

社会	パラリンピックの豆知識	2	かるた	総合	パラサポかるた	4,5	ゴールボール	教育	あすチャレ! スクール	7
インタビュー	子ども記者が突撃取材!	3		教育	身近なモノでやってみよう!	6		お楽しみ	ゲーム・大会スケジュール	8

スーパー★復活★ パトリック・ アンダーソン

「車いすバスケットボールの神様」がコートに現れた!

これまでにパラリンピックで3つの金メダル、1つの銀メダルを母国、カナダにもたらす原動力になった車いすバスケットボール界のスーパー★パトリック・アンダーソン選手。一時期、代表チームから離れていましたが、再びコートに戻り注目を集めています。音楽活動や家族と触れ合う時間をつくるために代表チームから遠ざかっていたアンダーソン選手。「北京での違う色のメダル(銀)はとても悔しかった」という思いを胸に新たな挑戦はまだまだ続きます。「車いすバスケットボールってカッコいい!」と思ってもらいたいです。東京パラリンピックでも最高のプレーをみなさんに見てもらいたいです」と意気込みます。

パトリック・アンダーソン 1979年、カナダ生まれ。9歳のときに交通事故で両ひざから下を切断。翌年、車いすバスケットボールに出会い、才能が開花。1997年に初のカナダ代表入り。中心選手として活躍し、2000年シドニー、2004年アテネ、2012年ロンドンと3度のパラリンピックで金メダル、2008年北京での銀メダル獲得。北京大会後とロンドン大会後の2度、代表チームから離れたが、東京大会を目指し、代表に復帰した。

ロンドンパラリンピックでプレーするアンダーソン選手 ©Getty Images Sport

★パットのここがスゴイ!

「パット」の愛称で呼ばれるアンダーソン選手。世界中の車いすバスケットボールプレーヤーの憧れであるパットの魅力をほんの少しご紹介します。

チェアワーク
競技用車いすをまるで体の一部のように操作!

シュート力
相手選手に囲まれても得点を決めちゃいます

ボールハンドリング
手に吸いつくようなボールさばきは必見!

チームメイトへの思いやり
若い選手の育成にも熱心に取り組む頼れる存在

©Hisashi Okamoto

イベントレポート

2018年10月中旬には日本財団パラアリーナ(東京都品川区)で開かれたパラサポ主催の「パラリンピック・レッスン」に登場しました。

全国から集まった参加者に世界の技を披露しました。レッスンを通してアンダーソン選手からアドバイスをもらった子どもたち。「あこがれの選手から直接、指導を受けられたことは一生の宝物になります。もっと練習をして、すばらしいプレーヤーになれるように努力していきたい」と気持ちを新たにしました。

QRコード
動画はこちら!

パラリンピックまめ知識

入門編

はじまりは
なんと約70年前!?



©Christopher Payne

パラリンピックの原点は約70年前！
スポーツをリハビリに取り入れていたイギリス・ロンドン郊外の病院が、院内で開催した患者16名によるスポーツ大会がはじまりでした。

1964年の東京大会が
第2回大会だった！

第1回パラリンピックは1960年のローマ大会。その4年後の1964年に東京で開催されたパラリンピックが第2回大会とされています。



この時の東京大会には世界から約370名の選手が集まりました。

©Image provided by the IPC

今や世界第3位の
スポーツ大会に



©Getty Images

アスリートがハイパフォーマンスを競う世界的なイベントになったパラリンピック。いまや五輪、サッカー W杯に次ぐ、世界で3番目に大きなスポーツイベントへと発展したのです！

そして2020年、 東京に再び パラリンピックがやってくる！

日程：2020年8月25日(火)～9月6日(日)

競技数：22競技 540種目

チケット販売開始：2019年夏～

まずはチケット購入に向けて、今から「TOKYO 2020 ID」登録を！

TOKYO 2020 ID

検索

東京 2020 パラリンピック



エンブレム



マスコット
(ソメイティ)

©Tokyo 2020

東京 2020 パラリンピック実施競技

アーチェリー、陸上競技、バドミントン、ボッチャ、カヌー、自転車競技、馬術、5人制サッカー、ゴールボール、柔道、パワーリフティング、ボート、射撃、シッティングバレーボール、水泳、卓球、テコンドー、トライアスロン、車いすバスケットボール、車いすフェンシング、ウィルチェアーラグビー、車いすテニス

