

平成 30 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30年4月1日から平成31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30年度

(公社) 東京都障害者スポーツ協会事業計画基本方針

今年はいよいよ東京2020オリンピック・パラリンピックの開催で、スポーツへの機運が盛り上がっています。特に障害者スポーツへの関心はますます高まり、都民からの期待も多く寄せられています。

この機運の到来を活かして、2020年以降も見据え、都内全域で、障害のある人が身近な地域でスポーツを楽しめる環境を整備するため、平成29年に策定しました「障害者スポーツ振興ビジョン」を実現していくため、実行計画を着実に取り組んでまいります。

平成30年度は、このような状況の中で下記の基本方針を定めて、新たな事業をも含めさらに一層充実した事業計画を策定し、障害者スポーツの振興を推進していきます。

1 基本方針

- (1) 地域における障害者スポーツの振興を推進します。
- (2) 障害者スポーツの理解啓発事業を推進します。
- (3) 競技力向上に向けて競技団体を支援します。
- (4) 地域で障害者スポーツを担う人材の育成を推進します。
- (5) 企業・団体等と障害者スポーツの新たな連携を推進します。
- (6) 東京都障害者スポーツセンターの運営の充実を図ります。
- (7) 東京都をはじめ関係機関、団体等とより連携を強め、障害者スポーツ振興のための基盤づくりを進めます。
- (8) 協会の執行体制を強化します。

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地域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、教育機関等と協働事業を実施し、大きな成果を上げてきました。今後、より一層地域でのスポーツ活動を推進するように、協会事務局とセンターが一体となって継続的に進めるとともに、協働実施した事業の地域での定着化を進めます。また、地域の公立体育施設の利用を促進するためのマニュアルを活用し、身近な地域の体育施設の利用促進のための環境整備を進めます。

(2) 障害者スポーツの理解啓発事業の推進

東京 2020 パラリンピックを成功させるためにも、障害者スポーツについて、広く都民への理解促進を図る必要があります。そのため、チャレスポTOKYOをはじめ、地域での協働事業も含め、障害者スポーツの理解啓発事業をさらに推進します。

また、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改善をはじめ、テレビ放送や都大会等のインターネット中継を活用するなど、幅広く障害者スポーツ情報を提供し、多くの都民に障害者スポーツを広めます。

(3) 競技力の向上

東京ゆかりのアスリートがパラリンピックで活躍することは、都民にとっても大きな希望となります。そのため、選手発掘事業を引き続き行うとともに、選手育成の事業にも力を注ぎます。

また、競技団体が実施する競技会や強化練習会等について支援します。

(4) 人材の育成

地域で障害者スポーツを進めていくためには、区市町村をはじめ 地域の関係機関・団体等との調整やスポーツを行う障害者を支援する人材が重要です。そのため、障がい者スポーツ指導員の活動の支援を行うとともに、スポーツ推進委員等との一層の連携を進め、平成 29 年度に作成した DVD を活用し、障害者スポーツを支える人材の活動を活性化し、地域で継続的に障害者スポーツを推進できる人材をさらに育成します。

(5) 企業・団体等と障害者スポーツとの新たな連携への支援

東京 2020 パラリンピックへの関心が高まりつつある中で、企業・団体等からの障害者スポーツへの支援や連携のために、企業と競技団体との交流会等を実施するとともに、情報の提供、企画提案、実施支援を行い、障害者スポーツの振興を推進します。

(6) 東京都障害者スポーツセンター運営の充実

今年度は総合スポーツセンターでは大規模な改修と増築工事が終わり、7月1日にリニューアルオープンします。また、グラウンドとテニスコートは来年2月10日オープンとなります。日本有数の大規模な最先端の障害者専用スポーツ施設となり、障害者が期待している日本を代表する施設運営の充実に努めていきます。

また、今年の3月から多摩障害者スポーツセンターで大規模な改修工事が行われています。代替施設として味の素スタジアム内にある室内施設で運営します。工事期間中も東京における障害者スポーツ推進のために、広域スポーツセンターとして協会事務局と一体となって、地域での障害者スポーツの振興を推進していきます。

(7) 関係機関、団体等との連携の強化

障害者スポーツの振興を広く継続的に進めていくために、区市町村行政をはじめ地域スポーツクラブ、東京都障害者スポーツ指導者協議会、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をさらに強化していきます。

(8) 協会の執行体制の強化

事業規模が拡大する中で、確実に事業を推進していくためには、執行機関としての組織、人員配置及び事務所などの執行体制を適切に整備し、協会事務局の体制を強化します。

平成 30 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、障がい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進めます。

1. 奨励振興事業

（1）障害者スポーツ地域開拓推進事業 ～障害者スポーツ・地域パワーアップ事業～

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等の実施、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ため以下の事業支援を行います。

【開拓推進事業】

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、福祉施設、学校等を対象に、障害のある人を対象とした事業等の実施に向けての相談や企画の提案、連携・協働により事業を支援します。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】

開拓推進事業として実施する事業等に障がい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り組みます。

【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主催者が、障害のある人が取り組みやすい種目（使い易い用具）や障害者スポーツ特有の用具等を準備できない場合、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」を貸し出し、事業を支援します。

（2）人材の養成と連携

障がい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に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。また、様々な人材が、横のつながりを持てるような事業を企画します。

【東京都障害者スポーツセミナーの開催】

区市町村職員、地域スポーツクラブ関係者・スポーツ推進委員及び教職員、医療福祉関係者等を対象に、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。

| 事業名 | 日程 | 対象 | 場所 |
|--|------------------|---|--------------------------------|
| 区市町村スポーツ主管課職員・ 教職員対象： 障害者スポーツセミナー | 6月13日(水) | 区市町村スポーツ主管課職員、 障害者福祉主管課職員、教職員等 | 全国障害者総合福祉 センター (戸山サンライズ) |
| 医療・福祉関係者等対象： 障害者スポーツセミナー | 12月1日(土) | 理学療法士、作業療法士、 理学療法士・作業療法士認定校、 区市町村障害者福祉主管課等 | 東京都障害者総合 スポーツセンター |
| スポーツ推進委員・地域スポーツ クラブ関係者等対象： 障害者スポーツセミナー | 平成31年 3月2日(土) | スポーツ推進委員、 地域スポーツクラブ関係者、 公共スポーツ施設職員(指定管理 職員含む)、日本体育協会公認 スポーツ指導者等 | 有明スポーツ センター |

【初級障がい者スポーツ指導員養成講習会】

東京都、東京都スポーツ推進委員協議会と共催で、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、初級障がい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 | 場所 | 対象 |
|--|-----------|-------------------------|---|
| スポーツ推進委員等対象： 初級障がい者スポーツ指導員 養成講習会 | 7月16日(月祝) | 新宿区立新宿コズミック スポーツセンター | 区市町村スポーツ推進委員、 区市町村スポーツ主管部署 職員(公共スポーツ施設の 職員及び指定管理者を含む) 等 |
| | 8月11日(土) | | |
| | 8月12日(日) | | |
| | 8月18日(土) | | |
| | 8月19日(日) | | |

※すべてのカリキュラムを受講する必要があります。

【中級障がい者スポーツ指導員養成講習会】

東京都内在住・在勤の初級障がい者スポーツ指導員を対象に、地域における障害者スポーツ事業の実施運営に資する障害者理解と指導スキルの向上を目的に、中級障がい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 | 場所 | 対象 |
|------------------------|--------------------------------------|--|---------------------------------|
| 中級障がい者スポーツ 指導員養成講習会 | 前期 10月28日(日)・ 11月3日(土)・4日(日) | 葛飾区奥戸総合 スポーツセンター | 東京都内在住・在勤の 初級障がい者スポーツ 指導員 |
| | 中期 11月10日(土)・17日(土)・ 18日(日) | 台東リバーサイドスポーツ センター(11月10日) 東京都障害者総合スポーツ センター(11月17日・18日) | |
| | 後期 平成31年1月19日(土) 26日(土)・27日(日) | 武蔵野総合体育館 | |

(3) 人材活動活性化事業

東京都、東京都障害者スポーツ指導者協議会との共催で、障がい者スポーツ指導員や人材バンク登録者等を対象に、都内で実施される障害者スポーツ事業等の情報を定期的に提供することで活動を促進させます。また、リ・スタート研修会により今後の活動を促すとともに、障害者スポーツフォーラムを開催し、障がい者スポーツ指導員等が一堂に会す機会を作り、最新情報の提供、参加者間の情報交換によりネットワークの構築を図ります。

| 事業名 | 日程 | 対象 | 場所 |
|--------------|----------------|-------------------------------|----------------------|
| リ・スタート研修会 | 9月22日(土)、23(日) | 障害者スポーツ人材バンク登録者 で活動経験の浅い方 | 東京都障害者総合 スポーツセンター |
| 障害者スポーツフォーラム | 平成31年2月23日(土) | 障害者スポーツ人材バンク登録者 地域のスポーツ関係者 | 明治大学 中野キャンパス |

