



# 元気とやまの 障害者スポーツ



元気とやまの障害者スポーツ 平成25年3月発行

発行：富山県厚生部障害福祉課 〒930-8501 富山市新総曲輪1番7号 電話：076-444-3213 FAX：076-444-3494  
 編集：富山県障害者スポーツ協会 〒931-8443 富山市下飯野70-4 電話：076-413-2248 FAX：076-413-2304  
 印刷：第一共同印刷株式会社 〒939-8271 富山市太郎丸西町2丁目6-11 電話：076-421-0196 FAX：076-423-9811

平成25年3月



富山県障害者スポーツ協会

## はじめに

「富山県障害者スポーツ協会」が平成7年に「富山県身体障害者スポーツ協会」として設立(平成13年に「富山県障害者スポーツ協会」に改称)されてから18年が経ちました。これまでの障害者スポーツの振興に対し、多くの方々のご支援、ご協力をいただき心から感謝いたします。

富山県では、スポーツを取り巻く環境の変化や課題、国の動きに対応し、新しい時代に即したスポーツの振興を図るため、平成13年に策定した「富山県新世紀スポーツプラン」を見直し、平成24年4月に、「スポーツで創る、笑顔・ひと・元気とやま」を目指した「元気とやまスポーツプラン」を策定しました。その中で障害者スポーツへの理解と認識の拡大を図るとともに、障害のある人もない人も、共にスポーツ教室や大会などに参加できる機会の充実に努め、相互理解と交流を促進することとしています。

これらを実現するためには、障害の有無や年齢、性別等を問わずに、多くの人々が、関心、適性等に応じてスポーツができる環境の整備が必要であるとともに、県民の方々の理解と協力・支援が必要です。

ここに、元気とやまを象徴するように、明るく生き生きと楽しくスポーツに取り組む障害者の姿を県民のみなさんに届けるため、スポーツに取り組む障害者や、それを指導、支援されている指導者の方々の声をまとめ、写真とともに、「元気とやまの障害者スポーツ」として冊子にまとめました。

第1章は陸上競技などの富山県障害者スポーツ大会の競技に集う選手たち、第2章は障害者スポーツ教室等での活動や障害者スポーツを通じた交流活動を楽しむ人たち、第3章は全国障害者スポーツ大会を目指す選手たち、第4章はロンドンパラリンピックなど世界で活躍する選手たち、第5章は障害者スポーツの支援に取り組まれている人たちの姿を表しました。

今後とも、富山県の障害者スポーツに温かい理解と協力・支援をお願いしますとともに、ご高覧いただければ幸いです。

# 目次

はじめに

<b>第1章</b>	<b>大会に集い、競い合う選手たち</b> ————— 1 ～ 障害にまけない一人一人の挑戦 ～ 1 水泳競技会 2 陸上競技会 3 フライングディスク競技会 4 卓球競技会 5 ボウリング記録会
<b>第2章</b>	<b>障害者スポーツに親しむ</b> ————— 7 ～ スポーツで元気な心と楽しい生活 ～ 1 スポーツ教室の活動 2 スポーツを通じた様々な交流
<b>第3章</b>	<b>めざせ！全国大会</b> ————— 21 ～ 全国の仲間と競い、深める交流 ～ 1 全国障害者スポーツ大会 (1) 開催県とスローガン (2) 活躍する選手たち 2 各競技の全国大会や国際大会
<b>第4章</b>	<b>世界にチャレンジ！</b> ————— 27 ～ 世界にはばたき 夢の舞台で ～ 富山から輩出 ロンドン2012パラリンピック競技大会日本代表選手
<b>第5章</b>	<b>障害者スポーツを支える</b> ————— 29 ～ 支える人もともに楽しむ ～ 1 各協会・連盟の指導者や障害者スポーツ指導員の支援と協力 2 障害者スポーツ指導員や審判員を育てる

おわりに

# 大会に集い、競い合う選手たち ～ 障害にまけない一人一人の挑戦～

平成13年度より、障害者がスポーツを通じて、希望と勇気をもって社会に参加する意欲を喚起するとともに、広く県民が障害者についての関心と理解を深めることを目的として、富山県障害者スポーツ大会（水泳、陸上、フライングディスク、卓球の4競技会）が、毎年開催されています。

各競技会の参加者は、身体障害（視覚障害、聴覚障害、肢体不自由）及び知的障害のある方です。適用する競技規則は、（公財）日本障害者スポーツ協会制定の「全国障害者スポーツ大会競技規則」です。また、各競技における実施種目及び障害区分は、「全国障害者スポーツ大会競技・種目」に従って実施されます。

これらの大会には、県内市町村、福祉施設、特別支援学校等から、12歳から80代までの幅広い年代の方々が参加し、自己の記録への挑戦やさまざまな交流が行われています。（各大会の期日、参加者数は下記参照）

なお、4競技会の記録を参考に、全国障害者スポーツ大会の県代表候補選手が選考されます。

このほか知的障害者を対象にボウリング記録会が開催されています。



## 平成24年度 第12回富山県障害者スポーツ大会一覧

競技会名	会場	月日
水泳競技会	富山市東富山温水プール	平成24年4月22日（日）
陸上競技会	富山県総合運動公園陸上競技場	平成24年5月13日（日）
フライングディスク競技会	富山県総合運動公園	平成24年9月23日（日）
卓球競技会	富山県総合体育センター	平成24年11月4日（日）

## 富山県障害者スポーツ大会参加者数の推移（申込者数）

回	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
開催年度	平成13年度	平成14年度	平成15年度	平成16年度	平成17年度	平成18年度	平成19年度	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度	平成24年度
水泳	50	50	57	49	60	51	52	59	49	53	50	50
陸上	694	620	573	538	500	460	484	478	447	406	419	429
卓球	65	110	101	114	130	148	150	115	120	113	132	132
フライングディスク	218	230	434	466	470	430	450	497	397	408	425	427
合計	1,027	1,010	1,165	1,167	1,160	1,089	1,136	1,149	1,013	980	1,026	1,038

### 1 水泳競技会

「自由形」(25m・50m)「背泳ぎ」(25m・50m)「平泳ぎ」(25m・50m)「バタフライ」(25m・50m)の8種目が実施され、男女別、障害区分別、年齢区分別に競技が行われます。



開会式での選手宣誓



選手たちの力泳

## 私と水泳

射水市 高木 広文

私は、障害者になって今年で10年になります。スポーツ等をやれるとは思っていませんでしたが、4年前にある人の紹介で、富山県障害者水泳教室があると聞き、参加させていただきました。全然できなかったのですが、周りの人に助けられ、また、知人にも教えてもらって、どうにか今日までできました。ありがたいです。いつも、砺波市温水プールで週1回1時間ほど泳いでいます。水泳競技会には、2回目の参加ですが、昨年よりタイムが上がってうれしかったです。来年も出場して今年よりもっとタイムが上がるようがんばりたいと思います。

## 水泳を楽しむ

立山町 古川 義昭

私が水泳を始めたのは50代半ばからです。来年には古希になりますから、水泳歴15年ほどということになります。動機は、長年悩まされてきた腰痛と足腰の衰えを感じてのことです。何かスポーツをと考えましたが、大腿部義足の身体にできることはなかなか見つかりません。腰痛改善には水泳がよいと、本などには書いてありますが、障害の状態をあらゆる水着姿になることにまず抵抗感がありました。一大決心をして、初歩の息継ぎから教えてもらうことにしました。浮くようになり、泳げるようになり、25メートルまで届くようになり、と自分で上達する喜びを感じられるようになったため、途中でやめることなく継続できました。腰痛の悩みからも解放され、風邪もあまりひかなくなり、健康になりました。これならもっと早く始めればよかったと思ったものです。今回久しぶりに水泳競技会へ出場してみました。50メートル自由形、25メートルバタフライとも、記録は以前の自己記録からするとかなりの衰えを感じるものでしたが、この年になっても出場できることに喜びを感じています。

競技会参加はこれで最後かな、と思っていましたが、馬術競技でオリンピックに出場される「法華津寛」さんは、70歳とのこと、まだまだ諦めてはならないと思い直しています。

## 障害者スポーツ大会（水泳競技会）に参加して

富山市 立石 雄太郎

私は中学生で初めてこの大会に参加しました。水泳は小学校から習い始めて、少しずつ長く泳げるようになりました。特別支援学校の先生から大会出場を勧められ、緊張しながらも泳ぐたびに自己新記録が出たのが励みになりました。出場した種目で大会新が出て、会場で名前を呼ばれたときはうれしかったです。

思い出に残っているのは、秋田と千葉での全国大会出場です。県代表に選ばれた喜びで胸がいっぱいでした。たくさんの励ましや応援の中でメダルをとることができたこと、一緒に出場した選手や役員の方々と親しくなれたことが宝になりました。

水泳を通して、人と人とのつながりを大切にすることができ、水泳をしてきてよかったと思います。終わりになりますが、水泳教室をはじめ、関係各位の皆様には改めてお礼申し上げます。

## 障害者スポーツ大会(水泳競技会)に参加して 富山視覚総合支援学校 加藤 璃乃

昨年度の全国障害者スポーツ大会で初めて飛び込みスタートをして、自己ベストが出たので、この大会では、自己ベストの更新を目指して、1か月ぐらい前から練習をして、本番に臨みました。練習量が少なかったこともあって、自己ベスト更新はできませんでしたが、県新を更新できたのでよかったです。

