3-4

都立特別支援学校
活用促進事業

P5

.....



TOKYO
アスリート紹介
ゴールボール
川嶋悠太選手

P6

.....



3年ぶり 東京都障害者スポーツ大会 開催!

第23回東京都障害者スポーツ大会が5月8日(日)、第75回都民体育大会との合同開会式を皮切りにスタートし、1年を通して都内各所で行なっていきます。今年は新型コロナウイルス感染症の影響を受けて3年ぶりの開催となりました。今回は各現場での担当者の声をお届けします。久しぶりの大会の様子をお楽しみください。



5月に実施された大会を振り返って

東京都障害者スポーツ大会は、毎年、約6,000名の選手が参加し、約5,000名のボランティアにご協力をいただき、障害者が参加する大会としては都内最大規模で、全国障害者スポーツ大会の派遣選手選考会も兼ねた大会です。駒沢オリンピック公園総合運動場をメイン会場とし、都内各地で年間を通して実施します。

今年度は、5月8日(日)に東京体育館にて第75回都民体育大会との合同開会式が行われたのを皮切りに、約1か月かけて、陸上競技、卓球、水泳、バレーボールなどの競技が行われました。過去2年間、新型

コロナウイルス感染症の影響で開催を断念していましたが、感染対策を講じて3年ぶりの開催となった今大会。そのため、どの競技会場も選手たちをはじめ、大会に関わる全ての人たちが「久しぶりに試合ができる!」「みんなに会えてうれしい!」など、真剣勝負の中でもスポーツができる感謝の気持ちや笑顔もたくさん見られた、これまでにない大会でした。

競技は9月以降も続きますが、5月大会が無事に終了したのも、参加選手・ボランティアをはじめ、大会を支えていただいた皆様のご協力の賜物です。改めて皆様に感謝申し上げます。

(東京都障害者スポーツ協会 事業推進課長 増田)



■ 陸上競技 (身体・精神・知的)

5月21日(土)、22日(日)に知的部門、28日(土)に身体・精神部門がそれぞれ行われました。一部、天候に恵まれない場面もありましたが、選手たちの一生懸命に競技と向き合う姿や、参加できた喜びと達成感に溢れた表情などを見ることができました。記録面では複数の大会新記録も出るなど、久々の開催で好記録が生まれました。また新型コロナウイルス感染症防止対策のため、声を出しての声援が送れない中、選手へ大きな拍手を送っている場面が印象的でした。

(東京都多摩障害者スポーツセンター スポーツ支援課 澤田)

■ フライングディスク

3年ぶりの開催となった大会当日、午前中はどんよりとした天気で雨脚が強まる場面があったり不安定な天気でしたが、競技がスタートしてからはカラッと晴れた良い天気となりました。ディスクが時折吹く追い風に乗れ、フィールドラインを大きく超えるような大記録も生まれました。競技前の招集所で待つ選手の緊張した表情、競技スペースに移動する際の気合の入った表情、競技終了後のホッとした表情など例年以上にカラフルな表情が印象的でした。

(東京都多摩障害者スポーツセンター スポーツ支援課 西)



■ ボッチャ

5月21日(土)に駒沢オリンピック公園総合運動場の屋内球技場にて、東京都障害者スポーツ大会の正式競技としてボッチャが開催されました。ボッチャは令和3年度の第21回全国障害者スポーツ大会より正式競技となりましたが、新型コロナウイルス感染症により開催が中止となり、今回が初めての実施となりました。立位の部と座位の部、それぞれトーナメント戦にて真摯に競技に取り組む姿と共に、「ボッチャができる!」という選手の想いがひしひしと感じられた大会でした。

(東京都多摩障害者スポーツセンター スポーツ支援課 小峰)

■ サッカー

好天に恵まれた強い日差しの中での3年ぶりの開催となり、ユニフォームに袖を通し、グラウンドで元気にボールを追いかける姿がとても印象的でした。ゴールを決めるとみんなで喜び合い、点を入れられても声を掛け合い、全員で勝利を目指して戦う姿にたくさんの元気をもらいました。5月22日(日)開催のⅡ部・Ⅲ部ともに決勝戦は1点差の接戦となり、白熱した試合が展開されました。また来年もさらにレベルアップした選手の姿を見れることを楽しみにしています!