【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、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。人材バンク登録者へ障害者スポーツに関連する活動情報の発信、障害者スポーツに関連する研修会・講習会の実施、関係機関・団体との人材交流の機会の拡充等を行います。
※障害者スポーツ人材バンクとは、都内に活動地を有する障がい者スポーツ指導員を中心に、当協会登録ボランティアで構成されています。

【情報紙(S&S)の発行】

障害者スポーツ人材バンク登録者等を対象に、障害者スポーツを支える人材を募集している各区市町村の事業やイベントを紹介する情報紙を年4回発行します。

新規【都立学校活用促進モデル事業への協力】

東京都主催「都立学校活用促進モデル事業」の障害者スポーツ体験教室の中で、ボランティア育成を行います。体験会に参加するボランティアに対して障害当事者への対応方法や運営補助の方法等のアドバイスを実施し、人材育成を行います。

新規【人材育成精鋭化事業(Powerfulサポーター事業)】

地域における障害者スポーツ事業を主体的に計画、実施できる人材育成を行います。年間を通じて座学研修、実地研修を行い、地域活動におけるリーダー育成を行います。

(4) 選手養成事業

【障害者スポーツ選手発掘事業の開催】

一人でも多くの東京ゆかりの選手がパラリンピック競技大会に出場できるよう、競技志向の障害者アスリートを発掘するためのプログラムを競技団体と連携して実施します。

| 事業名 | 日程 | 対象 | 場所 |
|---------------|-----|------------------------|-----|
| 障害者スポーツ選手発掘事業 | 調整中 | パラリンピック出場を 目指すアスリート | 調整中 |

【障害者スポーツ選手育成事業】

一人でも多くの東京ゆかりの選手がパラリンピック競技大会出場を実現できるよう、競技団体の推薦に基づき、参加者の競技継続のサポートを行います。

(5) 選手強化支援事業等（助成事業）

【東京ゆかりパラリンピック出場候補者強化事業】

競技団体の推薦に基づき、競技志向の高い選手個人に対し、競技活動への支援を行います。

【障害者スポーツ競技活動支援事業】

夏季パラリンピック正式種目となっている団体が行う事業に対して助成金を交付し、団体の自主的な活動を拡充させることで、選手の競技力強化を図ります。

【強化練習会の開催支援】

全国障害者スポーツ大会の正式種目における選手の競技力向上を目的として、競技団体及び関係者と連携のもと練習会等の事業を実施します。

| 事業名 | 日程 | 対象 | 場所 |
|-------|----|----------------------|----|
| 強化練習会 | 随時 | 強化指定選手推薦基準 要項のとおり | 各所 |

【障害者スポーツ大会の観戦支援】

各種障害者スポーツ大会において都民の観戦機会増大を図るため、大会主催者に対し、大会の周知や実施競技の理解促進に寄与する事業を支援します。

2. 各種スポーツ大会・行事の開催・協力等

【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 |
|------------------|----------------|------------------|
| 2018 東京 CUP 卓球大会 | 12月8日（土）・9日（日） | 東京都障害者総合スポーツセンター |

3. 理解啓発事業

(1) 東京の障害者スポーツポータルサイトの運営

協会、障害者スポーツセンター情報をはじめ、都内公共スポーツ施設のバリアフリー情報、また都内で活動中の障害者が参加できるクラブ・サークル情報等を収集し、都内各地域の障害者スポーツに関する情報を検索できるサイトを運営します。

(2) メディアを活用した障害者スポーツの理解促進事業

障害者スポーツの理解促進、普及啓発を推進するため、テレビ番組の制作及び放映やインターネットを活用した障害者スポーツ大会の中継など各種メディアを効果的に活用した情報発信を行い、都民へ障害者スポーツの理解促進を図ります。

(3) NHK、NHK厚生文化事業団共催事業

NHK、NHK厚生文化事業団と共催し、障害者スポーツの理解促進、普及啓発を考え、様々な事業を展開していく。アスリートとふれあいつつ、スポーツを通じて交流することでスポーツの持つ楽しさ、魅力に気づいてもらうとともに、障害のある人の競技スポーツを認識してもらう機会を提供し、2020年の東京オリンピック・パラリンピックというスポーツのビッグイベントを支える土壌を醸成する。

| 事業名 | 日程・場所 | 実施内容 | 派遣者 |
|--------------------|--|---------------------|--|
| パラリンピアンと子どもたちの交流教室 | 全国の一般校、 特別支援学級設置校、 特別支援学校等 実施件数7件 | スポーツ体験・ 競技実演・講話等 | パラリンピアン、 デフリンピック選手、 アジア大会・ 世界選手権参加選手等 |

(4) チャレスポ！TOKYO

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するとともに、障害のない人にも障害者スポーツへの理解促進を図ります。

| 事業名 | 日程 | 実施内容 | 場所 |
|-------------|------------|------------|-----------|
| チャレスポ！TOKYO | 12月24日（月祝） | 障害者スポーツ体験等 | 東京国際フォーラム |

(5) 障害者スポーツ連携支援（障害者スポーツコンシェルジュ）

民間企業や団体等における障害者スポーツへの支援や連携に関する問合せに対し、相談窓口での情報提供、企画提案、事業支援を行うことで、障害者スポーツの普及振興に繋げていきます。

また、障害者スポーツへの支援を検討している企業と支援を必要としている競技団体に対して、ネットワークの構築及びマッチングにつなげていくための交流会を開催します。

新規 (6) 東京都パラアスリートコーチ認定事業

パラリンピック等、国際大会への出場が期待される選手の競技力向上を図る上で必要不可欠なコーチ等を認定し、活動を支援するとともに都民に広く周知することで知名度や地位向上を図ります。

(7) 広報活動

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促進を図るため、当協会が主催する事業を中心に大会、イベント、教室等の障害者スポーツに関する情報をHP、Twitter、広報誌を通じて提供します。

4. 調査研究事業

新規 (1) 学校現場における障害のある人へのスポーツ事例集の作成

学校現場の中で、障害児者が実際に取り組んでいるスポーツ活動等を取りまとめた事例集を作成します。

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。

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19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て、開催します。

【規模：選手 6,500 名 ボランティア 5,000 名】

| 競 技 | 日 程 | 会 場 |
|---------------------------|--|--|
| 合同開会式 | 5月6日(日) 午前10時から12時 | 武蔵野の森総合スポーツプラザ メインアリーナ |
| サウンドテーブルテニス (身体部門) | 5月20日(日) 午前9時から午後5時 | 東京都多摩障害者スポーツセンター(調布) |
| 陸上競技(知的部門) | 5月26日(土) 5月27日(日) 午前9時から午後5時 | 駒沢オリンピック公園総合運動場 陸上競技場 |
| 陸上競技(身体・精神部門) | 6月2日(土) 午前9時から午後5時 | 駒沢オリンピック公園総合運動場 陸上競技場・補助競技場 |
| 水泳(身体・知的部門) | 5月26日(土) 5月27日(日) 午前9時から午後5時 | 武蔵野の森総合スポーツプラザ プール |
| 卓球(身体・知的・精神部門) | 5月26日(土) 5月27日(日) 午前9時から午後5時 | 駒沢オリンピック公園総合運動場 体育館 |
| フライングディスク (身体・知的・精神部門) | 5月26日(土) 午前9時から午後5時 | 駒沢オリンピック公園総合運動場 陸上競技場 |
| ボウリング(知的部門) | 5月27日(日) 午前9時から午後5時 | 東京ポートボウル |
| アーチェリー(身体部門) | 6月3日(日) 午前9時から午後5時 | 江戸川区総合体育館 アーチェリー場 |
| ソフトボール(知的部門) | 5月20日(日) 午前9時から午後5時 | 光が丘公園 野球場 |
| バスケットボール(知的部門) | 5月26日(土) 5月27日(日) 6月2日(土) 6月3日(日) 午前9時から午後5時 | 北区桐ヶ丘体育館(5月26日、27日) 板橋区立小豆沢体育館(6月2日、3日) |
| フットベースボール(知的部門) | 5月26日(土) 午前9時から午後5時 | 駒沢オリンピック公園総合運動場 軟式野球場 |
| バレーボール(知的部門) | 5月27日(日) 午前9時から午後5時 | 駒沢オリンピック公園総合運動場 屋内球技場 |
| サッカー(知的部門) | 5月27日(日) 6月3日(日) 午前9時から午後5時 | 駒沢オリンピック公園総合運動場 第二球技場・補助競技場 |
| ボッチャ(身体部門) | 7月28日(土) 午前9時から午後5時 | 武蔵野総合体育館 メインアリーナ |
| スポーツの集い(知的部門) | 9月5日(水) 午前9時から午後5時 | 武蔵野の森総合スポーツプラザ メインアリーナ |
| グランドソフトボール(身体部門) | 11月4日(日) 午前9時から午後5時 | 武蔵野中央公園スポーツ広場 |

| 競 技 | 日 程 | 会 場 |
|-----------------------|---------------------------------------|---------------------------|
| 車椅子バスケットボール (身体部門) | 平成 31 年 1 月 20 日(日) 午前 9 時から午後 5 時 | 武蔵野の森総合スポーツプラザ メインアリーナ |
| バレーボール (精神部門) | 平成 31 年 1 月 23 日(水) 午前 9 時から午後 5 時 | 東京武道館 大武道場 |
| バレーボール (身体部門) | 平成 31 年 2 月 2 日(土) 午前 9 時から午後 5 時 | 東京武道館 大武道場 |