ちなみにパラサポとは・・・？

日本財団パラリンピックサポートセンター(パラサポ)はパラリンピックスポーツの環境がさらに良くなるよう、パラリンピック競技団体の基盤強化、パラリンピックスポーツをより身近に感じてもらうプログラムの実施や情報発信、そしてだれもがいきいきと生活できる

「インクルーシブ社会」の実現に向けた取り組みをおこなっています。「パラ駅伝」「パラフェス」などのイベントや、教育・研修プログラムも実施しています！合言葉は **ienjoy!**



みんなあつ
みが集まれる
ひろ
オフィスは、広くて
あか
明るいよ！

子どもたちにパラリンピックの
魅力を伝える

国際パラリンピック委員会公認教材

I'mPOSSIBLE

教材資料の無料ダウンロードや
分かりやすい動画も配信中！

<https://education.tokyo2020.org/jp/teachers/texts/iampossible/>



障がい別・エリア別パラスポーツ診断サイト

GOOD DESIGN
AWARD 2018

マイパラ！
Find My Parasport

GOOD DESIGN AWARD 2018 受賞！

www.parasapo.tokyo/mypara



パラリンピック、パラスポーツの総合サイト

最新ニュースから競技・選手の紹介
大会・イベントの日程、コラムを配信中！

パラサポWEBマガジン

www.parasapo.tokyo/





★ 今回のお題 ★

『日本財団パラアリーナ』 を調査せよ!!

今回の子ども記者



さ さ き かず さ
佐々木一聡くん
東京都・練馬区立大泉
東小学校 (5年)



かまくら み な み
鎌倉美波さん
東京都・小平市立小平
第八小学校 (5年)



5 あれ? ロッカーの
下にスペースがあるよ。

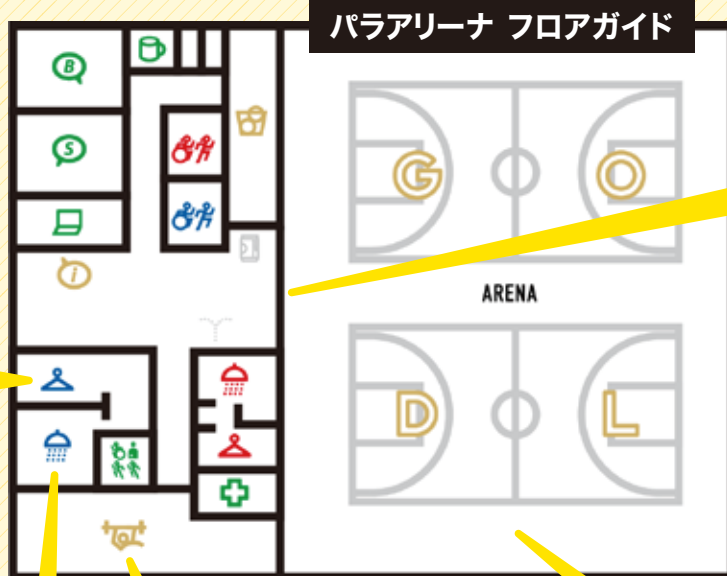


▶ 下にスペースがないと車いすがぶつかって、ロッカーの奥まで手が届きづらくなります。空いたスペースがあると、車いすに乗っていても、ロッカーの奥まで手をのびすことができます。

4 シャワーをかけるバーの
位置が、右と左でちがうのはなぜ?



▶ 体の片側のまひや切断・欠損などで使いやすい位置が人によって違うからです。障がいに応じて右・左を選んで使えます。



3 このマシン、
ちょっと様子が
変わっているようだね。



▶ マシンのいすを取り外すことで、車いすに乗ったままでも、トレーニングができるように工夫されています。

1 ドアがとっても大きいよ!



▶ アリーナの入り口など、選手が通る扉は広いスライド扉になっています。競技用車いすでもスムーズに移動できます。

2 アリーナのなかはとっても
涼しいよ! なぜ冷房が
きいているのかな?