(東京都障害者スポーツ協会 地域スポーツ振興課 北島)



■ 卓球

卓球競技は、5月28日(土)、29日(日)武蔵野総合体育館で開催されました。身体・精神部門は81名、知的部門は115名、合計約200名の選手が参加し、熱い戦いが繰り広げられました。特に知的男子20~35歳の部門の準決勝・決勝戦では個人・競技団体・企業等、幅広い所属の選手たちが激闘の試合を繰り広げておりました。初参加の選手の緊張した様子や久しぶりの再会に喜び合っている選手も多くおり、試合後健闘をたたえ合う姿がとても印象的でした!

(東京都障害者総合スポーツセンター スポーツ支援課 中村)

■ バレーボール

バレーボール競技は5月28日(土)に駒沢オリンピック公園総合運動場屋内球技場で開催され、男子3チーム、女子5チームが参加しました。作戦を確認したり、ストレッチを行ったりと、各チーム一丸となって準備をされた選手たち。試合本番では各々の力を活かしてコート内で躍動し、手に汗握る、一進一退の攻防を見せる場面もありました。表彰式の後には、メダルを手に清々しい表情を見せ、喜びを分かち合う選手の姿が印象に残りました。

(東京都障害者スポーツ協会 事業推進課 戸高)



新型コロナウイルス感染症対策として申込制の教室もありますが、申込不要で当日参加できる教室もあります。また、事業内

オンライン 教室

東京わくわく体操～オンライン～

- 対象** 障害児者、
介護者、
地域住民
- 定員** 10組（申込制）
- 実施日** 9/10、11/12、
1/14、3/11の
土曜日
- 時間** 13:30～15:00



ご自宅で気軽にチャレンジできます！ご家族・お友達と一緒に楽しみながら、音楽に合わせて身体を動かしてみましょう！

来館型

みんなで交流☆フライングディスク

- 対象** 障害児者、
介護者、
地域住民
- 定員** なし（当日参加）
- 実施日** 11/27(日)
- 時間** 13:30～15:30
- 場所** 運動場（雨天中止）



フライングディスクを遠くに思い切り飛ばしたり、ターゲットに向かって投げてみよう！初めての方も大歓迎です！気軽にご参加いただけます。

来館型

みんなで交流☆バドミントン

- 対象** 障害児者、
介護者、
地域住民
- 定員** なし（当日参加）
- 実施日** 10/23(日)
- 時間** 13:30～15:30
- 場所** 体育館



初心者でも大丈夫です！バドミントンを通してみんなで交流しましょう！

来館型

みんなで交流☆車いすバスケット

- 対象** 障害児者、介護者、地域住民
- 定員** なし（当日参加）
- 実施日** 12/25(日)
- 時間** 13:30～15:30
- 場所** 体育館



車いすバスケットボールを通じて、みんなで交流しましょう！車いすの操作の練習からゲームまで一緒にチャレンジしましょう！

連載企画

センターの 貸し出し用具 ご紹介！（多摩編）

センターの施設には様々な貸し出し用具が揃っています。この連載企画では、あまり知られていない貸し出し用具をご紹介します。施設に来られる際には積極的に利用して、新たなスポーツにチャレンジしましょう！

※感染症対策のため一部貸し出しを行っていない用具があります。詳細は各センターにお問い合わせください。

ショートテニス及びブラインドテニス用 ラケット、ボール

体育館



ショートテニスは、障害の有無・種類・程度にかかわらずどなたでも気軽に楽しむことができるスポーツです。テニスよりも柄が短く軽いラケット、スポンジ製のボールを使用します。ショートテニスから派生したブラインドテニスは、視覚障害の方がボールの位置を把握できるよう、ボールの中にサウンドテーブルテニス球が入っている、音が出るボールを使用します。

容の変更がある場合もございます。あらかじめご了承ください。ご理解、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

YouTube
配信

作ってチャレンジ！ レクタイム～自宅編～

配信日 9/26(月)、11/28(月)、1/30(月)

身近な物を使った簡単な用具作りと、その用具を使ったスポーツや楽しみ方をご紹介します！自分でアレンジをしたオリジナル用具を使って、お友達やご家族と好記録を目指しましょう！



来館型

レッツ☆車いすバスケット

協力：東京都車いすバスケットボール連盟

対象 障害児者、介助者、地域住民

定員 なし

実施日 9/8(日)、10/9(日)、
11/20(日)、12/18(日)、
3/21(火・祝)

時間 9:30～11:30

場所 体育館



初めての方も大歓迎!! 子供から大人、障害の有無に関わらず、誰でも参加オッケー! 車いすの基本操作や試合を行います。パラリンピックの花形スポーツの車いすバスケットに挑戦してみよう!