2. 第 19 回東京都障害者スポーツ大会・第 71 回都民体育大会合同開会式の開催

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お互いのスポーツ競技への理解を深め、交歓を図れる式典を開催します。

3. 第 18 回全国障害者スポーツ大会「福井しあわせ元気大会」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 18 回全国障害者スポーツ大会 関東ブロック地区予選会派遣 | 各競技による | 関東圏各会場 | 対象：各競技 1 チーム派遣 |
| 第 18 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 18 回全国障害者スポーツ大会 「福井しあわせ元気大会」 派遣 | 10 月 11 日(木)～16 日(火) | 福井県 | 大会会期 10 月 13 日～15 日 |

【全国車いす駅伝】

競技団体と協働して予選会を実施し、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 30 回全国車いす駅伝大会 東京都選手団選手選考会 | 12 月 (予定) | 調整中 | |
| 第 30 回全国車いす駅伝大会 東京都選手団強化練習会 | 平成 31 年 1～3 月 (2 回程度) | 都内各所 | |
| 第 30 回全国車いす駅伝大会 派遣 | 平成 31 年 3 月 10 日(日) | 京都府 | |

4. 各種スポーツ大会・行事の開催・協力等

【東京マラソン 2019】

「東京マラソン」に協力し、日本最大であり、世界一の〔市民マラソン〕を目指す一大イベントの成功に寄与します。

| 事 業 名 | 日 程 | 場 所 |
|-------------|-----|--------|
| 東京マラソン 2019 | 調整中 | 都庁→東京駅 |

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。

1. 東京都多摩障害者スポーツセンター（詳細別紙参照）
- 2-1. 東京都障害者総合スポーツセンター（詳細別紙参照）
- 2-2. 障害者スポーツ振興推進事業

（1）人材の養成と連携

【審判員養成講習会】

東京都障害者スポーツ大会に向けて、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。

①審判員初級者養成講習会

| 事業名 | 日程 | 対象 | 場所 |
|-----------------------------|----------------------------|--------------------------|----------------------|
| スラローム審判員・音源走 監察員初級者養成講習会 | 5月3日（木祝） <9時～12時予定> | 今後審判員・監察員としての活動も考えている方 | 東京都障害者総合 スポーツセンター |
| サウンドテーブルテニス 審判員初級者養成講習会 | 平成31年2月9日（土） <9時～17時予定> | 視覚障害者のスポーツ、本競技に興味・関心のある方 | 東京都多摩障害者 スポーツセンター |

②審判員フォローアップ講習会

| 事業名 | 日程 | 対象 | 場所 |
|-----------------------------------|----------------------------|-------------------------------|----------------------|
| サウンドテーブルテニス 審判員フォローアップ 講習会 | 4月22日（日） <9時～17時予定> | 審判経験者、または普段から指導している方 | 東京都多摩障害者 スポーツセンター |
| スラローム審判員・音源 走監察員フォローアップ 講習会 | 5月3日（木祝） <9時～12時予定> | 審判員・監察員経験者、 または普段から指導している方 | 東京都障害者総合 スポーツセンター |
| ボッチャ審判員 フォローアップ講習会① | 7月7日（土） <9時～17時予定> | 審判員経験者、または普段から指導している方 | 東京都多摩障害者 スポーツセンター |
| ボッチャ審判員 フォローアップ講習会② | 平成31年3月2日（土） <9時～17時予定> | 審判員経験者、または普段から指導している方 | 東京都多摩障害者 スポーツセンター |
| フットベースボール審判 員フォローアップ講習会 | 調整中 | 審判員経験者、または普段から指導している方 | 調整中 |

【競技別指導者研修会】

障害のある人へのスポーツ指導に関して、各競技で障害に特化した指導技術等を知り、またその技術の向上を図るため、競技別の指導者研修会を実施します。

| 事業名 | 日程 | 対象 | 場所 |
|------------------|--------------------------|------------------------------|------------------|
| 視覚障害者の水泳指導者研修会 | 7月22日(日) <9時～15時予定> | 競技団体・障がい者スポーツ指導者・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 |
| 車いすレーサー指導者研修会 | 調整中 | 競技団体・障がい者スポーツ指導者・施設職員・学校関係者等 | 調整中 |
| ジャベリックスロー指導者研修会 | 11月17日(土) <13時～15時予定> | 障害者に日頃より指導をしている方 | 東京都障害者総合スポーツセンター |
| 精神障害者バレーボール研修会 ※ | 11月29日(木) <10時～16時予定> | 精神障害者をサポートする施設職員、スポーツ指導者等 | 東京都障害者総合スポーツセンター |

※精神障害者バレーボール研修会は、同日 13～16 時に開催する精神障害者のバレーボール練習会とセットの研修会です。

【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、選手の養成事業を実施します。

| 事業名 | 日程 | 対象 | 場所 |
|---|--------------------------|-------------------------|------------------|
| 精神障害者のバレーボール練習会（共催：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） | 11月29日(木) <13時～16時予定> | 精神障害者とサポートをするスポーツ指導者等 | 東京都障害者総合スポーツセンター |
| 車いすレーサー練習会 | 調整中 | 肢体不自由児者とサポートをするスポーツ指導者等 | 調整中 |
| 新規 (仮称) かけっこ練習会 | 調整中 | 知的障害児者とサポートをするスポーツ指導者等 | 調整中 |

(2) 障害者スポーツ団体等への支援事業（競技団体支援）

【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 |
|---|-----|-----|
| 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) | 調整中 | 調整中 |
| 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) | 調整中 | 調整中 |
| 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) | 調整中 | 調整中 |

| 事業名 | 日程 | 場所 |
|---|-----|-----|
| 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) | 調整中 | 調整中 |

【競技団体支援事業】

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。

【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います。

【競技団体連絡協議会の開催】 年 2 回程度

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。

(3) 障害者スポーツに関する理解啓発（理解啓発）

【広報活動】

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。

(4) 障害者スポーツに関する調査研究

各種障害者スポーツに関する調査研究

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、会員対象としたスポーツ観戦会等を実施、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。

V 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してのハートフルな対応ができる研修を行います。

VI 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

協会本部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30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30年4月1日から平成31年3月31日)

東京都多摩障害者スポーツセンター
東京都障害者総合スポーツセンター

平成30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3期指定管理者指定申請書に記載した事項などを踏まえ計画的な事業執行を図ると共に、「東京における障害者スポーツ振興ビジョン」の実現に向け、障害者専用スポーツ施設としての機能の充実と効果的な運営、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の推進などに努めます。

特に、地域振興事業については、協会の障害者スポーツ地域開拓推進事業と十分に連携を取りながら、関係機関とも連携し障害者スポーツ振興の計画的かつ着実な事業展開に取り組みます。

また、2020東京パラリンピックに向けて、競技スポーツの振興とアスリートの競技力向上の支援に積極的に努めます。

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 障害者のある方一人ひとりのスポーツを通じた豊かな生活の実現を支援します。

(2) 事業の展開

- ① ジュニアから高齢者まで、利用者の障害の種類や程度、並びにライフステージ・ライフスタイルに応じたスポーツ支援を行います。特に、初心者・初級者のスポーツ導入のためのプログラムや対応のための体制を強化します。
- 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協会事業や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利用者ニーズの高いプログラムの充実を図ります。
- ⑥ 2020東京パラリンピックを視野に入れ、ジュニアを対象とした選手育成や障害者アスリートの競技力向上の支援に取り組みます。