▶ なかには体温調節ができない選手もいます。このために冷房を強めにきかせて、安心して練習できるように配慮されています。

につぼんざいだん

日本財団パラアリーナ

2018年6月に東京のお台場・湾岸エリアの船

の科学館の敷地内にできました。車いすバスケットボール、ウィルチェアラグビー、ボッチャ、シッティングバレーボール、ゴールボール、ブラインドサッカーなどをプレーすることができます。パラリンピック競技団体や、パラリンピック競技団体所属のクラブチームなどが使えます。

日本財団パラアリーナ

検索

調査報告

佐々木記者 洗面台や冷水機なども低く作られていたり、段差がなかったりするなど、車いすの人が使いやすい工夫がたくさんありました。床と壁を区別できるように、色わけもされています。

ウィルチェアラグビーや車いすバスケットボールの練習の様子を近くで見ることができましたが、とても迫力がありました。パラアリーナができて選手のみならず、安心して練習に取り組めるのではないかと思います。

鎌倉記者 パラスポーツの専用の施設があるということにおどきました。実際に車いすに乗って移動してみました。大きなドアは通路が広くて通りやすかったです。

パラアリーナでのノウハウが、私たちの生活の中でも活かされると、みんながくらしやすくなるなと思いました。



Q ます。造るときに大変だったことは

Q ます。なぜパラスポーツ専用の体育館を造ることになったのですか。

A ます。パラリンピックには車いすを使った競技が多いですが、これまでは床に傷がつきやすい、汚れやすいといったことから、練習場所の確保の難しさが課題になっていました。選手が練習に専念できる環境が必要だと考えたからです。

A ます。みんなが使いやすいようにした工夫をほかの施設などでも活かすことができるのか、さらに使い勝手をよくすることができないかなどを考える材料にしたいです。

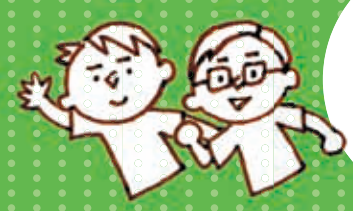
Q ます。パラスポーツ専用体育館のノウハウは、どのように活かされますか。

A ます。ほぼ毎日、ウィルチェアラグビーや車いすバスケットボールなどの練習場所として使われています。みなさんに喜んで気持ちよく練習してもらえれば提供できたのはうれしいです。今後は更にアリーナの掃除をボランティアの方に協力してもらおうと同時に、競技にも関心を持ってもらうなど、工夫ができないかを考えています。

Q ます。オープンして約半年がたちました。

A ます。ひとことで「障がい」と言っても、選手によってさまざまな違いがあります。選手や競技団体の人たちにも話を聞きながら、どうしたらみなさんが使いやすいくなるのかを考えました。なにを優先するのかを考えるのに頭を悩ませました。

日本財団パラリンピック
サポートセンターやまぐちゆうすけ
山口雄介さん



し たの
知って楽しい

パラサポ かるた



2020年の東京パラリンピックがよいよ近づいてきました。パラリンピック競技を見たことがある人もない人も競技のことを知ると、もっと観戦が楽しくなります。「パラサポかるた」では、知っておくと観戦がもっと楽しくなるパラリンピック競技の「おもしろポイント」を厳選してお届けします。あそびながら詳しくなっちゃいましょう！



ら
ランプは選手の指示でアシスタントが動かすポッチャ

自力でボールを投げたりできない選手をサポートする、滑り台型の用具をランプといいます。アシスタントが選手の指示でランプの向きや角度を操作をしますが、選手へのアドバイスなどは禁止です。



ぴ
ストで車いすを固定するよフエンシング

使用する車いすをピストと呼ばれる専用の試合コートに固定します。相手選手との角度が110度になるように決められていて、車いす同士は距離は選手の腕の長さなどを基準に定められます。



ど
うへの攻撃だけで戦うパラテコンドー

蹴ることに特化した韓国の国技、テコンドー。東京パラリンピックではキョルギ(組手)が採用され、選手は道着の上にヘッドギアと胴プロテクターを装着し、胴体への蹴りのみで勝負します。