富山県障害者スポーツ大会では、いつもたくさんの友達に会えるので、とても楽しいです。来年も自己ベスト更新を目指して頑張りたいです。

## 2 陸上競技会

「競走競技」(50m・100m・200m・400m・800m・1500m・スラローム・4×100mリレー)、「跳躍競技」(走高跳・立幅跳・走幅跳)、「投てき競技」(砲丸投・ソフトボール投・ジャベリックスロー・ピーンバグ投)の15種目が実施され、男女別、障害区分別、年齢区分別に競技が行われます。

併せて設置される「ふれあい広場」では、県内福祉施設等が製作した物品の展示・販売を行う「福祉の店」や、知的障害者の音楽サークル「ラブバンド」による「ふれあいコンサート」などが行われ、県民、選手、ボランティアなどが広く交流する場となっています。



開会式での選手宣誓



競う選手たち 100m走



ふれあい広場



砲丸投

## 母へのプレゼント

富山視覚総合支援学校 高木 秀和

僕は、陸上競技大会に出場したのは今年で3回目です。今年は800メートル走と砲丸投げに参加しました。今年は怪我をしていて満足に練習できなかったけど、愉しく走ることができました。友達や関係者

に久しぶりに会えて元気をもらえてよかったです。

結果は納得いかなかったけれど、走り終わった後は満足感でいっぱいでした。ちなみにこの日は「母の日」でした。何も用意できませんでしたが、母に一生懸命な姿を見せることができました。母はとても喜んでくれて、僕に「よく頑張ったね」と言ってくれました。最高のプレゼントになったと思います。

## 陸上競技会に思うこと

高岡市 沼 正則

今年は久しぶりに陸上競技会へ参加しました。この大会は、以前は、身体障害者陸上競技会として行われており、多くの出場選手や応援者に出会えました。しかし、きらりんぴっく富山以降は、障害者陸上競技会として運営されており、競技種目の変更があったり、各市町村の協会別順位競争もなくなりました。また、特別支援学校の生徒さんの参加は増えてきましたが、一般の障害者の参加が極端に減少しているように思います。出場選手が少ないので、競技にしても、コミュニケーションの場としても、何とも張り合いがありません。一部の市町村では、出場選手の競技が終わると閉会式前に帰ってしまうことがみられますが、とても残念な思いです。

## 3 フライングディスク競技会



正確さを競うアキュラシー競技

10枚のディスクをアキュラシーゴール(標的)に向けて投げ、通過枚数を競う「アキュラシー競技」では、「ディスクリート・ファイブ」(標的までの距離5m)と「ディスクリート・セブン」(標的までの距離7m)の種目があり、全障害男女同一区分で行われます。また、ディスクを投げて飛距離を競う「ディスタンス競技」は、「座位女子」「座位男子」「立位女子」「立位男子」の区分により行われます。

## フライングディスク大会を終えて

富山総合支援学校 石橋 香奈子

9月23日(日)、富山県障害者スポーツ大会フライングディスク競技会が行われました。

私は、アキュラシーとディスタンスの競技に参加しました。アキュラシーでは、10投中6投入って1位でした。ディスタンスでは、25メートル50の記録が出ました。どちらもいい結果が出せてよかったです。



飛距離を競うディスタンス競技

私は、この大会に高等部1年生の時から参加していて、これが3回目の大会でした。最初は、なかなか、入らなかったり、遠くまで飛ばなかったりして、とても悔しかった思い出があります。でも、あきらめずに練習したら、

毎年少しずついい結果が出るようになってきました。私は、この3年間うまくいかなくて、いやだと投げ出しそうになったときもたくさんありましたが、いろいろなことに挑戦して、良い経験ができてよかったです。

## フライングディスク大会に参加して

にいかわ総合支援学校 寺島 翔太

僕は、フライングディスク競技会のアキュラシーとディスタンス競技に参加しました。大会前の放課後や部活動で練習をしました。その時は、投げ方や姿勢を覚えしました。僕は練習でアキュラシーを主にがんばりました。時間は限られていましたが、最後までがんばり、投げ方を覚えることができました。

そして9月23日、大会の日となりました。会場に着くと、他の学校の人がたくさんいて少しきんちょうしました。

はじめにアキュラシーに参加しました。結果は10投中7投で3位でした。練習した時よりも多く入ったのでうれしかったです。次にディスタンスに参加しました。結果は15m70でした。力を入れすぎて曲がってしまったので、残念ながら良い記録にはなりませんでした。

初めて参加した大会でしたが、練習をたくさんして、アキュラシーではとてもいい記録を出せたと思います。次回のディスタンスでは、集中力を高めいい記録を出していきたいです。楽しかったのでまた、挑戦してみたいです。

## 4 卓球競技会

肢体不自由者、聴覚障害者及び知的障害者は、原則障害区分別、男女別、年齢区分別のブロックで一般卓球リーグ戦が行われます。「視力0から0.03まで、視野5度まで」の障害区分に該当する視覚障害者は、男女別、年齢区分別に、サウンドテーブルテニスのリーグ戦が行われます。また、障害種別を越えた交流トーナメントも行われます。



サウンドテーブルテニス競技



一般卓球競技

## 卓球と私

富山市 打田 英樹

卓球競技会では、車椅子での参加者が3人だけだったので、物足りなく、交流戦は1回戦で負けました。今のレベルでは、当然の結果だと思います。

私は、卓球を始めて3年になります。20代の頃、車椅子バスケットボールを5年程やっていましたが、練習についていけず挫折した経験があります。スポーツ自体をやめてから15年が経ち、運動不足が気になり、日曜日にできるスポーツを探していたところ、ちょうど卓球が該当し、始めました。私自身、脊椎を痛めて動かせるのは、腕と首のみ、腹筋・背筋が使えず、腰を使った強打を打つことができません。もっぱら、ラリーばかりやっていますが、十分楽しいです。また、健常者の卓球サークルにも参加し、

活動範囲が広がりました。これも卓球を始めたお陰だと思います。

最後に、スポーツに興味のある方は、是非参加してみてください。いろいろなサークルがありますが、きっと温かく迎えてくれるはずです。そして、スポーツを楽しんでください。

## 富山県障害者スポーツ大会 卓球競技会

高岡市 乗定 真優

11月4日に富山県障害者スポーツ大会が行われました。私は毎年、この大会に参加しています。この大会は、聴覚、知的、肢体、視覚に障害のある人が集まり、卓球での成績を競う大会です。

今年は、高岡聴覚総合支援学校と富山聴覚総合支援学校の若い生徒達が多く出場していました。私達の富山県障害者卓球クラブのメンバーは、今年度に入った新メンバーも含め、みんなやる気に満ちていました。しかし、私は交流トーナメント戦では2回戦で敗退となりましたが、内容は悔いのない試合ができたと思います。大会に参加すると、昔と比べ、どこが成長できたのか、どこが足りていないかを知ることが出来、自分を振り返ることができると感じます。

これからも自分の得意なところは伸ばしていきたいと思ひますし、苦手な所は少しずつ克服し、今までよりも上達していきたいです。

## 5 ボウリング記録会

知的障害者のボウリング競技の普及・振興を図ることを目的の一つとして、平成21年度から開催されています。40～50名の参加があり、記録は富山県障害者スポーツ大会の4競技会と同様、翌年度開催される全国障害者スポーツ大会の富山県代表選手選考会の資料となります。



デュアルレーン（アメリカン）方式で行われた第3回記録会



熱気あふれる会場

## 1 スポーツ教室の活動

富山県障害者スポーツ協会では、各競技種目の協会や連盟等の協力をいただき、県内在住の障害のある方で、スポーツに親しみたい方のために、以下の15の教室を主催しています。各教室代表者等による教室紹介や参加者の声を集めてみました。(詳細は、富山県障害者スポーツ協会にお問い合わせください。)

1	卓球教室	6	ボウリング教室	11	フライングディスク教室
2	サウンドテーブルテニス教室	7	車椅子バスケットボール教室	12	ソフトボール教室
3	アーチェリー教室	8	ツインバスケットボール教室	13	フットボール教室
4	水泳教室	9	フットサル教室	14	障害者空手道教室
5	障害者スキー教室	10	車椅子テニス教室	15	聴覚バレーボール教室

### 1 卓球教室

会場：富山市勤労身体障害者体育センター



サーブ、レシーブ、スマッシュ どれも上達したいな

### 待ってます

代表 谷口 良一

スポーツ弱者と言われる障害者にとって大変嬉しいことがありました。私も35歳で障害者になり、スポーツを諦めていましたが、富山での2000年国体と、全国身体障害者スポーツ大会「きらりんびっく富山」に出会うことができました。全国から多数の障害者が集い、障害に負けずにすばらしい汗を流している姿を見、大きな感動と勇気ももらい、改めて障害者スポーツに挑戦する気持ちになりました。幸い、富山県障害者スポーツ協会の存在を知り、協会の指導で、十数ある教室の中から卓球教室を選び参加しました。そこは、技術だけでなく、人と人との交流や団体行動の在り方などを学ぶすばらしい場所でした。

教室では、現在、水橋の富山市勤労身体障害者体育センターで、月2回、朝9時から12時まで、50～60名程の会員が汗を流しながら楽しんでいます。富山県卓球協会のコーチ、ボランティアコーチ、上級