(3) 適正かつ効果的・効率的な運営

関連法令を遵守すると共に、運営懇談会や利用者ニーズ調査等を踏まえ、求められるサービスの提供と利用者の安心や満足感、職員の意欲や達成感、財政の健全化など、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30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) 指定管理者申請書記載事項を踏まえ、効率的かつ効果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振興に効率的に取り組めます。
- (4) 利用者個々の状況に応じたサービス提供の充実に努めます。
- 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。特に、日常的な個人利用者の利便性の向上を図るため、主に初心者・初級者を対象に、障害の種類や状況に配慮したサポートやアドバイスを充実させ、継続的なスポーツ活動につなげていきます。
 - ② 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、医療機関などとの連携について更に充実していきます。
 - 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 子どものころ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、継続して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。
- (5) 障害のある人の社会参加の促進、共生社会の実現のために、ソーシャルワーク的な視点からの支援サービスの提供にも取り組んでいきます。
- (6) 障害者スポーツに関する情報を幅広く発信し、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）」や広報誌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がい者スポーツ指導員やボランティアの養成講習会などを実施し、人材の育成から具体的な活動に結び付ける取り組みを推進します。また、多種多様なスポーツ人材の方々との連携・協働に取り組んでいきます。
- (8) 2020 東京パラリンピックを視野に入れ、競技力向上や選手発掘に繋がる事業を実施するとともに、協会事業や競技団体と連携調整を図り、競技選手の育成強化や競技スポーツアスリートへの支援に積極的に取り組みます。
- (9) 職員のより専門的な知識と技術の習得を支援するとともに、よりきめ細かな実態に即した研修を行い、今後の障害者スポーツの振興・発展を更に強く推進するために支援体制の強化を図ります。
- (10) 大規模災害などの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。
- (11) 総合スポーツセンターは引き続き改修工事の安全施行と事業活動の充実に努める共に、リニューアルオープンに向け、更に充実した施設運営に努めます。また、改修工事期間にあたる多摩スポーツセンターでは、代替施設の活用や近隣施設等の協力を仰ぎ、活動の継続と支援の充実に努めます。

東京都多摩障害者スポーツセンター 平成30年度 事業のご案内

館内改修工事のため、平成30年4月から平成31年6月頃まで閉館します。
その間は、代替施設として味の素スタジアムにある調布庁舎にて開館しています。
味の素スタジアムとの調整により一部内容が変更になる場合もあります。予めご了承ください。

☆ 障害者スポーツセンターの特長 ☆

障害の種類・程度や年齢層に応じて、「リハビリテーションから健康の維持増進」「楽しむスポーツから競技スポーツまで」様々な利用目的に合わせてみなさまのニーズにお応えします。

みなさんが、「安心・安全」にスポーツに取り組み、継続してスポーツが楽しめるように、健康スポーツ相談や各種教室・大会・講習会等の事業を実施しています。

詳しくは、スポーツ施設にいる専門スタッフや受付窓口でお気軽にお尋ねください。

☆ ご利用案内 ☆

利用施設：トレーニング室・卓球室・STT室・体育館（9:00～20:30）※各施設に専門スタッフがいます。
集会室・印刷室（9:00～21:00）

※プールについては、代替施設での利用はできませんが、週1回センタースタッフが、
武蔵野の森総合スポーツプラザのプール施設にてみなさまのお越しをお待ちしています。

（原則毎週月曜日9:00～13:00）

休館日：原則毎週水曜日（詳しくは利用カレンダーをご覧ください）

健康スポーツ相談

スポーツ医事相談

＜初めて運動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 | 毎月4回 | 午前又は午後 | 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 | 4名 (予約制) | 医務室 トレーニング室 | 毎月1～2回 | 午前又は午後 | 主治医の運動許可内容や「医師によるスポーツ医事相談」等をもとに、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) | 相談室 | 毎月1回 | 午前又は午後 | 健康な生活を送るためのバランス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します。 |

※医師等の都合により、実施日・時間に変更となることがあります。予めご了承ください。

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 | 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 | 要相談 | 要相談 | センターを利用して間もない方等で卓球・バドミントン等を実施したいけど不安を抱いている方の為の相談です。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？ |

【健康スポーツ相談の申込みについて】

相談対象者－ 各種相談を希望される方は、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。

各種相談は、事前に予約が必要です。希望される方は、受付または電話でお問い合わせください。

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 |
|------------------------------|-------------|--------------------|--|--|-----------------|---|
| いきいき TAMAボックス | 障害児者 介護者 | なし | 体育館 | 金曜日 5/11 7/13 9/7 11/9 1/11 3/8 | 12:00～ 13:00 | 立ってでも、座ってでも、OK！ リズムにのって、ココロオドル楽しい体操を みんなでいきましょう！ |
| 健康運動指導士による リフレッシュ 健康体操 | 障害児者 介護者 | なし | 体育館 | 5/8(火) 6/7(木) 7/26(木) 8/2(木) 9/6(木) 10/13(土) 11/6(火) 12/6(木) 1/14(月・祝) 2/26(火) 3/7(木) | 13:00～ 14:00 | 椅子に座りながら！マットの上で！ 自分のペースで！ 自宅でも、健康づくりのためにお手軽にできる 体操をスタッフが紹介します。 |
| リフレッシュ健康体操 ヨガ | | | | 木曜日 4/26 5/31 6/28 7/12 9/27 10/25 11/29 12/27 2/28 3/28 | | 特別な道具を使わなくても簡単にできる 大注目のヨガ。 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！ |
| レクリエーション スポーツ | 障害児者 介護者 | なし | 体育館 全面 | 5/3 (木・祝) 8/17 (金) 10/19 (金) 2/15 (金) | 13:00～ 14:30 | 担当スタッフが考え抜いたおもしろいスポーツや はじめて挑戦するスポーツで、楽しく身体を 動かしましょう！ |
| | | | 体育館 半面 | 7/31 (火) 11/20 (火) 12/7 (金) 3/15 (金) | | |
| インドアペタンク | | | 体育館 全面 | 火曜日 7/10・24 8/14・28 9/11 | 13:00～ 14:30 | |
| ユニカール | 体育館 全面 | 火曜日 1/29 2/5・19 | ユニカールは、「カーリングを屋内でも楽しめるように」と 考案されたスポーツ！冬の競技の醍醐味を体育館で 体験してみませんか？ | | | |
| ラジオ体操 | 障害児者 介護者 | なし | 体育館 トレーニング室 | 通常開館日 | 9:10～ 9:15 | 朝はやっばりラジオ体操！ラジオ体操第一を体育館と トレーニング室で行います。皆さんで体操をして、 爽やかな気持ちで一日を始めましょう！ |

※トレーニング室において「全国自転車の旅」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 |
|-----------------|----------------|----|-----|---------------------------------------|-----------------|--|
| 体力測定 【身体】 | 身体障害者 | なし | 体育館 | 5/13 (日) 9/1 (土) 11/18 (日) 2/3 (日) | 13:00～ 15:00 | 自分の身体を振り返ってみませんか？ 定期的に測定し、これからの運動に つなげましょう！！ |
| 体力測定 【知的・精神】 | 知的障害者 精神障害者 | なし | 体育館 | 日曜日 4/22 7/1 10/7 1/13 | 13:00～ 15:00 | |

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 |
|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|---|-----------------|---|
| トランポリン | 障害児者 | なし | 体育館 | 日曜日 4/15 土曜日 5/5(祝) 6/16 9/15 10/20 12/22 1/19 2/16 3/16 | 13:00～ 15:30 | 大きなトランポリンで全身を使って みんなでジャンプ！ |
| 初心者水泳教室 | 障害児者 | なし | 武蔵野の森 総合スポーツ プラザ プール | 金曜日 1/11・25 2/8・22 3/8・29 | 13:00～ 15:00 | 「水に顔をつけるのが不安だな。」「なかなかバタ 足・息継ぎが上手くいかない。」「25mを泳ぎたい ！」と個々に合わせ水慣れから泳法の練習を 行います。目標は25m完泳！ |
| 知的障害者の 水泳教室 | 知的障害児者 | 20名 (申込制) | 武蔵野の森 総合スポーツ プラザ プール | 土曜日 5/12 6/9 7/21 9/1 10/27 11/10 | 13:00～ 15:00 | 水泳をこれからやってみたい方！もっと泳ぎが 上手になりたい方！教室でみんなと一緒に 目標へ向かって泳いでみましょう！ ※時間と申込について開催要項をご覧ください |
| バランスボール トレーニング | 障害児者 介護者 | なし | 体育館 | 金曜日 5/25 6/15 7/20 9/28 10/26 11/16 12/21 1/18 | 13:00～ 14:00 | 大小のバランスボールやチューブを使い、全身のトレー ニングを行います。バランス感覚を養いながら、筋力強 化を目指しましょう！ |
| サッカー教室 | 知的障害児者 | なし | 体育館 | 5/12(土) 6/10(日) 7/22(日) | 10:00～ 12:00 | 基礎練習からゲームなどを行います。初心者・経験者 の方どなたでも参加できる教室です。 サッカー未経験者も大歓迎！ |
| ルディック ウォーキング | 障害児者 | なし | 体育館 | 月曜日 5/28 6/18 7/30 9/3 10/22 11/19 12/17 1/21 2/18 3/25 | 12:00～ 13:00 | 運動量・バランス感覚のアップを目指し、全身 を大きく動かして、新たな健康づくりに挑戦し てみませんか？ |

| | | | | | | | |
|---|-------------|------|----|-----|---|-----------------|--|
| 新 | 卓球入門 | 障害児者 | なし | 体育館 | 5/18(金) 5/29(火) 6/12(火) 6/22(金) 7/3(火) 7/27(金) 9/4(火) 9/14(金) 10/2(火) 10/12(金) | 13:00～ 15:00 | 「卓球をやってみたい！」と思っている方！ 必見です!! 基礎から学び、目標はフリー！ ※教室開催時は、卓球室を閉鎖させていただきます |
| ボ | | | | | | | |
| 新 | ショートテニスデビュー | 障害児者 | なし | 体育館 | 12/18(火) 1/8(火) 1/22(火) 1/26(土) 2/2(土) | 13:00～ 15:00 | 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！ 皆さんで楽しくプレーをしてみませんか？ |
| ボ | | | | | | | |

