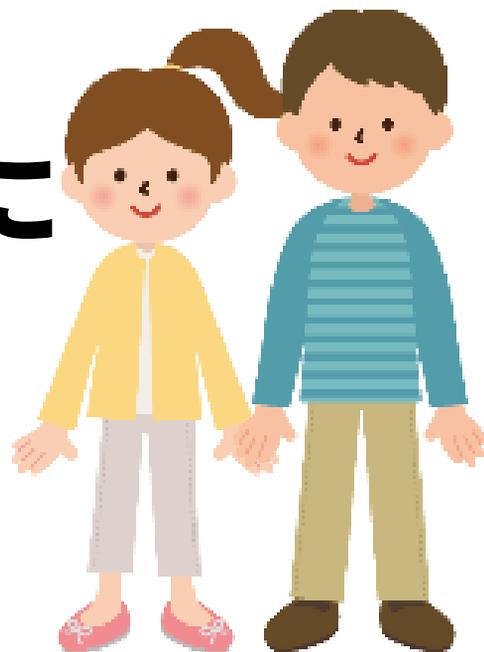


障害のある方の スポーツ活動支援に 興味ある方必見！



指導者を目指している方
ボランティアをしたい方

講習会、教室のボランティアを通して障害のある方の
スポーツ活動に触れてみませんか？

講習会

スポーツ ボランティア講習会

障害のある人のスポーツ活動を
共に楽しみながら支えるための
基礎やポイント、関わり方を学びましょう！

フォローアップ講習会

スポーツボランティアとして積極的に
活動する方を対象とした講習会です
知識を高め、スキルアップしましょう！

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の
資格取得の講習会です

ボランティア・指導者受け入れ対象教室

レクリエーション系

▶ チャレンジ！ジュニアスポーツ ▶ 作ってチャレンジ！レクタイム ▶ GOGOジュニア運動

体操系

▶ TAMA介護予防運動 ▶ レッツ☆HIPHOP ▶ TAMAウォークラリー ▶ TAMAアクア ▶ のびのびプールのひろば

スポーツ系

▶ レッツ☆車いすバスケット ▶ 卓球教室 ～ステップアップ編～ ▶ STT教室 ～ステップアップ編～ ▶ 水泳入門 ～めざせ！25m～
▶ みんなで交流☆ポッチャ ▶ みんなで交流☆テニス ▶ みんなで交流☆卓球 ▶ レクリエーションスポーツ
▶ みんなで交流☆サッカー ▶ 卓球教室 ～つづけようラリー～ ▶ みんなで交流☆バドミントン ▶ みんなで交流☆グラウンド・ゴルフ

申込

講習会

HPに掲載してある申込書をご記入の上
郵送、FAXにてご提出ください

指導者・ボランティア

HPに掲載してある申込書をご記入の上、郵送、FAXにて
ご希望の教室の開催日時の**14日前**までにご提出ください

お問合せ

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



042-573-3811

電話番号



042-574-8579

FAX

講習会

教室名	対象	定員	場所	開催日時
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	各回20名	集会室	第1回 10月23日(土) 第2回 11月9日(火)
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	各回15名	集会室	第1回 12月25日(土) 第2回 2月19日(土)
初級障がい者スポーツ指導員養成講習会	東京都在住・在勤・在学の 資格取得希望者	20名	集会室 体育館他	10月4日(月) 5日(火) 7日(木) 12日(火) 14日(木)