者などの指導が受けられ、技術力アップは確実です。また、人との交流も楽しくでき、友達も沢山できます。さらには、年2回の全国大会や、各県との交流大会への参加もできます。

スポーツを諦めたり、やりたいけれどどうすればよいか分からなかったりされている方は、ぜひ、県障害者スポーツ協会に申し込んでください。そして、ぜひ一度、見学がてら遊びに来てください。私は、現在73歳で、2001年から参加し、代表を10年務めています。楽しく学べる教室を目指してがんばっています。卓球教室で素晴らしい人生を過ごしませんか。お待ちしております。

### 2 サウンドテーブルテニス教室( STT )

会場：富山県視覚障害者福祉センター

### サウンドテーブルテニス競技

代長 中西 美雄

暑い夏。ロンドンでは、オリンピックが熱い競技を繰り広げています。そして、この後ロンドンパラリンピックが開催されます。日本選手団の活躍を期待しています。

サウンド(音)テーブルテニス(卓球)を直訳すると、音の出る卓球です。一般卓球の球(直径4.0cm)に4個の金属片を入れ、総重量を3.6～3.8グラム以内にしたボールを使います。この競技は、ボールをネットの上を通すのではなく、卓球台から4.2cm上方に張ったネットの下を通して打ち合います。2000年9月から一般卓球のボールが世界的に4.0cmに統一されることをきっかけに、それまで「盲人卓球」とっていた競技のルールを全面的に改善し、サウンドテーブルテニスと呼び名も変えて2002年新しく出発しました。

私たちの教室では、部員は20名前後で推移しています。練習は、富山県視覚障害者福祉センターで毎月行っています。練習では、審判兼指導者として来てくださる富山県卓球協会レディース部の皆さんや、障害者スポーツ指導員の皆さんの協力を得て、一人一人が、技術力を上げようと、真剣にラリー、サーブを繰り返しています。

この競技は、視力があってもアイマスクを着用し、全盲の状態でも競技していましたが、最近になって、弱視者がアイマスクを着用せずに行う「アイマスクなしの部」が加わったことで、興味のある人は、誰でもできるようになりました。弱視者や晴眼者が練習に加わっていただくことにより、競技力がぐんぐん上がっていくように思います。本読者の皆さんで、見学してみたいとか、練習してみたいと思われる方がありましたら、ぜひ、ご連絡ください。一度体験してみると、病み付きになるかもしれませんよ。



「いきます」のサーブの掛け声に、感覚を研ぎ澄ませて「はい」の応答

## STTに参加して

障害者スポーツ指導員 浦山 紀美

STTに参加してから、一年程経ちます。STTとは、視覚に障害のある方の、卓球に近いスポーツです。音の出る球をネットの下で転がして打ち合います。スピーディなラリーが続くと、その迫力は圧巻です。練習は、一ヶ月に一回程度で、全国大会で優勝を目指す選手から、趣味でプレーされる方まで、幅広くどなたでも楽しんで参加できるものになっています。卓球協会、障害者スポーツ協会からボランティアで数人が参加し、より質の高い練習も行われています。練習会場は明るく楽しい雰囲気、各自のペースで参加でき、休憩時には、お茶とお菓子が振る舞われ、それも楽しみの一つとなっています。無理なく楽しく参加できるSTTで今後もお役に立てたら嬉しいです。

## 3 アーチェリー教室

会場：宇奈月町中ノ口総合緑地公園 他



豊かな自然の中で弓をひく



すごい！上達したね

## アーチェリー競技のスポーツ指導者として果たすべき役割

富山県アーチェリー協会 高林 一郎

今年のオリンピックでは、陸上で義足のランナー、O・ピストリウス選手（南アフリカ）が出演しておりますが、障害者が健常者と同じ立場で競技をするには、非常に困難を伴います。私どもが行っているアーチェリー競技は、健常者と障害者が同じ立場で、実力さえあれば、制限なく、オリンピックに出場できる競技であり、また、過去に出場された方もいることが魅力ではないでしょうか。ロンドンオリンピックでも、アーチェリーは、「女子団体銅メダル」「個人古川選手銀メダル」の輝かしい成績を挙げられました。実は、アーチェリー女子団体の強化コーチは、杉浦成利氏という方であり、平成24年3月まで富山県アーチェリー協会の強化部長（泊高校教諭）として、県アーチェリーの強化指導を担っていた方でした。氏は、2000年国体以前から県協会の指導、育成のため赴任されておりました。

富山県のスポーツ指導者は、2000年国体や、きらりんびっく富山で培われた指導能力が基になっていると考えています。

アーチェリーの場合、高得点を得た方が試合を制する訳ですから、少しでも管理された高性能の道具を駆使しなくてはならず、その治具のメンテナンスが非常に重要となります。

また、練習方法にも、各個人の障害の程度、力量に合わせたフォームの形成、技能、技術が必要となります。メンテナンスに関しては、選手の精神面のケア、メンタルトレーニング方法など、練習環境を

支える組織システムを整えなくてはなりません。

選手のケア、射場の確保、広報、弁当の調達まで、何でも屋に徹することが、スポーツ指導者としての果たすべき責務と捉えております。

## 4 水泳教室

会場：富山市民プール



準備体操をしっかりと



ていねいに ゆったりと初心者コースで練習

## 障害者スポーツ水泳教室

富山県水泳連盟障害者スポーツ委員会 酒井 和子

2000年国体の翌年から富山市民プールでスタートした、障害者水泳教室。12年目を迎えた今も、当初の教室風景がまざまざとよみがえってきます。障害者を対象とした教室は初めての経験、手探り状態でした。意思の疎通が図れない、手をかけすぎてしまう＝苦言、苦情もありました。

そんな中にも、「教室を楽しみにしています」「教室のある日は朝から出たり入ったり、そわそわしています」「感謝しています」といった、親御さんの声も励みになりました。教室後に、ミーティングの時間を設け、成果・問題点・課題点として話し合い、指導員としての意識を高め、また、障害者スポーツの研修・講習会等研鑽を積んできました。

今は、指導員としての自覚と自信を持たないように思いますが、試行錯誤は今も変わりません。根気、元気、やる気は私たち指導員のキーワードです。これからも充実した教室が展開できるよう頑張りたいと思います。



## 5 障害者スキー教室

会場：極楽坂スキー場 他

## いつの間にか上手に

代表 高村 俊彦

スキー技術の向上を基本とし、個々の目的を大切に、思いやりの心、自由な気風の中で楽しく滑る、そして、気付いたら「いつの間にか、スキーが上手になっていた！」といったクラブです。シーズン中



は、立山山麓、たいら、イオックスアローザスキー場で教室を開催しております。初めての方は、障害レベルなどを前もって連絡をいただければ、用具等を準備いたし、お待ちしております。

ぜひ一度は体験したいと思う方、お待ちしております。



今から滑ります わくわく！



チェアスキーで白銀の世界を滑ります



## 6 ボウリング教室

会場：富山地鉄ゴールデンボウル 他

### ボウリングの面白さ、楽しさを一緒に

代表 杉本 均

スポーツに取り組む機会が少ない、また、どんなスポーツを始めればよいのか分からない、など、スポーツを始める前から悩む方が多いのではないのでしょうか。自分自身が興味深く思うスポーツから始めませんか。

ボウリング教室では、一人でも多くの方々にボウリングの面白さや楽しさを知ってほしいと願っています。障害は関係なく、参加者一人一人が、今日は参加してよかったと、次回につなげる教室を目指しています。

最初からボウリングの上手い人はいません。一人でも多くの参加を望みますとともに、参加者には、競技ルールと約束を守ることを心掛けてほしいと思います。

練習会場と時間は、富山地鉄ゴールデンボウルでは10時から12時まで、マンボウ高岡店では10時半から12時半までです。参加者の障害は問いません。ボウリングの基礎知識を学びます。参加の際には事前申し込みが必要ですので、当事者本人さんが行ってください。



フォームも美しく、ストライクを決めた！

## 7 車椅子バスケットボール教室

会場：富山市勤労身体障害者体育センター



ダッシュ・ストップ・ターン 抜群のフットワーク



ゴールの瞬間

### チームから世界へ羽ばたく選手

代表 堀田 良明

富山県車椅子バスケットボールクラブは、水橋にある富山市勤労身体障害者体育センターで、木曜の午後7時から9時、日曜の午後1時から5時の週2回練習しています。

チームには、北京・ロンドンパラリンピックに出場して、日本代表として活躍する宮島選手や、ジュニア日本代表として国際大会に出場する、浦田、岩井両選手がいます。今後が期待される若い選手やベテラン選手、シニアチームに所属しながら頑張っている選手もあり、選手層の厚いチームです。

「内閣総理大臣杯争奪日本車椅子バスケットボール選手権大会」が毎年開催され、この大会の優勝日本一を目標に、日々の練習から、チームが所属する東海・北陸ブロックの定期大会、さまざまな地方で開催される大会などに出場し、レベル強化を図りながら頑張っています。

また、チームでは、毎年3月「あいの風車椅子バスケットボール大会」を魚津市のありそドームで開催しています。全国各地から参加者を募り、白熱した試合を繰り広げるほか、大会に協力していただいている方々や、観戦に来られた方々に体験教室を開いてきました。今後も大会を盛り上げて運営していきたいと考えています。