中・上級教室

<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 | |
|-----|--------------|------|----|-------------------------------|--|--------------------------------------|---|
| 新 | ワンポイント卓球 | 障害児者 | なし | 体育館 | 5/18(金) 5/29(火) 6/12(火) 6/22(金) 7/3(火) 7/27(金) 9/4(火) 9/14(金) 10/2(火) 10/12(金) | 13:00～ 15:00 | 「卓球をもっと上手になりたい!!」と思っている方!! 課題の克服やさらなる上達など、目的にあった サポートをしていきます。初心者から上級者まで、 どなたでも大歓迎!! ※教室開催時は、卓球室を閉鎖させていただきます |
| | ワンポイント水泳 | 障害児者 | なし | 武蔵野の森 総合スポーツ プラザ プール | 6/5(火) 6/30(土) 7/22(日) 7/27(金) 9/3(月) 9/20(木) 10/23(火) 11/17(土) 12/14(金) 1/11(金) 1/25(金) 2/8(金) 2/22(金) 3/8(金) 3/29(金) | 13:00～ 15:00 | 武蔵野の森の新しいプールで 今よりもきれいな泳ぎ方を目指すぞ! |
| 新 | ワンポイントトレーニング | 障害児者 | なし | トレーニング室 | ※6月より各月事業予定により 日程決定 | ・10:00～ 12:00 ・13:00～ 15:00 | 日頃のトレーニングで疑問に思っていること、 マシンの使い方などいろいろなトレーニングの ワンポイントを分かりやすくお伝えします。 ぜひ、トレーニングの合間に声をかけてください! |

アウトドア教室

<屋外に出て、スポーツ体験をしましょう!>

| 事業名 | 対象 | 定員 | 場所 | 実施日 | 内容 |
|----------|-------------|--------------|----|----------|-----------------------------------|
| 多摩ハイキング! | 障害児者 介護者 | 15組 (申込制) | 未定 | 土曜日 10/6 | 仲間と一緒に交流しながら楽しく歩き 秋の自然を探しに行こう! |

大会前教室

<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 |
|-------------------|-------------|----|----------------------|-------------------------------|-----------------|--|
| 都大会前 陸上競技 | 都大会 出場者 | なし | 味の素 スタジアム 西競技場 | 金曜日 5/4 (祝) ※荒天時は体育館で行います。 | 13:00～ 15:00 | 都大会に向けて、走り方のコツ、教えます! ルールの確認やワンポイントアドバイスまで 個々に合わせて行います。大会で良い記録を 出すために、一緒に練習しましょう。 目指せ、全スポ!! |
| 都大会前 スローイングタイム | 都大会 出場者 | なし | 味の素 スタジアム 西競技場 | 金曜日 5/4 (祝) ※荒天時は体育館で行います。 | 13:00～ 15:00 | 都大会に向けて、投げ方の方法やコツを 知りたい方! ルールの確認や記録に挑戦して レベルアップしましょう! 目指せ、全スポ!! |
| 都大会前 卓球 | 都大会 出場者 | なし | 体育館 半面 | 土曜日 5/19 | 15:00～ 17:00 | 都大会に向けて、ルールの確認や技術の向上をして いきましょう! 初めての大会で不安な方、試合前に アドバイスが欲しい方! 是非ご参加をお待ちしております! 目指せ全スポ!! |
| 大会前 卓球 | 卓球大会 出場者 | なし | 体育館 | 日曜日 10/14 10/21 | 18:30～ 20:30 | 大会前に、スキルアップやルールの確認をしましょう。 大会での勝利と一緒に目指します!! |

アスリート支援教室

<より高い競技力を目指す方へ!>

| 事業名 | 対象 | 定員 | 場所 | 実施日 | 時間 | 内容 |
|----------|--------|----|---------------------------|---|-----------------|---|
| 水泳選手育成教室 | 身体障害児者 | なし | 武蔵野の森 総合スポーツ プラザプール | 土曜日 5/19 6/23 7/28 9/15 10/6 11/17 1/19 2/16 3/16 | 19:00～ 20:20 | 己を磨け! さらなる飛躍を目指せ! ※1月以降の日程については、会場の都合により、 会場の変更・開催自体が中止となる場合もあります |

親子で楽しむジュニア対象教室

<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 |
|---------------------------|------------------------|--------------|-----------|---|-----------------|---|
| のびのび ジュニア体操クラブ -重度- | 3歳～小学生 重度障害児 介護者 | 20組 (申込制) | 体育館 | 日曜日 6/3 7/15 9/2 10/7 11/11 12/2 1/20 2/3 3/24 | 10:30～ 12:00 | 穏やかな雰囲気の中で、楽しくひとりひとりの ペースに合わせて行います。 親子で一緒にストレッチやレクリエーションを しませんか? |
| キッズ運動 | 3～5歳未就学 障害児 介護者 | 20組 (申込制) | 体育館 半面 | 日曜日 6/24 7/29 9/30 10/28 11/25 12/16 1/27 2/24 3/31 | 13:00～ 14:30 | 幼少期に必要な走る・蹴る・投げるなどの様々な 動きを身につけよう! 運動を通して親子で楽しい 時間を過ごしませんか? |

| | | | | | | | |
|---|--------------------|---------------------|--------------|-----|---|-----------------|--|
| | ジュニア体操 | 小1～3年 障害児 介護者 | 20組 (申込制) | 体育館 | 日曜日 6/24 7/29 9/30 10/28 11/25 12/16 1/27 2/24 3/31 | 15:00～ 16:30 | 走る・投げるなどの基本的な動きや、用具を使うなど様々な動きを通して、「楽しい! 嬉しい!! できた!!!」という経験を育みませんか? |
| 新 | GO!GO! ジュニアスポーツ | 小中学生の 身体障害児 | 20名 (申込制) | 体育館 | 土曜日 6/9 8/18 10/13 2/9 | 10:00～ 12:00 | 君はダイヤの原石☆ あらゆるスポーツにチャレンジして、得意なことを見つけよう。 目指せ、金メダル!! |
| | | | | | 土曜日 7/21 9/29 12/8 1/12 3/23 | 13:00～ 15:00 | |

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!>

| | 事業名 | 対象 | 定員 | 場所 | 実施日 | 時間 | 内容 |
|---|-----------------|---------------------|----|-----------------------------|---|-----------------|--|
| ポ | 日曜広場 | 障害児者 介護者 地域住民 | なし | 体育館 | 日曜日 5/6 6/17 7/22 8/19 9/16 10/21 12/23 (祝) 1/20 2/17 3/17 | 13:00～ 15:00 | 毎月のテーマはお楽しみ☆ ウォーミングアップは、サンサン体操! テーマに沿って、工夫をしたスポーツや工作を みんなで楽しみましょう! |
| 新 | レッツ☆HIP HOP | 障害児者 介護者 地域住民 | なし | 体育館 | 日曜日 6/3 7/15 8/5 9/2 10/14 12/2 1/6 3/24 月曜日 2/11 (祝) | 12:00～ 13:00 | からだを動かすことが大好きなあなた! HIP HOPにトライしてみよう!! レッツ! ダンス!! |
| 新 | みんなで☆ゴルフ | 障害児者 介護者 地域住民 | なし | 国立市 谷保第三 公園 | 月曜日 6/4 10/15 | 13:00～ 16:00 | 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、たくさんの仲間を つくろう。 ※雨天時は中止になります |
| 新 | みんなで☆サッカー | 障害児者 介護者 地域住民 | なし | ミズノ フットサルプラザ 味の素スタジアム | 土曜日 6/16 | 13:00～ 16:30 | パス、ドリブル、シュート!!ゲームを中心に、専用の コートで思い切りボールを蹴ろう☆ 6月16日、キックオフ! |
| ポ | みんなで☆卓球 | 障害児者 介護者 地域住民 | なし | 体育館 | 5/3 (木・祝) 7/21(土) 9/15(土) 11/18(日) 1/12(土) | 10:00～ 12:00 | 卓球好きな人、集まれ! 初心者から上級者まで、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☆ |
| ポ | 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 | 6/25(月) 8/30(木) 10/29(月)12/20(木) 2/25(月) | 18:30～ 20:30 | 基礎からゲームまで、バドミントンのいろはを 教えます!! バドミントン好きの方、レベルアップ したい方! 大歓迎☆ |
| 新 | みんなで☆ボッチャ | 障害児者 介護者 地域住民 | なし | 体育館 | 11/24(土) 12/24 (月・振) 1/5(土) | 13:00～ 15:00 | 知名度急上昇中のパラリンピック種目! 初心者～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! |
| ポ | 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 | 土曜日 4/28 5/19 6/23 7/28 9/29 10/20 11/24 12/15 1/26 2/23 3/30 | 9:00～ 12:00 | 初めての方も大歓迎!! 大人から子供、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。花形スポーツの 車いすバスケットに挑戦してみよう! |