来館型

レッツ☆HIPHOP

対象 障害児者、介助者、地域住民

定員 なし

実施日 9/11、10/16、
11/20、1/15、
2/19の日曜日

時間 13:30～15:00

場所 体育館



身体を動かすことが大好きなあなた! 音楽にあわせてHIPHOPにトライしてみましょう。レッツ! ダンス!!

来館型

みんなで交流☆グラウンド・ゴルフ

対象 障害児者、介助者、地域住民

定員 なし

実施日 11/14(月)

時間 13:30～15:30

場所 谷保第3公園 ※雨天中止



グラウンド・ゴルフは、生涯スポーツです!!一緒にラウンドして、みんなで楽しみましょう!

競技用車いす+座面用マット

体育館

体育館では競技用の車いすを使用して、バスケットボール、テニス、バドミントンなど様々な競技を行うことができます。体格や障害の程度によって合わせられるように大小様々な車いすを準備しています。また、座面用のマットも色々な種類があります。初めて利用される方でも安心してご利用いただけます。



手固定バンド

トレーニング室

トレーニング室では、上肢の麻痺などで握むことが難しいときにご利用いただけるように、手を固定できるバンドを用意しています。バンドを活用し固定をすることで安全にマシンを使っていただけます。ご使用の際にはスタッフお気軽にお声がけください。



都立特別支援学校をより身近なスポーツの場に!

都立特別支援学校活用促進事業

※主催：東京都・公益財団法人東京都スポーツ文化事業団

■ 体育施設の貸出

障害のある人や障害者スポーツ競技団体等がより身近な地域でスポーツを楽しめるよう、都立特別支援学校の体育館やグラウンド等の体育施設を学校教育活動に支障のない範囲で平日の夜間や土日・祝日に開放しています。活動場所を探しているスポーツ団体の皆様、ぜひご利用ください!

■ 体験教室

都立特別支援学校を会場にパラスポーツやスポーツ・レクリエーション等の体験教室を開催しています。障害の有無にかかわらず、小学生以上の方なら、どなたでもご参加いただけます。

詳細はホームページ
(<https://www.tef.or.jp/school/>) でご確認ください。



※新型コロナウイルス感染拡大防止等の観点から、事業の開始時期が学校ごとに異なる場合や事業が中止となる場合等があります。



令和3年度ポツチャ教室(永福学園)の様子



令和3年度バスケットボール教室(南大沢学園)の様子

■ SNS等のお知らせ



Twitterアカウント「都立特別支援学校活用促進」で情報発信中!

都立特別支援学校活用促進事業ではTwitterにて随時、体験教室の情報などを発信しています。アカウントをフォローして最新情報をチェックしよう!

Twitterは
こちらから!



YouTube チャンネル「トリカツチャンネル」を配信中!

都立特別支援学校活用促進事業ではYouTubeチャンネル「都立特別支援学校活用促進事業チャンネル(トリカツチャンネル)」を配信しています。このチャンネルでは、スポーツ体験教室で体験できるパラスポーツやレクリエーションスポーツ等を紹介しています。ぜひご覧ください!

トリカツチャンネルは
こちらから!



ボランティアアドバイザーを派遣します!



体験教室では参加者と共にボランティアを募集しています。当協会からいくつかの体験教室へボランティアや協力団体等に指導・助言を行うボランティアアドバイザーを派遣しています。その際、「ボランティア活動が初めてで不安」「ボランティアの経験はあるけれど、障害のある人へのサポートは自信がない」、運営側として「初めて障害のある人の受け入れをするので不安」などのお声もあるかと思います。

私たちボランティアアドバイザーがより良い教室になるよう、皆様に寄り添いながらサポートをさせていただきます。障害のある人もない人もスポーツを通じて一緒に教室を楽しみましょう!