そのほか、要望に応じて県内の小・中・高校の行事や授業、県内イベントに参加し、講演会や体験教室を行い、交流を深め、車椅子バスケットボールを多くの方々に知ってもらうなど、障害者スポーツの普及にも力を入れています。

クラブの活動や紹介等は、ホームページでもご覧になれますので、ご覧ください。体育館での練習見学、体験もできますので、選手と一緒に楽しみましょう。

選手・マネージャーも随時、募集中ですので、よろしくお願いします。



## 8 ツインバスケットボール教室

会場：富山市勤労身体障害者体育センター

### 障害のある人もない人も一緒に活動しませんか

代表 跡治 宗一郎

私たち富山ツインバスケットボールクラブは、毎週月曜日に富山市勤労身体障害者体育センターで活動しています。

ツインバスケットボールとは、四肢麻痺者（手足に障害がある人）を対象としたスポーツです。大きな特徴の一つは、ゴールが2つあることです。通常の上ゴール（高さ3.05m）と、フリースローサークルの中央に置いた下ゴール（高さ1.20m）の2つのゴールが1チームの攻めるゴールとなります。プレーヤーは、障害の度合いに応じて、シュートするゴールの高さが決められています。

私たちは、年2回の公式試合に向けての練習のほか、スポーツ教室では、障害のある人もない人も一緒に車椅子に乗り、活動しています。

ツインバスケットボール教室では、競技用車椅子に乗って、楽しくスポーツする仲間を募集中です。興味のある方は、障害の有無にかかわらず、気軽に練習に来てみてください。お待ちしております。



### ツインバスケットを体験して

参加選手 大森 永遠

きっかけは、「格好良さそう」という、単純な理由でした。しかし、体験する中で、同じような障害者はもちろん、違った障害のある方たちと関わることで、様々なことを感じ、「心の世界」が広がりました。

また、スタッフ（健常者）が、当たり前のように手を差し伸べ、かつ、当たり前のように叱咤激励してくれたことが、とても嬉しかったです。

いろいろな障害をもった人、そうでない人、みんなで楽しめる「ツインバスケット」はとても楽しいです。



ナイスゴール！



必死の攻防 絶対渡さないぞ！

## 9 フットサル教室

会場：太閤山ランドファミリースポーツプラザ



障害のある人もない人も一緒にプレー

### みんなで楽しくフットサルを

代表 森田 千恵子

私たち富山県障害者フットサルクラブでは、日本フットサル連盟の理念「いつでも、どこでも、障害のあるなしに関係なく、誰でも楽しめるフットサル」を目標に活動しています。

また、どんな障害をもった人でもフットサルを楽しんでほしいという目的で、障害者の方の体力や安全面を考慮し、本来のフットサルのルールを一部改正して、「障害者6人制フットサル」のルールを作りました。そして、健常者の方も一緒に障害者のチームでフットサルを楽しんでほしいという思いから名前を「フレンズサッカー」と付けました。

「障害者6人制フットサル」のルールは、日本フットサル連盟が定めたルールとほとんど同じですが、ゴールは、やや低く、高さ1m50cm、幅3mのゴールを使用します。試合時間はクォーター制を導入し、第1クォーター15分、3分休憩、第2クォーター15分、20分ハーフタイム、第3クォーター15分、3分休憩、第4クォーター15分としました。

また、障害者が日常使う用具や補装具は、「全国障害者スポーツ大会競技規則」に基づいて体の一部とします。個々の障害に合わせて対応します。健常者はあくまで障害者の補佐的なプレーヤーとして競技してもらいます。もっと詳しくルールを知りたい方は、ルールブックがありますので、ご連絡いただければ嬉しく思います。体験交流会等を増やしてこのルールを全国に広めていきたいと考えています。

今、私たちのクラブは、障害者5人、健常者7人ほどで活動しています。健常者のフットサルチームとも交流しています。それぞれの障害に合わせて練習していますが、一番大事なのは、楽しみながらフットサルをすることです。楽しみながらすることで、障害者も健常者も交流できることを大切にしています。

まだまだ、これからのチームなので、交流会などで仲間を増やしていきたいと思っています。興味のある方は、障害の有無を問いません。お電話、手紙などご連絡いただければ嬉しく思います。みんなで楽しくフットサルをしましょう。



## 10 車椅子テニス教室

会場：岩瀬スポーツ公園スポーツドーム



どんなボールも拾うぞ



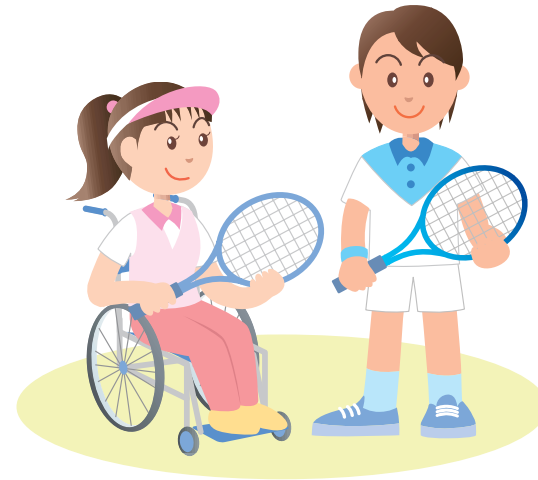
さあ来い 強烈スマッシュで返す

### 自分に納得できるテニスを

参加選手 奥本 實

友人と一緒にテニスをやってみないかと誘われてから10年余り。始めた頃は、ルールとかいろんなことがよく分からずに、ただボールを追っかけて打ったりすることが、気持ちよく、無心になれました。

練習を重ねていくうちに、サーブやストロークをイメージどおりに打つことの難しさを知りました。また、勝つとか、負けるとかということもそうですが、今は、少しでも、自分が納得できるテニスができるように、楽しく練習することが一番レベルアップにつながると感じています。



## 11 フライングディスク教室

会場：富山市障害者福祉プラザ 他



フォームを整え、ディスクを遠くまで飛ばそう



正確にゴールを通過

## 誰もが 何処でも 手軽に フライングディスクを

富山県障害者フライングディスク協会 津田 勝

障害者フライングディスク協会では、県内を4か所（富山地区、高岡地区、新川地区、砺波地区）に分け、それぞれ3回ずつ、計12回のスポーツ教室を開いています。

このフライングディスク競技は、障害の程度にかかわらず、障害のあるすべての方が、同じ条件でできる唯一の競技です。そして、「誰もが、どこでも、手軽に行えるスポーツ」として、ここ数年人気が高まっています。県大会の参加者数が、陸上競技に次いで多い、といったことにもその人気ぶりがうかがえます。

教室に参加されている方々は「大会でよい成績を取りたい」「体を動かして、フライングディスクを楽しみたい」など、それぞれ目標をもって参加されています。私たち指導する側も、それぞれのレベルに応じたアドバイスを心がけ、参加されている方々とのコミュニケーションを通じて「一緒に楽しむ」ことを大切にしています。そして、「楽しかった！」と、笑顔で応えていただけることに、とても喜びを感じています。

ご要望があれば、私たちが出向いてアドバイスする「出前教室」も受け付けておりますので、是非ご利用ください。

一人でも多くの方々がフライングディスクを楽しめる機会をもっていただけたら幸いです。

### フライングディスク教室に参加して

参加選手 野澤 政美

私は、教室に参加しディスクの持ち方や投げ方などを一つ一つ丁寧に教わりました。

手首の巻き込みに留意してディスクを水平に持つこと、指さし確認をして、腕、手首をリズムよく動かすこと、体勢を決めたら軸足を動かさないで投げることなどが大事であることがよく分かりました。しかし、二人で向かい合って投げる時には、相手の胸や取りやすいところに投げられるのにアクシージョーグールに向かって投げるとなかなか入らないのはなぜだろうか。気持ちの問題かなどいろいろ考えてしまいます。難しいですが、上達できるようこれからも基本の動きを頭において練習していきたいと思えます。

## 12 ソフトボール教室

会場：射水市奈古の江西公園グラウンド 他

### ソフトボール教室を指導して

監督 長澤 修

教室の主な会場は、射水市内にある「奈古の江西公園」です。9時から12時までの3時間、教室を行います。ストレッチ体操、ランニング、ウォーミングアップをして、十分に体を動かしてから、キャッチボール、バッティング練習、守備練習、ミニゲームを行います。教室に参加するのは20名程です。本格的なウインドミルで投げる人から初心者まで、どんな人でもソフトボールが好きなら大歓迎です。

基本的な練習ばかりではなく、年に3回県外の大会に参加します。全国障害者スポーツ大会に出場するには、予選となる東海北陸ブロック大会で優勝しなければなりません。全国大会出場は大きな目標で、2度目の出場を目指しています。7月と10月には、福井県で行われるウイングカップに参加します。AクラスとBクラスがあり、初心者でも参加できる大会です。

常に楽しく、ちょっと厳しく。いつまでも青春の汗を流しています。

## チームがひとつになって

参加選手 今井 太稔

僕は、富山県障害者ソフトボールチームに所属しています。チームにいて一番良かったことは、皆で笑い、努力し、学べることです。

僕は、今、捕手をしていますが、最近になって、頭も使い、体も使う捕手は、大変難しい役割だと感じています。でも、試合に勝った時は、「練習をしてよかった」と思い、逆に負けた時は、「練習が足りなかった」と思うことが多々あります。試合では、投手が打たれ、守備もうまくいかなくて、チームがバラバラになりそうなときは、「元気を出していこう！」と声を出してチームを盛り上げるように努力しています。