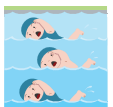
介護予防支援教室

<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 |
|---|----------|---------------|----|-----------------|--|-----------------|--|
| ポ | 介護予防運動教室 | 中高年障害者 介護者 | なし | くにたち市民 総合体育館 | 月曜日 5/14 6/25 7/9 7/23 8/13 9/10 10/1 11/12・26 12/10 1/7・28 2/25 3/4・18 | 12:00～ 13:00 | 一日のちよ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。年間を通して、皆さん と一緒にやってみましょう。 いつでも、どこでも、いつまでも... |

【スポーツ教室の参加・申込みについて】

- 参加資格 —
- 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、原則開催前月の1日から10日までが申込受付期間となっています。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。
 - ※知的障害者の水泳教室は4月12日(木)～4月30日(月・祝)が申込受付期間となります。
 - 申込み多数で抽選となった場合、都内在住・在勤・在学の方を優先とさせていただきます。あらかじめご承知おきください。
 - 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 | 備考 |
|----------------|--------------|---------------------------|---------|------------------|
| 第35回 水泳記録会 | ◆障害児者 | 武蔵野の森 総合スポーツ プラザプール | 9/9(日) | |
| 第32回 卓球大会 | ◆障害児者 | 体育館 集会室 | 11/3(土) | |
| 第14回 ポッチャ大会 | ◆障害児者 | 体育館 | 2/10(日) | |
| 第30回 ショートテニス大会 | ◆障害児者 | 体育館 | 3/3(日) | |
| 第3回 ユニカール体験大会 | 障害児者 地域住民 | 体育館 | 3/10(日) | 競技会と体験会の二つを行います。 |

【大会の申込みについて】

参加資格 — 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 — 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。（詳細は各大会要項をご確認下さい）

地域交流事業

行事

<どなたでも参加いただけます。ご家族やお友達をお誘いのうえ、ぜひお越しください！>

| 事業名 | 対象 | 場所 | 実施日 | 内容 |
|-------------|-----------------|-------|-----------|--|
| TAMAスポーツまつり | 障害者・介護者 地域住民 | 体育館ほか | 10/8(月・祝) | どなたでも楽しめるスポーツ体験やイベントが盛りだくさん！ ご家族・お友達を誘ってみんなで楽しい時間を過ごしましょう！ ※当日は、調布市民スポーツまつりも開催しています。 |

講習会

人材育成・理解啓発

| 事業名 | 対象 | 場所 | 実施日・時間 | 内容 |
|---|---|-------------|---|---|
| スポーツボランティア 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 | ①6月17日(日) 「日曜広場」に参加してみよう！ ②3月23日(土) 「GO! GO! ジュニアスポーツ」 に参加してみよう！ | 〈前半〉 10:00～ 12:00 〈後半〉 13:00～ 16:00 ★障害のある人のスポーツ活動の現場に関わってみたい★ …という方のための体験型講習会です！ 前半⇒オリエンテーションと講義 後半⇒教室に参加して、学んだことを実践してみよう！ ※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。 |
| フォローアップ講習会 | ・障がい者スポーツ指導員 ・協会登録スポーツ ボランティア ・施設・団体職員 他 | 集会室 体育館他 | 9月8日(土) 13:00～15:00 「レクリエーションスポーツを知ろう！」 ～身近な場所で楽しめるあれこれ～ 11月11日(日) 13:00～15:30 「自宅でできる簡単体操」 ～障害に配慮した留意点と声掛け～ | ★もっと現場で活躍したい!ステップアップしたい★ …という方のための体験型講習会です！ 活躍の場を広げませんか？都内の地域や施設のフィールドで 活躍する先輩のノウハウをお伝えします！ ※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。 (共催：東京都障がい者スポーツ指導者協議会) |
| 初級障がい者スポーツ指導員 養成講習会 ※(公財)日本障がい者 スポーツ協会公認 | 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 | 7月15日(日) 22日(日) 28日(土) 29日(日) 8月5日(日) | 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 | 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。 |
|--------------|---|

| 事業名 | 対象 | 場所 | 内容 |
|-------|----------------------|------|--|
| 事業見学会 | 障害者スポーツ活動 に興味のある方 | 館内施設 | 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！ |

東京都障害者総合スポーツセンター

平成30年度 事業のご案内

リニューアルオープン 7月1日(日) 予定

<本館> プール・体育館・卓球室(5台)・STT室(2台)
集会室・印刷室・宿泊室・食堂
<増築棟> トレーニング室・洋弓場(70m)・多目的室・研修室

※仮施設での運営は4月1日～5月31日となり、6月1日～6月30日は閉館となります。

全施設フルオープン 2月予定

<屋外施設> 運動場・庭球場(3面)

※体育施設には専門スタッフがいます。

☆ 障害者スポーツセンターの特長 ☆ 障害の種類・程度や年齢層に応じて、

『リハビリテーションから健康の維持増進』『楽しむスポーツから競技スポーツまで』
様々な利用目的に合わせ、利用者ニーズに対応します。

『安心・安全』にスポーツに取り組み、継続して実施していく事が出来るように
健康スポーツ相談や各種教室・大会・講習会等の事業を実施しています。

詳細についてはスポーツ施設にいる専門スタッフや受付窓口でお気軽にお尋ねください。

健康スポーツ相談

スポーツ医事相談

<初めて運動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 | 毎月3回 | 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。 |
| 理学療法士による スポーツ相談 | 障害児者 | 6名 (予約制) | 多目的室 トレーニング室 | 奇数月の第2土曜日 | 10:00～ 12:00 | 主治医の運動許可内容や「医師によるスポーツ医事相談」等をもとに、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。 |
| | | | | 偶数月の第3木曜日 | 13:00～ 15:00 | |
| 管理栄養士による スポーツ栄養相談 | 障害児者 | 4名 (予約制) | 医務室 | 第2木曜日 | 10:00～ 12:00 | 健康な生活を送るためのバランス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・時間に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、スポーツスタッフや障がい者スポーツ指導員等が様々な運動について相談を行い、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 |
|---------------------------------|------|-------------|-----|-----|-----|--|
| アシストサービス (はじめての スポーツ施設体験) | 障害児者 | なし (予約制) | 各施設 | 要相談 | 要相談 | 日常的な個人利用者の利便性の向上を図るよう、主に初心者・初級者を対象に障害の種類や状況に配慮するために利用者によるサポート(ピアサポート)や障がい者スポーツ指導員等によるアシストサービスを行い、継続的なスポーツ活動につなげていきます。 |
| センタースタッフによる 運動相談 | 障害児者 | なし (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。 |

【健康スポーツ相談の申込みについて】

相談対象者ー 各種相談を希望される方は、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。

各種相談は、事前に予約が必要です。希望される方は、受付または電話でお問い合わせください。

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、何をしていたか分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 |
|--------|--|------------------|--------------|--------|----------------------------|-----------------|--|
| | アーチェリー体験会 | 身体障害者 (中学生以上) | 8名 (申込制) | 洋弓場 | 8/17 (金) | 13:00～ 14:30 | アーチェリーを始めたい方、まずは体験をしてみませんか！ ※洋弓場の安全基準を理解し、遵守できる方。 |
| 新 ポ | チャレンジ スポーツ 【共催：センタークラブ】 BGクラブ 春風会 王子バルム スポーツ吹矢友好会 ソフトラクロスインドア同好会 | 障害児者 | 各5名 (申込制) | 運動場(芝) | ①ターゲットバードゴルフ 5/18 (金) | 13:00～ 15:00 | センタークラブのクラブ活動に参加して仲間といっしょにスポーツを体験しましょう！ |
| | | | | | ②太極拳 7/27 (金) | | |
| | | | | 多目的室 | ③手のひら健康パレー 10/11 (木) | | |
| | | | | | ④スポーツ吹矢 11/26 (月) | | |
| | | | | 体育館 | ⑤ソフトラクロス 1/14 (月・祝) | | |
| | にこにこ水中運動 | 障害児者 介護者 | なし (当日参加) | プール | 毎週月曜日 9月～ (5週目、2/11を除く) | 10:15～ 10:50 | 水の力を利用した体操のアクアビクス。 浮き具を利用したヌードルピクス。 またウォーキングでは、水中を自由自在に歩行します！！ |
| 新 | ラジオ体操 | 障害児者 介護者 | なし (当日参加) | 全館 | 通常開館日 | 9:05～ | みんなでレッツラジオ体操！ 身体をほぐして運動しましょう！ |