ボランティア・指導者受け入れ対象教室

教室名	対象	場所	開催日時	時間	内容
TAMAアクア	障害児者 介護者 ※15歳以上	プール	【6回】 10/14(木) 10/26(火) 11/11(木) 11/30(火) 12/9(木) 12/21(火)	10:00～10:50	水の特性を活かし、 楽しく身体を動かします
レッツ☆HIOHOP	障害児者 介護者 地域住民	体育館	【日曜日 3回】 1/16 2/13 3/13	13:30～14:30	リズムに合わせて、 身体を動かします
TAMA ウォークラリー	障害児者 介護者 ※雨天中止	センター周辺 ※雨天中止	5/21(金) 6/12(土) 10/2(土) 11/3(水・祝)	13:00～16:00	自然の景色を楽しみながら 園立ウォーキング!
作ってチャレンジ! レクタイム	障害児者 介護者 地域住民	体育館	【土曜日 3回】 2/12 2/26 3/12	13:30～15:30	道具を作って、体を動かして みんなでチャレンジ!
のびのびプールのひろば	肢体不自由児者 介護者	プール	【3回】 10/30(土) 11/27(土) 3/27(日)	13:30～15:30	波立たないプールで 水中での運動を見つけます
STT教室 ～ステップアップ編～	視覚障害児者 介護者	集会室1 STT室	【2回】 10/11(月) 11/6(土)	【1部と2部に分けて実施】 ①13:30～14:20 ②14:30～15:20	個々のレベルに合わせて 課題をクリアしていきます
GOGOジュニア運動	小中学生の 知的障害児 介護者	体育館	【3回】 10/17(日) 12/26(日) 2/23(水・祝)	13:30～15:00	走る・投げるなどの基本的な 動きや道具を使った動きを通して運動 する楽しさを体験します
TAMA介護予防運動	障害者 ※65歳以上 介護者	体育館	【火曜日 5回】 1/25 2/8 2/22 3/15 3/29	10:00～11:00	毎日の運動に取り入れられる 介護予防運動を行います

指導者を目指す方のみ

水泳入門 ～めざせ! 25m～	障害児者 介護者	プール	【日曜日 全6回】 10/10 10/24 11/14 11/28 12/19 12/26	【月曜日全6回】 1/17 1/31 2/14 2/28 3/14 3/28	13:30～15:00	個々の目標に合わせて水慣れから 泳ぎの練習までやります!
卓球教室 ～つづけよう! ラリー～	障害児者 介護者	体育館	【金曜日 全4回】 10/1 10/15 10/22 10/29	【土曜日 全4回】 12/4 12/11 12/18 12/25	13:30～15:30	個々のレベルに合わせて 卓球の練習を行います
卓球教室 ～ステップアップ編～	障害児者 介護者	体育館	【木曜日 4回】 1/20 1/27 2/3 2/10		17:30～19:30	個々のレベルに合わせて 練習を行います
チャレンジ! ジュニアスポーツ	小中学生の 身体障害児 介護者	体育館	【全3回】 10/3(日) 11/23(火・祝) 12/19(日)		13:30～15:00	いろんなスポーツにチャレンジ! やってみたいスポーツを探しましょ う!

ボランティアを希望する方のみ

レクリエーション・ スポーツ	障害児者 介護者	体育館	インドアバタック 【火曜日 3回】 1/18 2/1 3/8	ユニカール 【金曜日 3回】 1/28 2/18 3/18	13:30～15:00	スポーツに挑戦したいかたはこちら! インドアバタックとユニカールが体験 できます!
レッツ☆ 車いすバスケット	障害児者 介護者 地域住民	体育館	【4回】 1/9(日) 1/30(日) 2/27(日) 3/21(月・祝)		9:30～11:30	車いすの操作から始めるので 初心者大歓迎!
みんなで交流☆ ポッチャ	障害児者 介護者 地域住民	体育館	1/10(月・祝)		13:30～15:30	大人気のパラリンピック種目! 老若男女みんなが一緒に楽しめるス ポーツです!
みんなで交流☆ テニス	障害児者 介護者 地域住民	谷保第3公園 テニスコート ※雨天中止	3/19(土)		13:30～15:30	硬式テニスを始めてみたい方 ぜひご参加ください!
みんなで交流☆ グラウンド・ゴルフ	障害児者 介護者 地域住民	谷保第3公園 ※雨天中止	3/5(土)		13:30～15:30	生涯スポーツのグラウンド・ゴルフ! 青空の下、みんなで楽しみましょう!
みんなで交流☆ サッカー	障害児者 介護者 地域住民	ミズノフットサル プラザ調布	3/21(月・祝)		14:00～17:00	障害の有無に関係なくプレイするまぜ こぜサッカーを行います!
みんなで交流☆ 卓球	障害児者 介護者 地域住民	体育館	2/20(日)		13:30～15:30	初心者から上級者まで交流を深めなが ら卓球を楽しみましょう!
みんなで交流☆ バドミントン	障害児者 介護者 地域住民	体育館	3/6(日)		13:30～15:30	基礎からゲームまでバドミントンのい ろはをお伝えします!