最後に、体を動かしたくても動かせない人や、スポーツをしたくてもできない人がいます。その人たちが、「よし、頑張ろう」と思っていただけのように、これからも一生懸命努力しようと思います。これからも応援よろしくをお願いします。



気合を入れて今日もいこう



ブロック大会での選手たち

## 13 フットベースボール教室

会場：富山県総合運動公園屋内グラウンド 他

### フットベースボールを通して

代表 蔵 浩知

フットベースボール教室は、富山県総合運動公園屋内グラウンドとその横の芝生広場で年10回の活動を行っています。参加者は、特別支援学校の生徒や卒業生を中心とし、約40名の登録があります。毎回15~30名が参加して活動し、キャッチボールなどの基本技能の練習から、ゲームも行っています。指導者は、特別支援学校の先生方で、レベルに合わせた指導をしてもらえます。

また、他県チームと練習試合を行ったり、全国障害者スポーツ大会北信越・東海ブロック予選会に参加したりしています。今年度は、岐阜県本巣市で開かれた「ぎふ清流大会リハーサル大会」に出場しました。残念ながら、優勝はできませんでしたが、一人一人が普段の練習の成果を発揮した試合ができました。

本教室では、技能の向上のみならず、活動を通して、「挨拶ができる」「周囲の方々への感謝の心を表す」など、「人としてのマナーを育てる」ことも大切に考えています。

フットベースボールをやりたい方なら障害の程度は問いません。気軽に参加してみてください。



強烈なキックが打てたかな。



今日の練習を振り返って

## 14 障害者空手道教室

会場：富山市八人町地区ふれあい会館

### 空手と出会えて

保護者 程塚 あゆみ

我が家の長男は、重度の聴覚障害児です。そんな息子に何かスポーツをさせたいと夫婦で決めました。そんな時、近所の子供が空手をしていると聞いて、うちの子もさせてみたいと思ったのがきっかけです。

初めは、近くの道場へ通おうと思っていたのですが、障害を聞いて「うちの所では...」と断られていました。

けれど、障害があっても受け入れてくれる道場があると聞いて通い始めました。入ってみれば、障害者の有無にかかわらずいろいろな年代の生徒がおられました。その中で息子は今、のびのびと楽しんで空手を教わっています。

本当に拳生館という道場、そして先生方、道場の皆に出会えて良かったと思う日々です。

### 障害者スポーツにおける空手道

参加選手 浦川 将

健康的な生活を送っていた人が一度身体的機能を失うと、ハンディキャップを負った生活を送ることになります。それまでできていたことができない訳ですから、以前に比べると負の状態に陥ったと考えてしまいます。

私もそういう考えで、学生時代にやっていた空手競技に復帰するとは思っていませんでした。ところが、ある日、新聞で、障害者の空手競技なるものがあることを知り、道場に通うようになりました。やり始めてみると、自分の身体機能について、より深く捉えられるようになることに気付きました。

スポーツをやる上で、自分自身の身体能力について知らないのと、うまくパフォーマンスすることができません。スポーツに必要な個々の動作をするために、どのくらいの関節柔軟性があるのか、どれくらい曲げると痛むのか、自分の筋力でどのような姿勢が可能なのか、そういったことをわかっていないと運動ができません。

機能的な障害があるので、否が応でも身体能力の制限が明らかになりますが、同時にそれまで知らなかった身体能力の可能性について発見することもあります。日常生活では、なかなか身体的限界を知る機会はありませんが、スポーツをやることによって、自分の限界を知り、そのことでかえって自分ができることの可能性を知ることになったのです。こういう蹴り方なら大丈夫痛くないという、自分の身体

のことがわかるようになり、更にもう少しこうすれば回し蹴りだってできる、というようにその限界の少し向こうにある目標を設定することもできます。

そうして少しずつできることが増えていき、自分への可能性も広がっていきました。そのような夢を与えてくれる障害者競技に出会えたことを感謝しています。多くの方に、障害者競技のことを知っていただき、自らの可能性を感じていただきたいと思います。



日頃の練習が実を結ぶ



防具をつけて稽古

## 15 聴覚バレーボール教室

会場：立山町中央体育センター 他

### バレーボールを楽しみませんか！

代表 勝山 悦雄

「聴覚バレーボール」の創部は、昭和58年。「全国障害者スポーツ大会」には、平成2年に前身の「全国身体障害者スポーツ大会」に初出場して以来、平成17年まで16回連続出場してきました。そして平成12年と14年には準優勝を果たしたという誇りをもっています。しかし、平成20年から人数の都合により、休部になっている状態が続いてきました。平成24年4月には「聴覚バレーボール教室」を復活させました。現在はまだ活動者が少なく試合形式でのバレーボールの練習はできませんが、2~3人ぐらい集まってバスの練習をしたり、楽しく体を動かしたりしています。

バレーボールに興味がおありでしたら、ろうあ者、健聴者、あるいはバレーボールの経験の有無にかかわらず参加していただいて、楽しく交流を深められたらと思っています。

15の教室のほか、次のような各クラブの活動も行われています。

1	ゲートボールクラブ	2	グランドソフトボールクラブ	3	視覚スキークラブ
4	視覚登山クラブ	5	聴覚ゲートボールクラブ	6	聴覚卓球クラブ
7	聴覚サッカークラブ	8	聴覚陸上競技クラブ	9	聴覚野球クラブ
10	電動車椅子サッカークラブ	11	ボッチャクラブ	12	車椅子陸上競技クラブ

## 2 スポーツを通した様々な交流

県内各地で行われているスポーツを通した交流の一部を紹介します。障害のある人もない人も一緒になってスポーツを楽しんでいます。みなさんも機会を見つけて参加しませんか。

### (1) チャレンジ大会 (in セーナー苑)

「富山県障害者スポーツ指導者協議会」の主催で、平成24年11月11日(日)、チャレンジ大会が(福)セーナー苑のふれあいホールで開催されました。「障害者スポーツの紹介と活動を通して、スポーツに親しめる機会をセーナー苑利用者に提供するとともに、障害者スポーツ指導員との親睦を図る」ことを目的に実施されました。セーナー苑利用者、県障害者スポーツ指導員、富山県障害者スポーツ指導員養成講習会(初級)の受講者らが参加し、「ボッチャ」「卓球バレー」「風船バレー」「カローリング」の4つの競技とキンボールでの「玉転がし競走」を楽しみながら行い、交流を深めました。

### (2) スポーツ体験活動「タンデムで広がる世界・深まる輪」

「富山県視覚障害者協会」の主催により平成24年10月28日(日)、タンデム自転車(二人乗り自転車)の体験交流会が、富山県空港スポーツ緑地で開催されました。視覚障害者とサポーター(健常者)がペアになりタンデム自転車を走行する活動を通して、視覚障害者のコミュニケーション能力や経験領域の拡大、タンデム自転車の日常生活での活用の可能性を探る、などを目的としています。不二越工業高校生徒や富山県立大学学生らがボランティアとして参加しました。当日はあいにく風が強く向かい風の中でしたが、4キロのコースの走行を共に楽しみました。

### (3) 車椅子バスケットボールをみんなで楽しもう

「車椅子バスケットボールをみんなで楽しもう 実行委員会」の主催で、平成24年10月21日(日)、車椅子バスケットボールを通した交流会が、入善町総合体育館で開催されました。障害の有無に関わらず、様々な仲間とスポーツ活動を共に楽しむとともに、お互いの交流を深めることを目的としています。富山福祉短期大学の後援を得、富山県ツインバスケットボールクラブ、富山福祉短期大学車椅子バスケットボールサークル「REAL」とそのOBらが協力して開催されました。午前の部は「一般」、午後の部は「高校生まで」が参加し、ゲームや、試合などを通して車椅子バスケットボールを楽しみました。

### (4) 富山県障害者交流卓球大会

富山県障害者卓球「富山きらりんクラブ」の主催で、県内在住の障害者及び健常者の卓球愛好家を募り、大会を通して相互の親睦を図り、障害者スポーツへの理解を深めることを目的に、毎年障害者交流卓球大会が開催されています。第17回大会が平成24年3月4日(日)アイザックスポーツドームで行われました。午前の部では個人戦、午後の部では健常者と障害者がパートナーを組むダブルス戦が行われました。大会では白熱したラリーが繰り広げられるとともに、卓球を通した交流を楽しみました。



## 1 全国障害者スポーツ大会

全国障害者スポーツ大会は、それまで行われてきた、全国身体障害者スポーツ大会（1965年岐阜大会～2000年富山大会）と全国的障害者スポーツ大会（ゆうあいピック、1992年東京大会～2000年岐阜大会）が統合されて2001年に始まりました。

障害のある方が競技等を通してスポーツの楽しさを体験するとともに、国民の障害に対する理解を深め、障害者の社会参加の推進に寄与することを目的とした国内最大の障害者スポーツの祭典です。