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 |
|--------|-------------------------------------|------------------|-------------------------------|--------------------------------------|---|---------------------------------|--|
| ポ | はじめよう！ フライングディスク入門 | 障害児者 | なし (申込制) | 体育館 | 日曜日 全3回 8/12 9/2 10/7 | 13:15～ 14:45 | これからフライングディスクを始めたい方 あつまれ！投げ方を学び、ターゲットを 狙います！ |
| | はじめよう！ 卓球入門(昼) | 障害児者 | 各20名 (申込制) | 卓球室 | 土曜日 全4回 8/4 9/1 10/6 11/10 | 13:00～ 14:30 | 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！ |
| 新 | はじめよう！ 卓球入門(夜) | | | | 木曜日 全4回 11/22 12/6 1/10 2/7 | 19:00～ 20:30 | |
| ポ | はじめよう！ テニス入門 | 障害児者 | なし (申込制) | 北区 中央公園 庭球場 (雨天中止) | 土曜日 全4回 7/14 9/8 *10/13 *11/10 | 14:00～16:00 *13:00～ 15:00 | 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す！ |
| ポ | はじめよう！ バドミントン入門 | 障害児者 | なし (申込制) | 体育館 | 金曜日 全5回 8/17 9/21 10/19 11/16 12/21 | 18:30～ 20:30 | バドミントンの基本を知りたい方あつまれ！ 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！ |
| ポ | はじめよう！ ポッチャ入門 | 肢体不自由児者 | なし (申込制) | 多目的室 | 月曜日 全4回 8/6・13・20・27 | 13:00～ 15:00 | 今、話題のポッチャ！基本のルールから 学び、ゲームが出来るまでを目指します！ |
| 新 ポ | はじめよう！ ブラインドスポーツ入門 | 視覚障害児者 | 10名 (申込制) | 体育館 | 木曜日 全4回 10/18 11/15 12/20 1/17 | 19:00～ 20:30 | これからスポーツを始めたい方あつまれ！ 様々なブラインドスポーツに挑戦し、自分 に合ったスポーツを見つけよう！ |
| | はじめよう！ アーチェリー入門 (※バックアップ) | 身体障害者 (中学生以上) | 8名 (申込制) | 洋弓場 | 日曜日 全8回 10/21・28 11/4・18・25 12/2・9・16 ※バックアップ 12/23 (日・祝) | 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！ |
| 新 ポ | はじめよう！ 車いすテニス入門 | 肢体不自由児者 | 10名 (申込制) | 体育館 | 金曜日 全3回 10/26 11/9 12/14 | 19:00～ 20:30 | 競技用車いすに乗ってテニスにチャレンジ してみよう！！ 車いす操作から打ち方まで基本から 学びましょう！ |
| | はじめよう！ 水泳入門 (木曜版) | 障害児者 | 各50名 (申込制) ①40名 ②10名 | プール | 木曜日 全5回 11/1・15・29 12/6・20 | 12:00～ 12:50 | ①水泳の基礎をしっかりと学んで、 上達への近道を！25m完泳が目標！ ②25mはなんとカウリアーしたけど、 もう少し泳げるようになりたい！ |
| | はじめよう！ 水泳入門 (日曜版) | | | | 日曜日 全5回 1/13・27 2/3・24 3/3 | | |
| ポ | はじめよう！ サッカー入門 | 障害児者 | なし (申込制) | 運動場 *体育館 <small>雨天時体育館</small> | 土曜日 全4回 *2/9 2/23 3/9・23 | 10:00～ 12:00 | これからサッカーを始めたい人あつまれ！！ 基本から学んで、ボールと友達になろう！ |

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 |
|--------------------|-----------------------|----------------|--|--|------------------------------|---|
| アーチェリータイム | H28年度4月以降 認定証所持者 | なし (要カード交換) | 体育館 | 金曜日 全2回 4/27 5/25 | 13:00～ 17:00 (受付15時まで) | アーチェリー認定証所持者のための時間です。 ゆずり合いながら、しっかり練習しましょう！ 1.2mまでの行射が出来ます。 |
| 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 (要カード交換) | 洋弓場 | 土曜日 全8回 7/21 8/18 9/29 10/20 11/17 12/15 1/19 2/16 | 13:00～ 15:00 | 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！) |
| めざせ！ 「テニス大会」 | はばたきテニス大会 出場希望者 | 20名 (申込制) | 首都大学東京 荒川キャンパス 庭球場 雨天時総合SC 研修室 | 9/1 (土) | 13:00～ 15:00 | はばたきテニス大会(9/15・16)に向けての レベルアップとルールの確認をしましょう。 雨天時は、センターの研修室にてルール の確認をしましょう。 |
| めざせ！ 「陸上大会」 | はばたき陸上大会 出場希望者 | 20名 (申込制) | 板橋区立 新河岸 陸上競技場 | 9/15 (土) | 13:00～ 17:00 | はばたき陸上大会(9/30)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！ 「バドミントン大会」 | はばたきバドミントン大会 出場希望者 | 20名 (申込制) | 体育館 | 11/3 (土・祝) | 9:00～ 12:00 | はばたきバドミントン大会(11/11)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！ 「水泳大会」 | はばたき水泳大会 出場希望者 | 30名 (申込制) | プール | 8/12 (日) | 10:00～ 11:50 | はばたき水泳大会(8/26)に向けてのレベル アップとルールの確認をしましょう。 |

アウトドア教室 <屋外に出て、スポーツ体験をしましょう！>

| 事業名 | 対象 | 定員 | 場所 | 実施日 | 時間 | 内容 |
|------------------------|------|--------------|------------------------------|---------------------------------------|-----------------|---|
| ポ ルディック ウォーキング教室 | 障害児者 | なし (当日参加) | 近隣の公園 雨天時多目的室 *雨天時 体育館 | 火曜日 全5回 *5/8 7/10 9/4 10/2 11/6 | 13:30～ 14:45 | 屋内外で楽しめるルディックウォーキング。 こここベースで気持ちよく、野外の気持ちよさを 一緒に楽しみましょう！ |

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スキルアップ！>

| 事業名 | 対象 | 定員 | 場所 | 実施日 | 時間 | 内容 |
|-----------------------------------|--------------------|--------------|-----|---|-----------------|---|
| 水泳選手育成教室 | 障害児者 | 15名 (申込制) | プール | 日曜日 全10回 9/2・23 (祝) 10/7・28 11/4・25 12/2・23 (祝) 1/6・27 | 18:00～ 20:00 | 競技会出場経験のある選手が対象です。 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 スポーツ栄養学 | ◆障害児者 介護者または指導者 | 30名 (申込制) | 研修室 | 全2回 9/9 (日) 2/22 (金) | 19:00～ 20:30 | スポーツを行うに必要な栄養学について学ぶこと 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？ |
| 新 障がい者 スポーツトレーナー によるサポート | 障害児者 介護者または指導者 | 2名 (予約制) | 各施設 | 月2回程度 (7月～開始予定) | 要相談 | 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！ |

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 | 日曜日 全5回 8/11 (土・祝) 9/17 (月・祝) 11/4 12/16 1/20 | 10:00～ 12:00 | 元気なジュニアあつまれ！ 日常、車いす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。 |
| ジュニア わくわくスポーツ教室 | 知的障害児 | なし (申込制) | プール | 土曜日 全2回 8/18 9/22 | 12:00～ 12:50 | 元気なジュニアあつまれ！ いろいろな運動を経験して、楽しみながら 体力アップ！ |
| | | | 多目的室 | 土曜日 全4回 10/6 11/17 12/15 1/19 | 15:00～ 16:00 | |



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 介護者 地域住民 | なし (当日参加) | 体育館 | 土曜日 全4回 5/19 8/25 10/20 2/16 | 13:00~ 16:00 | |
| 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 介護者 地域住民 | なし (当日参加) | 体育館 | 土曜日 全4回 9/29 10/27 1/26 2/23 | 13:00~ 15:00 | ラケットスポーツを通じて、みんなで交流 しましょう！ ご家族、お友達、ご近所の方と一緒にどうぞ！ |
| 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 介護者 地域住民 | なし (当日参加) | 首都大学東京 荒川キャンパス庭 球場 (雨天中止) | 土曜日 全2回 10/6 12/15 | 13:00~ 16:00 | |
| ボ | みんなで ポッチャ 共催:王子ホールスターズ (センタークラブ) | ◆障害児者 介護者 地域住民 | なし (当日参加) | 体育館 | 土曜日 全2回 5/12 12/22 | 13:00~ 16:00 | ゲームを通じて、みんなで交流しましょう！ ご家族、お友達、ご近所の方と一緒にどうぞ！ |
| ボ | みんなで ブラインドサッカー | ◆障害児者 介護者 地域住民 | なし (当日参加) | 体育館 | 日曜日 全2回 5/20 1/13 | 9:00~ 12:00 | 音を頼りにボールをけてみよう！ ご家族、お友達、ご近所の方と一緒にどうぞ！ |
| ボ | あそびのひろば | ◆障害児者 介護者 地域住民 | なし (当日参加) | 体育館 | 全5回 *5/5(土) 7/16(月・祝) 9/17(月・祝) 12/24(月・祝) 3/21(木・祝) | 13:15~ 15:00 *13:30~ 15:00 | 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全身を使って遊び ましょう！ |
| ボ | レッツ！車いすバスケ | ◆障害児者 介護者 地域住民 | なし (当日参加) | 体育館 | 日曜日 全2回 7/22 1/27 | 9:00~ 12:00 | 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、ご近所の方と一緒にどうぞ！ |
| ボ | みんなで 盆パピピクス & レクリエーションスポーツ | ◆障害児者 介護者 地域住民 | なし (当日参加) | 体育館 | 金曜日 全11回 4/13 5/4 7/6 8/3 9/7 10/5 11/2 12/7 1/4 2/1 3/1 | 13:00~14:50 盆パピ13:00~ 13:50 & レク14:00~ 14:50 | 盆踊りとパラパラを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！ & 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！ |
| 新 ボ | みんなでエンジョイ エアロダンス | ◆障害児者 介護者 地域住民 | なし (当日参加) | 多目的室 | 土曜日 全9回 7/21 8/25 9/22 10/27 11/24 12/22 1/26 2/23 3/23 | 11:00~ 12:00 | 音楽に合わせてみんなで楽しく体を動かし ましょう！ |