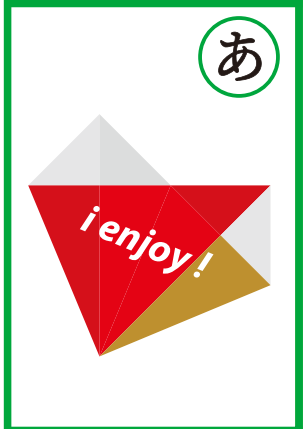
じ
よう半身の力で勝負するパラ・パワーリフティング

ベンチ台に覆そべってバーベルを持ち上げる競技です。脚で踏ん張って持ち上げる通常のベンチプレスと違い、脚を伸ばした状態で競技を行うため、ほぼ上半身の力だけで選手は勝負をしています。



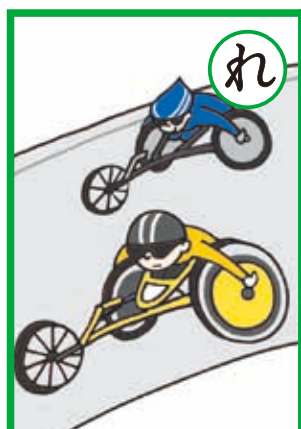
か
たほうにだけ浮きがついてるよカヌーのヴァー

直線コースでスピードを競う200mスプリントが東京パラリンピックで採用されています。使用する艇はカヤックとヴァーの2種類、ヴァーは浮き具がついた片側だけを漕いで進みます。



あ
いエンジョイ！(「enjoy」)がパラサポの合言葉

「enjoy! ~楽しむ人は、強い~」 楽しいと感じるから人は夢中になれるよ、上手くなりたいと願います。だから、楽しむ人は、強い。i enjoy! がパラサポの合言葉です。



れ
ーサーは時速50kmのスピードが出る車いすマラソン(パラ陸上)

リクジョウタイプの車いす(レーサー)は、大きな後輪2つと前輪がついています。より軽く、より丈夫に改良が重ねられていて、マラソンの下り坂などでは、時速50kmを超えるスピードで疾走します。



ぼ
ールはまるいよウィルチェアーラグビー

ラグビーと言っても、ボールは楕円形ではなくプレーボールのようない形をしています。選手は手にもまひなどの障がいがあるため、ボールの表面が滑りにくい素材で作られています。



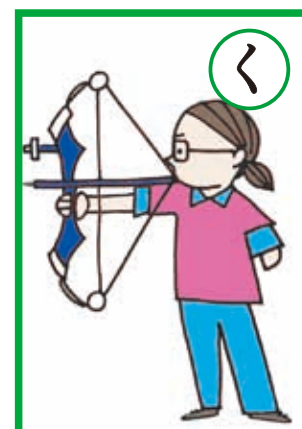
な
みあし(常足)・速足・駆足の技術と芸術性が採点ポイントパラ馬術

規定演技では、どこで何の動きをするかが決められています。審判により採点された合計得点率(%)で競います。選手の障がいの程度によって常歩、速歩、駆歩のどれを行うかが定められています。



た
ッピング棒で視覚障がいの選手に壁を教えるパラ水泳

視覚障がいのクラスではターンなどで選手が壁にぶつからないように、「タッピングバー」と呼ばれる用具で合図を送ります。タッピングバー(合図を送るコーチ)と選手の息の合った連携が見どころです。



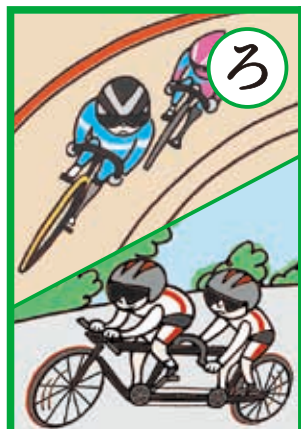
く
ちでも弓を引くよパラアーチェリー

矢を飛ばすとき、手に障がいがある選手は口を使用してもOK。口を使用するときは弦(ストリング)と矢がつがえる部分(ノッキングポイント)に突起をつけて噛んでストリングを引きます。



い
ってん25kgの鈴入りの重いボールを使うよゴールボール

ゴールボールで使用するボールは中に鈴が入ったかたくて重いゴム製のものを使用しています。ボールの大きさはバスケットボールの7号球とほぼ同じですが、重さはなんと約2倍の1.25kg!