大会は3日間の会期で開催され、全国から都道府県・指定都市の選手団が参加します。

### 1 開催県とスローガン

回	開催年	開催県	愛称	スローガン	富山県 出場選手数
第1回	H13	宮城県	翔く・新世紀みやぎ大会	感動体験2001	32
第2回	H14	高知県	よさこいピック高知	見つけて夢！ 活かして力！	26
第3回	H15	静岡県	わかふじ大会	静岡で かなえよう夢 つたえよう感動	32
第4回	H16	埼玉県	彩の国まごころ大会	ともに感動！ とともに笑顔	22
第5回	H17	岡山県	輝いて！おかやま大会	あなたがキラリ	23
第6回	H18	兵庫県	のじぎく兵庫大会	はばたこう とともに今から ひょうごから	23
第7回	H19	秋田県	秋田わか杉大会	きっと出会える！ 夢と感動	23
第8回	H20	大分県	チャレンジ！おおいた大会	笑顔、元気、ともに未来へ 新たな一歩	23
第9回	H21	新潟県	トキめき新潟大会	トキはなて 君の力を 大空へ	30
第10回	H22	千葉県	ゆめ半島千葉大会	ゆめ半島 みんなが主役 花咲く笑顔	22
第11回	H23	山口県	おいでませ！山口大会	君の 一生けんめいに 会いたい	23
第12回	H24	岐阜県	ぎふ清流大会	輝け はばたけ だれもが主役 心をひとつに 日本再生	30

平成25年度は、「スポーツ祭東京2013」が平成25年10月12日(土)～14日(月)に開催されます。また、平成26年度は長崎県、平成27年度は和歌山県での開催が予定されています。

## 2 活躍する選手たち（ぎふ清流大会から）



開会式での歓迎のセレモニー - を楽しむ各県選手団（岐阜メモリアルセンター長良川競技場）



富山県選手団の入場行進（長良川競技場）



フライングディスク競技（関市グリーン・フィールド中池）



陸上競技で表彰を受ける選手（長良川競技場）



卓球競技（大垣市総合体育館）



陸上競技（長良川競技場）



水泳競技（長良川スイミングプラザ）

## 感動、ハンディの負けじ魂

富山県団長 岡本 武勇

国内最大の障害者スポーツの祭典、第12回全国障害者スポーツ大会『ぎふ清流大会』が、去る10月13日～15日、全国都道府県・政令都市67選手団約5400人が参加して開催されました。

皇太子さま御出ましの開会式で、細川啓太郎旗手を先頭に本県選手団は、堂々の入場行進を行い、私も先頭に立って、かつてない感激を覚え光栄でした。

草原庄一副団長（県知的障害者福祉協会監事）、助野吉昭副団長（県障害福祉課長）らと一緒に多くの熱戦を応援し、思わず拳をあげて「がんばれ！」を絶叫していました。

素晴らしい成績が富山の地元紙スポーツ欄でも報道され、本県の障害者スポーツが紹介されたことは本当に良かったと思います。

「全日本で闘った逞しい力と技と記録の、頼もしいアスリートたちよ、有難う。」

テント村は、5000人もの選手団で立すいの余地もないくらいにごった返していました。わが富山県選手団に、岐阜県役員たち10人がたえず面倒をみてくれました。中でも大会期間中、『富山びいき』の温かい気配りがみられ、きめ細かなお世話はとても快く感じました。また、大会に臨む準備・運営に当たった障害者スポーツ協会の職員には、適切なアドバイス・ユーモアがあって、終始リラックスした中で競技大会に臨めたことも素晴らしいと思います。

来年は東京大会です。アスリートたちには、一層の鍛錬を積んで、立派に向上されるよう富山県民は期待をしています。



平成24年10月15日閉会式を終えた富山県選手団

## 第12回全国障害者スポーツ大会「ぎふ清流大会」に参加して

陸上競技役員 遠藤 幸弘

「おおー、やったー！」と歓喜の声が上がった。大会最後の4×100mリレーの結果が発表された瞬間のことです。選手、付き添った役員8名の歓声が選手集合場所に響きわたりました。練習から選手の皆さんを見守ってきた者にとっては最高の喜びでした。なんと、ベスト記録を4秒近く更新し、3位でメダルに届いたのです。この感動はこれからも忘れることがないと思います。大会期間中は、控えのテント、練習場、競技場など様々な場所で感動する場面に会います。この大会の一番大好きなところです。

この感動に出会える大会に数回参加させていただいています。毎回、選手の皆さんに感謝し、次の大会のための選手育成に密かに闘志を燃やしています。

## 全国障害者スポーツ大会に出場して

富山市 南山 由美子

私は、初めて全国大会に出場したので、最初はすごく緊張していましたが、会場に着いたら、いろんな県のたくさんの選手たちに会い、楽しくなってきました。初めての大きな大会で卓球会場も広く、「頑張って勝ちたい」と思いました。試合では、最初は負けたけれど、岐阜県の林さんや皆さんの応援で、午後の試合では勝ててうれしかったです。そして、これまで頑張って練習してきたことでメダルが取れたこともうれしかったです。これからもたくさん練習して上手になりたいです。

卓球の閉会式が終わって会場を出たとき、審判の井戸さんが駆けつけてくださったときは、びっくりし、感激で大泣きしてしまいました。

楽しかったスポーツ大会で、たくさんの人に会えたことをずっと思い出にします。

## 「ぎふ清流大会」に出場して

富山視覚総合支援学校 森島 秀典

初出場の私には何から何までが物珍しく感動的だったこのスポーツの祭典では、特に、すべての出場選手が堂々と自信に満ち溢れとても明るい、ということが印象的でした。

それはスポーツに対する情熱であったり、積み重ねてきた成果であったり、そうしたものが自分を信じる力となり、それが発露となった明るさだったように思います。

途中で目に障害をもち、引っ込み思案となり、家族に心配をかけるだけでなく、兄弟縁者にも暗い影を落とす存在でしかなかった私が、今回、思いもかけずこのような大会に出場させていただき、家族兄弟など周りの人々に久しぶりに明るい話題を提供できたこと、さらなる自分の励みができることが、本当にありがたく思います。

最後になりましたが、我々のような障害者が何の不安もなく、のびのびと大会を楽しむことができました。関係者の皆様、本当にありがとうございました。



## 2 各競技の全国大会や国際大会

全国各地や世界の国々で開催されているさまざまな大会に、多くの方々が参加し、自己の記録に挑戦したり、仲間と交流を深めたりしています。

### 挑 戦

砺波市 吉田 博美

この度第29回日本身体障害者水泳選手権大会に初めて挑戦して参りました。「一言感想を」と求められたとしたら、「無事に泳げてよかった」と答えると思います。

平成24年は例年になく一年を通して公私共に多忙の日々が続き、気力・体力共に大会に挑めるような状況とは言い難く、更に前年の全国障害者スポーツ大会での結果を踏まえての皆様からの期待が、いつしか自分の中で重い重圧へと変化していました。

そんな中で、「つらい」とこぼしながらも練習に向かう私を見送ってくれた家族や、思うようにいかず落ち込むたびに励まし、応援し、ご指導くださった多くの方々へ少しでも感謝の気持ちを！と思い、スタート台に立ちました。

結果こそいいものではあったものの、自分自身満足のいくレース内容ではありません。

今後はまず、今回の自分へのリベンジを目標とし、「あの人が出来たのなら私も！」と感じてくださる方が一人でも出てきてくださることを願いつつ、自分が納得いくまで、競技者でいたいと思います。

そのためには、また多くの方々のご協力が私には必要です。今回の金メダルも私が頂いたのではなく、支えてくださった皆様へのメダルであると感じてなりません。自分自身のメダルを手にするまで、これからも挑戦していきたいと思います。本当にありがとうございました。



## 全国大会・国際大会への参加

(平成24年度の参加状況から)

	大会名	開催期日	開催地	派遣数
1	第40回日本車椅子バスケットボール選手権大会	5月2日～5日	東京都渋谷区「東京体育館」	13
2	第23回日本身体障害者陸上競技選手権大会兼IPC公認2012 ジャパンパラ陸上競技大会	6月2日～3日	大阪市「長居陸上競技場」	2
3	2012全国ジュニア選抜車椅子バスケットボール大会 in 愛知	7月7日～8日	愛知県小牧市「パークアリーナ小牧」	3
4	Gliders World Challenge	7月17日～22日	オーストラリア・シドニー	1
5	DMS-CUP 第21回東日本車椅子バスケットボール選手権大会	7月21日～22日	新潟県長岡市「長岡市市民体育館」	14
6	第21回群馬ふれあいアーチェリー大会	9月1日～2日	群馬県伊勢崎市「群馬県立ふれあいスポーツプラザグラウンド」	3
7	第46回全国ろうあ者体育大会in千葉(卓球競技)	9月15日～16日	千葉県成田市「中台運動公園中台体育館」	12
8	第46回全国ろうあ者体育大会in千葉(ボウリング競技)	9月15日～16日	千葉市「千葉リバーレーン」	1
9	第46回全国ろうあ者体育大会in千葉(陸上競技)	9月15日～16日	千葉市「千葉県総合スポーツセンター」	2
10	第9回全国視覚障害者卓球大会	9月16日～17日	さいたま市「埼玉県障害者交流センター」	4
11	第3回全国ろう高齢者グラウンド・ゴルフ大会	9月29日～30日	広島市「広島県総合グランド・ラグビー場」	5
12	第8回全日本障害者空手道競技大会	9月29日	東京都足立区「東京武道館」	6
13	第13回全日本ブロック選抜車椅子バスケットボール選手権大会	10月14日～16日	北九州市「北九州市立総合体育館」	1
14	第14回日本ポッチャ選手権大会(全国予選会)	10月26日～28日	大阪市「大阪市舞洲障害者スポーツセンター」	1
15	第16回全国シニア選抜車椅子バスケットボール大会	11月10日～11日	神戸市「グリーンアリーナ神戸」	4
16	第4回国際クラス別肢体不自由者卓球選手権大会	11月24日～25日	大阪市「大阪市舞洲障害者スポーツセンター」	3
17	第29回日本身体障害者水泳選手権大会	11月24日～25日	千葉県習志野市「千葉県国際総合水泳場」	2
18	第14回日本ポッチャ選手権大会(本戦)	平成25年1月25日～27日	大阪市「大阪市舞洲障害者スポーツセンター」	2
19	2013全日本チェアスキーチャンピオンシップin志賀高原	平成25年1月25日～27日	長野県山ノ内町志賀高原「奥志賀高原スキー場」	8
20	2013年SO冬季世界大会・ピョンチャン	平成25年1月29日～2月5日	韓国平昌	2
21	第42回全国身体障害者スキー大会	平成25年2月22日～24日	秋田県仙北市「田沢湖スキー場」	2
22	第33回ジャパンオープン肢体不自由者卓球選手権大会	平成25年3月9日～10日	大阪市「大阪市舞洲障害者スポーツセンター」	5
計				96名