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・片側麻痺) 介護者 | なし (当日参加) | プール | 日曜日 全5回 7/29 8/19 9/16 10/14 12/9 | 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！介助者の方には介助方法等を伝授します。 (介助者同伴をお願いします) |
| 親子で楽しむ 重度ジュニア体操 | 身体障害児 (3歳以上小学生以下) (四肢・体幹障害) 介護者 | 親子10組 程度 (申込制) | 多目的室 | 日曜日 全5回 9/9 10/28 11/4 12/2 1/13 | 13:00~ 15:00 | リズムに合わせた体操や、ボールや遊具 を使用して親子で楽しく身体を 動かしましょう！ |

介護予防支援教室 <生活に役立つ運動を継続して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 |
|--------|---------------------|-------------|--------------|-------------|--|-----------------|---|
| 新 | ストレッチ & 体操タイム | 障害児者 介護者 | なし (当日参加) | 体育館 多目的室 | 毎週火曜日 4/10~5/29 毎週火曜日 7/3~3/26 | 13:00~ 13:30 | 簡単なストレッチに体幹トレーニングと バランス運動を行います！ 楽しみながら転倒を予防しましょう！！ |
| 新 ボ | 自分を知ろう！ 体力測定 | 障害者 | なし (当日参加) | 体育館 多目的室 | 5/28(月) 月曜日 全4回 7/30 10/29 1/28 3/25 | 13:00~ 14:00 | 自分の体力を知るチャンス！！ 今後ロコモティブシンドローム(立つ・歩くの行動 の低下)にならないような身体づくりをしていま しょう。 |

【スポーツ教室の申込みについて】

参加資格 — 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。定員のある教室(申込制)は、事前に申込みが必要です。東京都在住・在勤・在学の方を
優先とします。詳細につきましては、申込書をご覧ください。

※アーチェリーについて、中学生の場合は、保護者同伴でご参加下さい。

◆印のある教室は、障害のない方も参加できます。

申込方法 — 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。
ただし、中・上級教室 めざせ！「〇〇大会」については、各大会の申込期間に合わせての申込みになります。

※ 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 | 内 容 |
|--|------------------|--------------------------|---------------------------|---|
| 第 2 5 回はばたきグラウンド・ゴルフ大会 | ◆障害児者 | 北区中央公園 野球場 | 4月21日（土） | 初めて大会に出場する方も安心して 参加できます！ 日頃の練習の成果を発表する場にしましょう！ 大会を通じて沢山の仲間と出会い、 新しいステージへ踏み出してみませんか？ |
| リニューアルオープン記念 第 3 2 回はばたき水泳大会 共催：東京都障害者水泳連盟 | 障害児者 | プール | 8月26日（日） | |
| 第 3 2 回はばたきテニス大会 | ◆障害児者 | 首都大学東京 荒川キャンパス 庭球場 | 9月15日（土） ※9月16日（日） 予備日 | |
| 第 3 1 回はばたき陸上大会 | ◆障害児者 | 板橋区立 新河岸 陸上競技場 | 9月30日（日） | |
| リニューアルオープン記念 第 2 9 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11日（日） | |
| 第 1 7 回はばたきターゲットバードゴルフ大会 | ◆障害児者 | 北区中央公園 野球場 | 11月17日（土） | |
| 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 | ◆障害児者 （18歳以下） | 体育館 | 12月23日（日・祝） | |
| リニューアルオープン記念 第 3 1 回はばたきアーチェリー大会 | ◆障害者 （中学生以上） | 洋弓場 | 平成31年3月10日（日） | |
| 地域交流バドミントン大会（中・上級者） | ◆障害者 （中学生以上） | 足立区総合スポーツ センター | 平成31年2月2日（土） | |

【大会の申込みについて】

参加資格 — 小学生以上の方が対象となります。

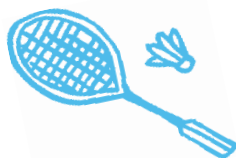
◆印のある大会は、障害のない方も参加できます。（但し条件あり。詳しくは各大会要項をご確認ください。）

申込方法 — 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 <どなたでも、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 |
|-----------------------|-----|-----------|--|
| リニューアルオープン記念 スポーツ祭 | 全館 | 7月1日（日） | ・オープニングセレモニー ・障がい者スポーツ体験 ・障がい者アスリートによるデモンストレーション ・センター見学会 |
| 全館オープニングイベント | 全館 | 平成31年2月予定 | 検討中 |



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 | 障害者スポーツ活動に興味がある者 | 体育館 集会室他 | 【体験編】※両日とも同様の内容です。 ①「スポーツ用車いすに乗ってみよう！」 8月7日（火） 平成31年3月17日（日） ②視覚障害者スポーツ「ゴールボール」 5月13日（日） 平成31年1月8日（火） ③障害のある人の泳ぎを体験してみよう！ 7月28日（土） | 障害のある方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。 ※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。 |
| | | | 【教室体験編】全2回通しての講習です。 ①「ジュニア車いすスポーツ教室」 11月4日（日） 12月16日（日） ②「ジュニアわくわくスポーツ教室」 12月15日（土） 平成31年1月19日（土） | |
| フォローアップ講習会 | ・障がい者スポーツ指導員 ・協会登録スポーツボランティア ・施設・団体職員 | | 【実践編】※全3回通しての講習です。 ①重度障害者のためのプール 8月19日（日） 9月16日（日） 10月14日（日） | 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、スポーツボランティア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。 |
| | | | 【知識編】 共催：東京都障害者スポーツ指導者協議会 ①聴覚障害者とのコミュニケーション 11月30日（金） ②全国障害者スポーツ大会の障害区分について 平成31年3月21日（木・祝） | |
| 初級障がい者スポーツ指導員養成講習会 | 東京都内在住・在勤・在学の資格取得希望者 | 集会室 体育館他 | 平成31年 2月18日（月） 19日（火） 21日（木） 22日（金） 25日（月） | （公財）日本障がい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。 ※詳細は、別紙要項にてご確認ください。 |
| 医療連携講座 | 医療関係従事者 | 集会室 | 11月27日（火） 平成31年3月16日（土） 予定 | 医療関係従事者の方にセンターの情報や利用者の声を届け、病院患者及び地域住民に届くように繋がり築く講座を実施します。 |

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 (当日参加) | 洋弓場 | 平成31年3月10日（日） | 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。 |

【講習会の申込みについて】

参加資格 — 各講習会の募集要項をご確認ください。

申込方法 — 各講習会の募集要項を確認のうえ、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 | 要相談 ※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。 |
| 地域スポーツ施設利用促進事業 | 地域在住・在勤の障害者 | 文京区他 | 要相談 | 地域のスポーツ施設にて障害のある方が日常的に利用していけるよう支援していきます。 |
| アウトリーチ事業 | 医療従事者 通院・入院患者 とその家族 | 病院各所 | 要相談 | 退院後の生活を豊かに過ごすことができるように、スタッフが病院に向かい医療従事者、通院・入院患者とその家族の皆様にセンターの情報を伝えます。 |
| センター見学会 | 障害者スポーツ活動に興味がある方 | 各施設 | 要相談 | 障害のある方が障害者スポーツセンターでどのようにスポーツをしているのか？事業や各施設の見学を通してより障害者スポーツの理解を深めましょう。 |

個人利用代替施設

改修工事に伴い、個人利用のできる代替施設の使用を予定しております。日時などの詳細はスポーツセンターまでお問合せください。

(各施設へのお問合せはご遠慮ください。)

予定施設： 舎人公園庭球場、首都大学東京荒川キャンパス庭球場、東京都健康プラザハイジアなど