ろ
ードとトラック2つあるよパラサイクリング

屋内で行うトラック競技と屋外で行うロード競技の2つがあります。トラックはときに最大傾斜が45度にもなるすり鉢状に傾いた走路を周回し、ロードは一般道または屋外にある専用コースを使用します。



ま
との真ん中満点は10.9点パラ射撃

的の内側へ行くほど1点ずつ得点上がり、真ん中の直径1.04cmが10点圏。さらに10点圏の真ん中の直径0.5mmがX点圏と呼ばれ、命中すると種目によっては10.9点満点となります。



に
(2)kmの直線勝負パラローイング(ボート)

東京パラリンピックでは、ブイで仕切られた2000mの直線コースで競います。これまでは1000mでしたが、2017年より距離が倍に変更され、よりスタミナが必要な競技になりました。



つ
1(2)バウンドまでは大丈夫車いすテニス

基本的には健康者のテニスのルールと一緒に、コートサイズやボールも同じものを使用します。唯一異なるのが2バウンドでの返球がOKなところ。2バウンド目はコートの外側に出ても大丈夫です。



こ
ーラー(ガイド)の声をよく聞いてさあシュート! 5人制サッカー

フィールドでは視覚に障がいのある選手がアイマスクを着けてプレーします。かわりにゴールキーパーや監督、そして相手ゴールの裏に立つコーラーが選手の目となり指示をだしています。



え
すL3(SL3)と車いすクラスはコートの横幅が半分になるパラバドミントン

SL3は足に障がいがあり、歩くときや走るときにバランスがとりにくい選手のクラスです。立ってプレーするクラスは他にもありますが、それぞれクラスによってコートサイズが変わります。

「パラサポかるた」をつくってみよう!

みんなが感じたパラリンピック競技の“おもしろポイント”をかるたにしてみませんか?
郵便はがきをかるたの絵札に見立てて作成してぜひパラサポまでお送りください。

宛先

〒107-0052 東京都港区赤坂 1-2-2
日本財団ビル 4 階
日本財団パラリンピックサポートセンター
パラサポ新聞編集部

記入内容

読み札原稿、住所、氏名(ふりがな)、学年、電話番号 ※お送りいただいた作品と情報はパラサポ新聞やパラサポの WEB、SNS で紹介させていただく場合があります。



ゆ
かに座ってプレー シッティングバレーボール

脚などに障がいのある選手が6人でプレーします。英語で「座ったまま」を意味するシッティングという名前がついているように、床におしりの一部がついている状態で行うバレーボールです。



は
ンドラーがトランジションをサポートするよパラトライアスロン

3つの種目(スイム、バイク、ラン)を連続して行います。次の種目へ移るトランジションエリアでウェアやシューズ、用具の着脱を行います。一人で難しい選手はハンドラーがサポートします。



て
イルティングは車いすバスケットボール選手のテクニク

車いすの片方の車輪を浮かす技をティルティングといいます。車いすではジャンプができないため、少しでも高い位置でボールを扱えるように、このようなテクニクが時にはくりだされます。



さ
ービスにいろいろ特別なルールがあるよパラ卓球

ラリーの最初に自分でトスをあげて、相手コートにボールを打つことをサービスと言います。パラ卓球ではトスの上げ方も障がいによってさまざま。世界には足でトスをあげる選手もいます。



お
たがいの襟をつかんで始まる視覚障害者柔道

視覚障害者柔道の特徴はお互いの襟と袖を持って組み合った状態で試合が始まることです。試合中に両手が離れてしまった場合は、審判が「待て」と言って中断し、組んでから試合が再開されます。

身近なモノでやってみよう!

ゴールボール



パラリンピックならではの競技「ゴールボール」は、身近なモノを数点準備すればすぐに始められるよ。
体育館に集合して、みんなで体験してみよう!

見えない世界で音を頼りに
ときどきスリルを
楽しもう

用意するもの

ボール

- ・バスケットボールなど
- ・ビニール袋
- ・テープ

バスケットボールやバレーボールなどにビニール袋をかぶせて音がするように工夫するよ。ビニール袋はテープでとめよう。

アイシェード (目かくし)

アイマスクなど
目を覆うもの。
タオルや手ぬぐいでもOK!