## 富山から輩出

## ロンドン2012パラリンピック競技大会日本代表選手

パラリンピックは国際パラリンピック委員会（IPC）が主催する障害者を対象とした世界最高峰のスポーツ競技会です。1948年ロンドンのストーク・マンデビル病院でリハビリテーションの理念から始まった「ストーク・マンデビル競技大会」が起源とされています。その後1960年ローマで開催された「国際ストーク・マンデビル競技大会」が第1回パラリンピックと位置づけられており、ロンドンパラリンピックは第14回大会となります。パラリンピックの名称は1988年第8回ソウル大会より正式名称となりました。現在、オリンピックと同じ年に同じ場所で開催されています。

2012年8月29日から9月9日まで12日間にわたり、ロンドンオリンピックスタジアムを主会場に164の国・地域から6740名（選手4310名、役員2430名）が参加して開催された「ロンドン2012パラリンピック競技大会」には、富山県出身、在住の2名の選手が日本代表選手として出場されました。宮島徹也選手（車椅子バスケットボール）と、柴山友里子選手（ボッチャ）です。お二人からロンドンパラリンピック出場を振り返っての思いを寄稿していただきました。



「2012とやまふれあいフェスティバル」のトークショー「パラリンピックアスリートの挑戦」に出演する両選手

## チームのために

富山WBC所属 宮島 徹也

私にとってロンドンパラリンピックは北京パラリンピックに続き2回目のパラリンピックでした。今回車椅子バスケットボール男子チームは「ベスト4」という目標を掲げ、4年間岩佐ヘッドコーチを中心に何度も選考合宿、強化合宿、海外遠征などを繰り返す中でチームを作り上げ、目標に向けてトレーニングを積んできました。

世界大会や海外遠征など日本代表チームとしてロンドンパラリンピックでは自分はどうあるべきか、どうすればチームに貢献できるのか考えさせられました。

日本が目指すバスケットを理解し、そのバスケットで世界に勝つ。そのために何をしなければならないのか、自らが得点を取るために動くプレー、味方に得点を取らせるために動くプレーなど、チームとして確率の高い良いショットは何なのか、他国に対しどのようなディフェンスが有効なのかなどいろいろなることを考えさせられました。

ロンドンパラリンピックではチームのために何をすべきなのか、自分には何ができるのかを考え試合に臨むことができたと思います。コートに立つ時間はあまりありませんでしたが、自分にできたと思います。

今後の課題はミドルシュート、フリースローなどの確率、各シュートの安定、スピードコントロールだ

と感じました、海外のプレイヤーに対し高さがない分スペースや間合いタイミングなどの部分を強化していきたいです。

4年前の北京パラリンピックの頃は大学生だったので、トレーニングができる環境に恵まれていました。しかし、社会人になり仕事とトレーニングの両立が難しく、学生時代よりトレーニング時間が減少しましたが、ロンドンパラリンピックに出場することができたのは、周囲の支えのおかげだと感謝しています。

結果の9位という順位に関して納得できない部分もありますが、世界との差と、現状をしっかり受け止め、今後は環境面の改善なども含め、次のステップに進んでいきたいと思っています。

## 富山でボッチャを広めたい

富山ボッチャクラブ所属 柴山 友里子

私はボッチャを始めて10年になります。ボッチャの大会で初めて海外へ行った時、試合時間に間に合わず、6対0で不戦敗という悔しい思いをしました。その大会の閉会式で涙が止まらず「今度は自分が君が代を鳴らすぞ」という想いを胸に、ここまでボッチャを続けてきました。

ボッチャでパラリンピックに出るためには、世界ランキング12位に入らないと参加できないため、毎年世界大会に参加しなくてはなりません。これまでも選ばれて何回か世界大会に参加しました。しかし、メンタル面が弱く食生活も気にせず毎日を過ごしていました。

今回、ロンドンパラリンピックが決まってから健康診断を受けて、貧血と診断されました。ドーピングがあるので薬にも気を付けなければいけません。後援会を創っていただき、練習会場の提供、怪我をしないように施設の宿泊、疲れを溜めないようオイルマッサージ等、沢山の人の支えていただきました。ありがとうございました。お陰様で体調を崩すこともなく、自分が持っている実力を出すことができ、ロンドンパラリンピックを楽しめました。

また、初めてのパラリンピックへの参加を通して、毎日の生活で仕事をしながら練習をして、目標に向かうためには、規則正しく継続することが大切だと知りました。

パラリンピックが終わり富山に帰って来て思ったことがあります。ボッチャは年齢、性別に関係なく、障害がなくても、誰にでも楽しめるスポーツなので、富山でボッチャを広めたいということです。これからもよろしくお願いします。

## 競技歴等



宮島 徹也 選手

砺波市出身。現在、金沢市在住。ふぁみーゆつダコマ（株）勤務。  
2005年世界車椅子バスケットボールジュニア選手権大会2位。  
2006年フェスティック・クアラランブル大会4位。  
2008年北京パラリンピック7位入賞。  
2010年広州アジアパラ競技大会1位。  
2012年ロンドンパラリンピック 日本チーム 予選...1勝4敗 最終成績9位。



柴山 友里子 選手

魚津市在住。魚津年金事務所勤務。  
2008年日本ボッチャ選手権大会個人1位。  
2010年広州アジアパラ競技大会個人8位入賞。  
2011年ボッチャワールドカップ団体2位。  
2012年ボッチャジャパンカップ個人1位。  
2012年ロンドンパラリンピック 個人11位 団体（BC1,2）7位入賞。

## 1 各協会、連盟指導者や障害者スポーツ指導員の支援と協力

障害のある方々がスポーツを楽しむ環境を充実させていくためには、さまざまな方々の協力が必要です。富山県障害者スポーツ協会では、県主催の4競技会の開催に当たって、それぞれ「富山県水泳連盟」「富山陸上競技協会」「富山県障害者フライングディスク協会」「富山県卓球協会」の大きな協力をいただいています。そのほか、各市町村、各障害者福祉協会をはじめ多数の障害者に関わる団体、個人のみなさんなどからの協力や支援も受けています。一人一人の小さな支援は、障害のある方々がスポーツを楽しむことを支え、また、障害者を励ます力となっています。これからも、障害のある方々が障害にまけることなく、スポーツを通して心身ともに健康な生活を送れるよう、皆が協力していくことが求められています。そうした取り組みが障害のない人にとっても喜びや生きがいとなり、共に生きる社会を形成していく一助となるのではないのでしょうか。

### 障害者卓球の指導をして25年

富山県卓球協会副会長 沢田 広子

肢体・聴覚・盲人卓球（現：サウンドテーブルテニス：以下STTと記す）の指導を受け持って25年以上になるかと思えます。最初は、滑川市のサン・アビリティーズ滑川の体育館で、卓球台が3台あれば十分な人数から始まりました。

2000年には国体が富山県で開催され、同じ年に全国身体障害者スポーツ大会・きらりんぴっく富山も行われました。きらりんぴっくに皇太子様と雅子様がお来県になり、卓球会場をご観覧になりました。その時、雅様が卓球台にお近づきになり、ラケットをお持ちになって、大観衆の中で卓球をされたのです。そのお姿はとても微笑ましく、今でも印象深く心に残っております。

その時を記念し障害者卓球クラブを「きらりんクラブ」と名付け、水橋の富山市勤労身体障害者体育センターで指導が始まりました。各市町村から次々と障害者の皆さんが集まり、今では10台の卓球台を斜めに置いて使っても足りない程の人数となり、皆さんは楽しそうに和気あいあいと白球に向かって、毎回練習しています。

皆さんにはいろいろな障害がありますので、同じ練習方法とはいきませんが、個性に合わせての練習をしています。だんだんと私一人では全員の相手ができないほどの人数になっています。