今回は東京2020パラリンピック競技大会でゴールボール競技に出場された川嶋悠太選手にインタビューを行いました。パラリンピック独自の競技のゴールボールは、3人对3人の対戦型チームスポーツです。鈴の入ったボールの音を頼りに味方ゴールを守りながら、相手ゴールにボールを入れて得点を競い合います。川嶋選手は160cmという小柄ながらも、どんなボールにも飛びついて止める俊敏さと体幹の強さを武器に日本の守備の要として活躍されています。そんな川嶋選手のゴールボールとの出会いや海外での経験、東京2020大会について話を伺いました。



ゴールボールとの出会い

小学4年の夏に兄とキャッチボールをしようとしたら、昨日まで見えていたボールがいきなり見えにくくなり、捕球が難しくなりました。最初は単なる視力低下だと思い、近所の眼科で眼鏡を作ったのですが効果はなく、大学病院で精密検査をして「網膜色素変性症」という難病であることがわかりました。この難病は進行性の病気です、少しずつ視力が低下したり、視野が狭窄したりします。当時は教室の一番前の席であれば黒板も見えましたが、現在は視力も0.02と視界はシルエットがわかる程度までぼやけてしまい、視野もかなり狭くなってしまいました。

中学は東京都立八王子盲学校に進み、中学1年の体育の授業でゴールボールと出会いました。最初は1.25kgの重いボールを身体で止めるのが痛くて嫌でしたし、何よりも「見えている」のにアイシェードをつけて「見えなくする」ことに、とても抵抗がありました。しかし、当時ゴールボールの日本代表監督だった体育の先生に強い勧誘を受け、高校から本格的に競技を始めました。高校1年の時に出場した日本選手権の予選会で負けたことが本当に悔しくて、もっと上手になりたいと競技に打ち込むようになりました。

ゴールボールはアイシェードをした選手たちが音を聞き分けながらプレーするスポーツで、視力に関係なく全員が同じ条件で競技ができることが魅力です。試合の中では得点力のあるウイングに注目が集まりますが、センターは守備の要であると同時に攻撃の起点になれることが魅力です。センターが戦況を分析しながら左右のウイングに指示を出して、ゲームメイクでチームを勝利に導く役割にやりがいを感じています。

初めての国際大会は2011年の高校2年で出場した、19歳以下の世界選手権でした。結果は8位とふるわなかったのですが、その大会で身体の大きな欧米諸国を破って韓国が優勝しました。同じ体格の韓国ができるのであれば、日本も努力すればチャンスはあるはずと大きな刺激をもらいました。2年後の同大会で優勝することができ、その年に東京2020大会の開催が決まりました。7年後のパラリンピックの舞台に自分が立っているイメージは湧きませんでしたが、大舞台への楽しみな気持ちは募りました。

2017年からは海外での武者修行も行いました。アジアの強豪国の中国、リオ2016大会王者のリトアニア、世界ランキング1位のブラジルと3カ国へ、それぞれ1週間から10日間程滞在して、一緒にトレーニングをさせていただきました。現地で練習方法を聞いてみたり、世界のトップ選手のキレのあるボールを受けたりと、海外だからこそ得られる経験がたくさんありました。中国、リトアニアには選手2人と通訳1人で、ブラジルには単身で渡航しました。今思えば地球の裏側のブラジルまでポルトガル語も話せないのに、よく一人で渡航できたなと我ながら思います(笑)。

これまで様々な国際大会に出場させてもらった中で、とても大きな教訓を得たのは2019年に千葉で開催されたアジア・パシフィック選手権大会でした。多くの観客がいる中、東京2020大会のメンバー選考の大会で、自分に自分でプレッシャーをかけてしまい、実力を発揮できませんでした。苦い経験にはなりましたが、その失敗は多くの学びになり、東京2020大会では目の前のことに集中して落ち着いてプレーできました。

A photograph of a Japanese handball player in a black uniform, diving horizontally to catch a blue ball. The player is wearing a black jersey with a white Japanese flag emblem on the chest, black shorts, and black gloves. The background shows a handball court with a wooden floor and a goal net.

東京2020大会では予選ラウンドを3勝1敗の1位通過。チームとしても出来過ぎと感じる部分もありましたが、この戦い方ができれば決勝トーナメントも行けると手応えも感じていました。準々決勝の中国戦では入場行進の時からチーム全体がガチガチに緊張しているのがわかりました。その動きの硬さは終盤まで取れず、4対7で競り負けてしまい、5位で大会を終えました。結果としてメダル獲得はできませんでしたが、すべてを出し尽くした、やり切ることができたと言える大会になりました。今はパリ2024大会の出場権獲得を目指しています。まずは7月21日(木)からバーレーンで行われるアジア・パシフィック選手権大会で金メダルを獲得して、今年12月に行われる世界選手権大会出場を目指します。応援よろしくをお願いします。

(取材日：2022年6月28日)