ライン引き

- ・ヒモ
 - ・ラインテープ
- ヒモとラインテープで
コートをつくろ。ライン
テープの下にヒモを通し、
手でさわってラインが分
かるように工夫しよう!

ゴールボールって?

3対3で、鈴の入ったボールを相手のゴールめがけて転がし合い、得点を競うパラリンピック競技。選手はみなアイシェードという目かくしをして戦います。見えない分、鈴の入ったボールの音を聞いたり、味方とコミュニケーションを取り合い、ゴールをねらいます。見えない状態でくり広げられる迫力の攻防戦に注目です。

ルール

攻撃

ボールを転がすように投げてゴールをねらおう!
ボールを投げる時は必ず、転がしてゴールをねらうよ。ゴールをボールが通過したら得点。バウンドさせずに投げたら失格、得点にカウントしない。

守備

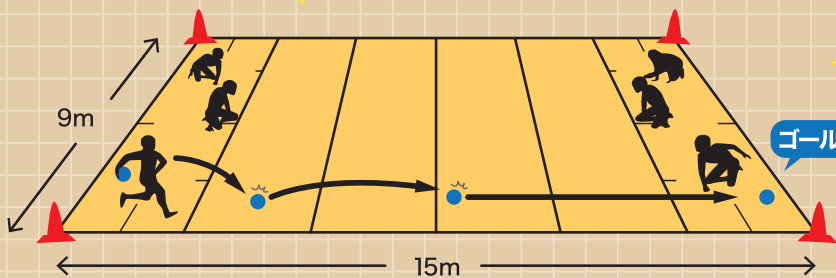
体を張ってゴールを阻止しよう!
相手チームのボールがどこから飛んでくるか、音で予測してゴールを守ろう。ボールにかぶせたビニール袋の音や、相手の足音がヒントになるよ。

バレーボールのコートと
ほぼ同じ広さのコートで
3対3でプレーするよ。

ゴールは、カラーコーンを
両サイドに置いて
代用しよう。

プレー中、選手は音に集中するので
応援は静かにしよう。
ゴールが決まった時は大きな声援を!

相手の裏をかくプレーが見どころ。
ボールを持っていない選手がわざと
音を出したりして相手をだましてみよう!



CHECK!
動画で詳しく
説明しているよ!

I'mPOSSIBLE

国際パラリンピック委員会公認教材

内容物

教師用ハンドブック、教師用指導案、授業ガイド、
授業シート、ワークシート、資料DVD

みんなの学校にも届いてるよ!

「I'mPOSSIBLE」とは、国際パラリンピック委員会公認教材です。学校の授業で先生がパラリンピック教育を取り入れることができるよう、必要な資料や情報が全てセットになっています。

※すでに全国の学校へ、2017年春には小学生版第1弾が、2018年春に小学生第2弾・中高生版第1弾が配布されています。



18歳以上
対象
(団体開催
もあり)

障がい者講師から楽しく学べるダイバーシティセミナー

あすチャレ! Academy

内容
1.レクチャー、2.体験プログラム、3.グループワーク

マック(講師)
ひとこと
から一言!



障がいってなんだろう。今まで聞けなかった、そんなリアルな経験を実際に障がいのある講師から楽しく聞き、考え、体験できるセミナーです。パラリンピック・パラスポーツの魅力が聞けるのも特徴の一つです!

※小中学生向けプログラムは、お問い合わせください。

あすチャレ! Academy

検索

<http://www.parasapo.tokyo/asuchalle/academy/>
協賛=日本電気株式会社

企業、自治体、
大学など
対象

誰もが楽しめるパラスポーツで行う運動会

あすチャレ! 運動会

実施可能パラスポーツ

ブラインド競技(例: ゴールボール)、車いす競技(例: 車いすポートボール)、その他競技(例: ボッチャ)

ブッキー(ナビゲーター)
ひとこと
から一言!



パラスポーツを通して新しい「気づき」が得られる運動会です。初めて体験する競技に対してより良い結果を求め、その方法をみんなで模索することでチームワークや一体感が生まれるところが魅力です!