こうして、日頃の練習の成果が実り、障害者卓球の富山県代表として全国に出場し、優勝してくる選手が増えてきました。肢体の部では、堀田英雄選手、聴覚の部では蜷川優也選手と大井川勇人選手で、とても素晴らしい選手として讃えたいです。

STTでは、一般卓球とルールが全く違い、審判も「日本視覚障害者卓球連盟公認審判の資格」が必要で、今では20名程のレディース部の皆さんがC級・B級審判として活躍しています。レディース部の審判員は月2回の練習にも参加してくださっています。

毎年11月に行われる「富山県障害者スポーツ大会（卓球競技会）」には、審判員が45名必要で、レディース審判の皆さんは、とても気持ちよく毎回協力してくださっています。

また、現在、一般卓球は月2回、STTは月1回程度それぞれ行われていますが、私が障害者の指導をここまで続けて来ることができたのは、レディースの皆さんのご協力のお陰だと感謝しており、心からお礼を申し上げます。

本当にありがとうございました。

### 障害者スポーツ指導員として

富山市 箕島 英二

私は障害者スポーツ指導員として、障がい者スポーツに参加される皆さんに、スポーツを楽しんでいただけるようにするには、どのようなサポートをすれば良いのかを念頭に活動するようにしております。参加者の皆さんに、その日、その時間をいかに楽しく過ごしてもらえるか、また次に参加していただけるような気持ちをもってもらえるか、楽しさや面白さを体感してもらえるように、スポーツの魅力を伝えていければと思っています。

また、障がい者スポーツの普及活動も我々の重要な活動の一環だと思い、障がい者スポーツの体験を通じて、誰でも楽しめるスポーツとしての障がい者スポーツの普及活動に微力ながら努めていきたいとの思いで、今後も活動を続けていきたいと思えます。

### 障害者スポーツと私

滑川市 水井 しのぶ

私は、自身の怪我の治療をしているときに、障害者スポーツをしている友人達を知りました。この友人達と少しでも同じ空気を感じていたい、と障害者スポーツ指導員となりました。

しかし、経験不足、知識不足などから、障害者スポーツや指導員の役割というものについて、勝手な思い込みをしたり、勘違いをしたりしていたのだと思います。障害者スポーツに関する講習や競技大会のサポートをする中で、特に、出場している選手達に、私の思い違いを修正してもらっているように感じています。

仕事もあり、競技大会にスポーツ指導員として毎回参加することはむずかしい私ですが、参加できるときには、選手が気持ちよく、怪我がなく、思いっきり力が出せるようにサポートができたかと、いつも思っています。

障害者スポーツに関わることは、自分自身への人間教育だと本当に思います。私はマイペースでこの教育を受け続けていくつもりです。

そして、いつか、じっくりと選手達と関わっていける日が来るといいなあ...なんて思っています。



## コーチの役割について

富山県障害者フライングディスク協会 理事長 金田 安正

全国大会に一生に一度しか出ることができなかった時代の身体障害者が、全国大会終了後に「こんなスポーツ、もう、こりごり」と言っているのを聞いたことがある。

今までにスポーツをあまり積極的には行ってこなかった人が選手に選ばれると、練習三昧の日々へと急激に生活が変化する。大会でメダルを獲得するという目標に向かい、自己犠牲的に尽力してくれるコーチの言われるままに、とにかくメダルを取るためと、いろいろとくじけそうになっても、何とか耐えて練習をする。しかし、目標だった大会が終わると、精根使い果たし燃え尽きてしまい、また新たな目標が見つからないためか、先のような、泣き言というより反感を持って、スポーツすることを辞めてしまう。

障害者全国大会の選手は、記録だけではなく、障害の別、性別、地域の別、その他もろもろの条件を考慮した上で選ばれてきている。県によって選考法はまちまちだが、ある特定の強い選手が毎年出場しているわけではない。だからある意味、年度によって、たまたま強い選手が寄り集まったとか、あるいは逆の場合もある。メダルの色やメダルを獲得できるか否かは、そのときの相手とも強く関係しているといえる。このような状況の中で、コーチをはじめ関係者は、選手にメダルにだけ価値を置くような指導をしてはならないだろう。

筆者は、以前、パラリンピックなどの国際大会にコーチや役員として参加していた。

選手がメダルを取ると、地元のマスコミをはじめ関係者が大いに取り上げ、称賛する。だから、それに応えるために、いかにすればメダルが取れるかを考え、指導した。

と同時に、選手たちには、「自分のベスト記録が出るか否かが重要で、メダルを獲得しても自分が立てた目標記録を出していなければ、あまり評価しない」と伝えていた。逆に、メダルには届かなくても、自己ベスト記録を出した選手には、その健闘ぶりを大いに褒め称えた。

試合に勝つためには、コーチは選手の長所を伸ばし、最高のパフォーマンスを出せるようにしなければならない。しかし、忘れてはならないのは、プロは勝つことが義務付けられているが、目の前にいる障害者はプロではないということである。

プロではない人たちに対しては、スポーツが好きで、生涯にわたって続けて実践していく人間となるように指導することが重要である。そのためには、スポーツに自立した人間、すなわち練習の仕方や目標の立て方などを自分自身で決め、あくまで自分が責任を持って大会に臨むという姿勢を持たせるような指導をしていく必要がある。



## 2 障害者スポーツ指導員や審判員を育てる

### (1) 初級障害者スポーツ指導員養成講習会

公益財団法人日本障害者スポーツ協会は、障害者スポーツの振興と競技力向上にあたる障害者スポーツ指導者の資質と指導力の向上を図り、指導活動と指導体制を確立するため「日本障害者スポーツ協会公認障害者スポーツ指導者制度」を制定しています。

富山県障害者スポーツ協会では、毎年、公益財団法人日本障害者スポーツ協会が指定するカリキュラムに基づいて、初級障害者スポーツ指導員養成講習会を開催し、障害者スポーツの指導者の養成、障害者スポーツの普及・振興に努めています。(全課程修了者は公認障害者スポーツ指導員の資格認定の申請を行うことができます。)

平成7年より延べ22回開催しており、受講者数も延べ558名に上ります。ただし、このうち、447名の方が資格申請を行い、平成24年2月29日現在、221名が障害者スポーツ指導員として登録しています。

#### 講習会受講者の感想から

障害者スポーツを体験し、講習を受ける前は、障害者のために考えられた特別なスポーツのことだと思っていました。障害への着目ではなく、人への着目が大事だとわかりました。実際に苑の皆さんと一緒にスポーツを体験してみて、とても楽しそうで、生き生きとした表情をされていたのが印象的でした。障害の有無に関係なく楽しめることを実感しました。まだまだたくさんの競技があるので、機会があれば参加し、指導員の勉強をしたいと思います。

私は、障害者スポーツについての知識が全くなかったので、少し不安でしたが、すべての講義を新鮮に受けることができました。

ボランティア活動と聞いただけで、身構えてしまっていたのですが、自分ができることをすればよいとわかり、障害者スポーツの活動でも、自分にはできないと思っていましたが、できることを一つでも行動していけばよいと思えるようになりました。

専門的で難しい講義もありましたが、アイマスクを付けて、視覚障害を体験する講義やグループでの話し合いなど他の参加者と交流できてよかったです。今後自分のできる範囲で少しでもお役に立てるよう活動していけたらと思いました。

### (2) 障害者スポーツ審判員養成講習会

富山県障害者スポーツ協会では、障害者スポーツ指導員や障害者スポーツに関心のある方を対象に、障害者スポーツのルールや審判法などを学ぶための講習会を実施しています。

これまでに、フライングディスク、グランドソフトボール、車椅子バスケットボール、陸上競技、フットベースボール、水泳、ボッチャ、サウンドテーブルテニス、カローリング等の競技の講習会を行ってきました。

今後も、皆さんの要望や時代のニーズに配慮し、講習会を計画していく予定です。

## おわりに

障害のある方々が、明るく生き生きと楽しくスポーツに取り組まれている姿が表れていたでしょうか。

今回、障害者スポーツに関わる様々な方々からの声を収集することになり、その思いの一端に触れることができたことは、障害者スポーツに関する業務に携わっている者にとって大変貴重な機会でした。

実際にスポーツに取り組んでおられる方々の文章からは、身体機能の改善や競技力の向上等を目指して、自己の記録や限界に挑戦しておられる姿や、日々の生活にスポーツを取り入れ、楽しんでおられる姿が浮かび上がってくるとともに、周囲の方々への感謝の言葉が随所に表れていることが印象的でした。加えて、障害の有無を越えて多くの方々との交流したいという気持ちが強く感じられました。

また、障害者スポーツを指導、支援されている指導者の方々の文章からは、指導・支援する中で得られる喜びとともに、より多くの障害者がスポーツを楽しむことができるようにもっと仲間を増やしたい、共に支援の輪に加わってほしい、という呼びかけが聞こえてくるように思われます。

読者の皆様はどのような感想をもたれたでしょうか。ともあれ、この冊子を通していろいろな方々が、障害者スポーツに興味・関心をもっていただき、共に活動されたり、支援や協力を行ったりするきっかけとなればと願っています。

今後も障害のある方々がスポーツをする中で、キラキラと光る汗と素敵な笑顔があふれる姿を見たいものです。

最後になりましたが、寄稿いただきました方々に厚くお礼申し上げます。