当協会では東京都と共催して、パラリンピック等国際大会で活躍する東京ゆかりのアスリートを継続的に輩出するため「東京ゆかりパラアスリート」として認定し強化支援を行っています。また、パラアスリートの競技活動に必要な不可欠なコーチ、競技パートナー等を「東京パラスポーツスタッフ」とし、その活動環境の整備等を行っています。

今回のインタビューに掲載しきれなかったものはTOKYO障スポ・ナビ「みんなの声」に掲載しますので、そちらもぜひご覧ください。

就任のご挨拶

新たに就任いたしました。当協会の活動にご理解とご支援をいただいております皆様とともに、障害者スポーツの普及・振興に努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



東京都障害者スポーツ協会
会長 延 與 桂



東京都障害者スポーツ協会
事務局長 森田 英二
(前 障害者総合スポーツセンター所長)



東京都障害者総合スポーツセンター
所 長 山根 誠治

「チャレスポ! TOKYO」を開催!



当協会と東京都は、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、参加体験型スポーツイベント「チャレスポ! TOKYO」を令和4年10月8日(土)に開催します。会場は東京2020パラリンピック競技大会で使われた有明アリーナです。

車いすバスケットボール等パラリンピック競技をはじめとした様々なパラスポーツを体験できるほか、ゲストと来

場者の対戦企画やクイズ大会など、障害のある人もない人も一緒に楽しめるプログラムを多数ご用意しています。また、ステージプログラムのYouTube配信や、Zoomでの競技体験など、自宅等でも楽しめるオンラインコンテンツも実施します。ゲストには、パラアスリートの菅野浩二さん(車いすテニス)、瀬立モニカさん(カヌー・パラ応援大使)、根木慎志さん(車いすバスケットボール・パラ応援大使)に加え、お笑い芸人の方も来場予定です。

詳細は公式WEBサイト(<https://tsad-portal.com/challespo2022/>)をご覧ください。皆様のご参加をお待ちしております!

※新型コロナウイルス感染症の状況によってはオンラインのみでの実施となる可能性もございます。

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23回東京都障害者スポーツ大会です。大会・イベント等の開催有無や詳細は各主催・大会ホームページでご確認ください。

令和4年9月	大会	会場
4(日)	第21回 はばたきターゲットパードゴルフ大会 ~ミニコンペ式~	東京都障害者総合スポーツセンター
7(水)	第23回東京都障害者スポーツ大会 スポーツの集い	東京体育館 メインアリーナ
10(土)	第23回東京都障害者スポーツ大会 フットソフトボール(知的部門)	駒沢オリンピック公園 総合運動場 軟式野球場
11(日)	第29回 はばたきグラウンド・ゴルフ大会 ~ミニコンペ式~	東京都障害者総合スポーツセンター
11(日)	第37回 全日本視覚障害者柔道大会	講道館
17(土)	第39回 水泳記録会	東京都多摩障害者スポーツセンター
17(土)-19(月・祝)	2022ジャパンパラ水泳競技大会	横浜国際プール
23(金・祝)	LIGA.i ブラインドサッカー トップリーグ2022	フクシ・インタープライズ 墨田フィールド (墨田区総合運動場)
10月	大会	会場
1(土)-2(日)	第19回 全日本視覚障害者ボウリング選手権大会	東京ポートボウル
2(日)	第35回 はばたき陸上大会	東京都障害者総合スポーツセンター
29(土)-31(月)	第22回 全国障害者スポーツ大会「いちご一会とちぎ大会」	栃木県
11月	大会	会場
1(火)-6(日)	BWF Para Badminton World Championships 2022	国立代々木競技場 第一体育館
5(土)-6(日)	第35回 はばたきテニス大会 (5日:シングルス 6日:ダブルス)	東京都障害者総合スポーツセンター
6(日)	第36回 卓球大会	東京都多摩障害者スポーツセンター
12(土)	第36回 サウンドテーブル テニス大会	東京都多摩障害者スポーツセンター
20(日)	第23回東京都障害者スポーツ大会 グランドソフトボール(身体部門)	武蔵野中央公園 スポーツ広場
12月	大会	会場
4(日)	第2回 わくわく運動会 ~初めての陸上大会~	東京都障害者総合スポーツセンター

会員募集のご案内!!

東京の障害者スポーツをともに盛り上げ、支えていただける会員を募集しております。詳細は当協会ホームページをご確認の上、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。

会員状況

令和4年
6月30日時点

個人正会員 217名

団体正会員 13団体

個人賛助会員 237名

団体賛助会員 45団体

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

〒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