あすチャレ! 運動会

検索

<http://www.parasapo.tokyo/asuchalle/undokai/>
協賛=株式会社 JTB



友だちの声援を受けながら、競技用車いすでリレーに挑戦！



どれぐらいの重さがあるのかな？ 陸上の競技用の車いすは8キロぐらいあります



心が動く 明日を変える あすチャレ! School

パラアスリートとともにスポーツを体験し、リアルな話を聞く中で、人間の多様性や強さ、すごさに気づき、夢や希望を見つめ直す——。新たな学びの機会を提供する体験型出前授業「あすチャレ! スクール」です。授業をきっかけに、障がいとはなにかを考えたたり、自ら勇気を持って挑戦したりしています。

2018年度から新たに講師に加わったパラ陸上の永尾嘉章さん。パラリンピック日本人最多となる7大会に出場し、アテネパラリンピック日本選手団主将も務めました。2018年10月初めに訪れたのは東京都町田市の町田市立南第四小学校です。5、6年生の子どもたちに競技用の車いす（レーサー）の構造を紹介したり、目の前を颯爽と走り抜けるデモンストレーションを披露したりしました。子どもたちはそのスピードと迫力に圧倒されました。

「パラ陸上界のレジェンド（伝説）」と呼ばれるほどの永尾さん。パラ陸上を35年続けてきましたが、途中、思ったような成績が出せずに、くやしくて眠れなかったこともあったそうです。「家族や仕事仲間などみんなの応援が大きな力になりました。あきらめない気持ちで勝利につながった。みなさんも好きなことにどんどんチャレンジしてほしい」とメッセージを送りました。

ほかにシドニーパラリンピック男子車いすバスケットボール日本代表キャプテンの根木慎志さん、北京パラリンピック女子ゴールボール日本代表の高田朋枝さん、パラリンピック車いすバスケットボール元日本代表（4大会出場）の神保康広さんが全国の小中高등학교を駆け回っています。日本航空が車いすの運搬に協力するなどし、2018年12月31日現在、609校（累計9万7848人参加）で実施されるまでになりました。2018年度中に全都道府県制覇を達成する予定です。

パラ陸上
なが およしふみ
永尾嘉章さん

何事も諦めず
何でも
チャレンジ!

子どものころにポリオ（小児まひ）をわずらい、車いすの生活を送ってきました。学校と家を往復するだけの毎日でしたが、高校の先生にすすめられたのをきっかけに陸上を始めました。チャレンジしてみると思っていた以上におもしろく、風をきるスピードのとりこになり、のめりこんでいきました。

出場した7回のパラリンピックでは、緊張とプレッシャーで成果が出せなかったこともありましたが、大舞台で戦えたことは大きな喜びで

パラリンピック日本人最多となる7大会出場。アテネパラリンピック日本選手団主将、4×400m（T53/54クラス）銅メダル獲得。100m、200m（T54クラス）日本記録保持者。

す。あきらめないで頑張って続けてきた、今までの経験すべてが私の宝物になっています。

私の「あすチャレ! 宣言」は「何事も諦めず、何でもチャレンジ!」。元々、大勢の方の前で話すことは得意ではないので、「あすチャレ! スクール」の講師は自分にとっても新しい挑戦だと思って取り組み組んでいます。子どもたちの明日につなげられる、種をまいていければいいと思います。



あすチャレ! スクール

検索

<http://www.parasapo.tokyo/asuchalle/school/> 協賛＝日本航空株式会社



「あすチャレ! スクール」実施後にみなさんの学校でチャレンジしたことを教えてください!

例：授業で車いすバスケットボールについて調べて発表した、図書館にバラスポーツのコーナーを作った、など取り組んだことを文章にまとめて、活動の様子がわかる写真と合わせてお送りください。学校名、住所、電話番号、アドレス、担当の先生の名前を書いて、pr@parasapo.tokyoにメールしてください。お送りいただいた素材と情報はパラサポ新聞などで紹介させていただく場合があります。

みんなのチャレンジ
待っています!

あすチャレ!
スクール
その後...

ネジーの教え胸に
がっこうせいかつ じっせん
学校生活で実践!

「お帰らないさい! ネジー!」
「また来てくれてありがとう!」
2018年10月下旬、シドニーパラリンピック男子車いすバスケットボール日本代表キャプテン、根木慎志さんを温かく迎え、再会を喜んだのは新潟県燕市の燕北小学校の子どもたちです。2017年11月に「あすチャレ! スクール」の講師として訪問して以降、児童たちと今も「友だち」の関係がずっと続いていきます。

「苦手なことやできないことは、恥ずかしいことではない」「障がいとは社会みんなで力を合わせることでなくすことができる」。こんな根木さんからのメッセージは確かに子どもたちの中に浸透していました。「今までは野球でエラーをしたとき、落ちこんでしまふことが多かった。でもネジーの話を聞いて、失敗しても大丈夫なんだと思えるようになった。」「（6年）、「クラスで困っている人がいるときに、周りの人たちが積極的に声をかけています」（6年）といった頼もしい声が聞こえてきます。この日も、子どもたちからの質問に答えるなどして交流を深めた根木さんと子どもたち。根木さんは「子どもや先生の心の中でメッセージがとどまり続けて、どんどん変化している姿を見ることができて、刺激を受けました。あすチャレの輪が広がっていることを実感します」と話していました。





み だ 見 つけ 出 せる かな？ パラスポーツ用具

パラスポーツに欠かせない競技用具が体育館に散らばってしまっ
たよ。この中から右のターゲット①、②を見つけ出してね！

① ゴールボールの
ボール

② 水泳の
タッピング棒



ヒント 1 ゴールボールのボールの中には鈴が入っているよ。鈴の音がよく聞こえるようにボールに穴があいているんだ！

ヒント 2 タッピング棒は視覚障がい選手がかべ壁にぶつからないようにタッチして教えてあげる道具。強めにタッチしても痛くないのはどれかな？

答えはパラサポWEBマガジンで
ほかの用具の説明もあるよ
<https://www.parasapo.tokyo/topics/13042>



み い たい かい 観に行こう！パラスポーツ大会スケジュール



競技名	大会名	日程(2019年)	会場	入場料
 ボッチャ	ボッチャ東京カップ2019	3月9日(土)	東京都武蔵野市・武蔵野総合体育館	無料
 柔道	東京国際視覚障害者柔道選手権大会	3月9日(土)、10日(日)	東京都文京区・講道館 新館 大道場	無料
 ブラインドサッカー	IBSA ブラインドサッカーワールドグランプリ2019	3月19日(火)～24日(日)	東京都品川区・品川区立天王洲公園	有料 (一部無料)
 車いすテニス	第35回飯塚国際車いすテニス大会(Japan Open 2019)	4月23日(火)～28日(日)	福岡県飯塚市・筑豊ハイツテニスコート、 県営緑地テニスコート	無料
 車いすバスケットボール	天皇杯 第47回日本車いすバスケットボール選手権大会	5月10日(金)～12日(日)	東京都調布市・武蔵野の森総合スポーツプラザ	無料
 トライアスロン	2019世界パラトライアスロンシリーズ横浜大会	5月18日(土)、19日(日)	神奈川県横浜市・山下公園周辺特設会場	無料
 陸上	第30回 日本パラ陸上競技選手権大会	6月1日(土)、2日(日)	大阪府大阪市・ヤンマースタジアム長居	無料
 卓球	ITTFパラジャパンオープン2019 TOKYO大会	8月1日(木)～3日(土)	東京都港区・港区スポーツセンター	無料
 車いすバスケットボール	三菱電機 WORLD CHALLENGE CUP 2019	8月29日(木)～9月1日(日)	東京都調布市・武蔵野の森総合スポーツプラザ	有料 (一部無料)
 ゴールボール	2019ジャパンパラゴールボール競技大会	9月28日(土)、29日(日)	千葉県千葉市・幕張メッセ	未定

※スケジュール等は事前に予告なく変更となる場合があります。最新情報はHP等でご確認ください。

▶ その他パラスポーツの大会・イベント情報はパラサポ公式サイトでチェック！ [パラサポ](http://www.parasapo.tokyo) [検索](#) <http://www.parasapo.tokyo>