

編集・発行人／栃木県障がい者スポーツ指導者協議会  
事務局／会長兼事務局長 郡司 原之

栃木県障がい者スポーツ指導者協議会だより

TPSLC (Tochigi Para-Sports Leader's Council)  
(株)井上総合印刷 栃木県宇都宮市岩曾町1355番地

見やすいユニバーサルデザイン  
フォントを採用しています。

UD FONT



全国障害者スポーツ大会かごしま大会開会式 (写真: JPSA情報部会提供)

## 特別全国障害者スポーツ大会「燃ゆる感動かごしま大会」に参加して

新村 一男 (安足ブロック)

新型コロナウイルスの感染拡大の影響で延期された2020年第20回かごしま大会が、2023年特別全国障害者スポーツ大会かごしま大会として開催された。大会期間は10月28日～30日(役員帯同期間は26日～31日)、栃木県選手団は栃木大会を除くと過去最大規模の114名(選手59名役員55名)でした。各選手団は鹿児島の方々から3年越しの熱烈歓迎を受け、特に開会式では桜島が見守る中、スタンドから大声援を送ってくださり緊張と興奮を覚えました。

私は陸上競技で電動車いす常用選手の介助を担当しました。競技前日の公式練習では競技方法の再確認を含め共に練習に臨み、本番では競技補助者としてグランド内に入り、緊張した面持ちの選手に普段通りの競技ができるよう声援していましたが、選手の集中した姿を間近にし、共に競技している気持ちになりました。

選手の皆さんは、日頃の練習の成果を発揮し、金メダル22個、銀メダル18個、銅メダル17個を獲得したほか、何より全国大会の場ですばらしいパフォーマンスを繰り広げ全員が力戦奮闘した姿に感銘を受けました。今後とも栃木県障がい者スポーツ指導者協議会の一員のパラスポーツ指導員として会員の皆様と活動を続けていきたいと思う経験になりました。

# 会長挨拶

会長 郡司 原之（那須ブロック）

日頃より、会員の皆様方には、当指導者協議会の行事、パラスポーツへの普及振興に、ご理解とご協力をいただき誠にありがとうございます。このたびは4つほど述べさせていただきます。

新型コロナウイルス感染症が昨年5月より「5類感染症」の位置付けになりました。法律に基づき行政が様々な要請・関与をしていく仕組みから、個人の選択を尊重し、国民の皆様にも自主的な取組をベースとした対応に変わりました。その中、今年に入ってから感染者数が増え「第10波」の兆しです。会員の皆様には油断なく、適切な対処をして活動にあたっていただきたいと思います。

全スポいちご一会とちぎ大会後、競技別での皆様の活動が活発になってきているようでうれしい次第です。今年度の鹿児島大会は個人競技のみの出場でしたが、7競技中6競技の監督を選出できております。また多くの会員の方々にスタッフとして参加協力いただき、ありがとうございました。お知らせですが、「国体」が「国スポ」に名称を変えることから、全国障害者スポーツ大会も「障スポ」「全障スポ」など使われていますが令和11年群馬大会より正式に「全スポ」の略称になります。

先の関東ブロックパラスポーツ4団体協議会でも、指導員の活動率が話題になりました。当県でも約30%くらいでしょうか。しかし資格取得後は、個人として資格を生かして職場や地元のサークル、子供会、老人会などで指導に当たっている方が多くいらっしゃるようです。是非頑張っている方は、資格のレベルアップに挑戦してみるのはいかがでしょうか。研修においては、日本パラスポーツ協会（JPSA）主催の研修会、とりわけ東京都で12月予定の全国研修会（今年度仙台市で開催の研修会には栃木県より6名参加）に参加されるのはいかがでしょうか、絶好のスキルアップの機会です。多くの方の参加をお待ちしております。

今年はパリパラリンピック大会が開催（現地時間8/28～9/8）されます。東京パラリンピックのよう、また日本にパラリンピックムーブメントを拡げてくれることを期待しています。本県関係の選手も出場が見込まれます、希望が持てるパフォーマンスを発揮してくれるよう応援しましょう。そして共生社会の理解、障がいのある方々の参加率が向上することを切望します。その為にも我々指導員は、常に自己のバージョンアップに心掛けていきましょう。

最後に、会員の皆様方も引き続き健康に留意なされ、当協議会の活動にご協力ご支援をいただきますよう、よろしくお願ひ申し上げます。

## 受賞のご報告

昨年3月のことになりますが、当協議会理事の森川澄子さん（写真左側、宇河BL）が、長年にわたり栃木県のパラスポーツの普及・発展に多大な貢献を果たしたことから、（公財）日本パラスポーツ協会より「（公財）日本パラスポーツ協会功労章」を受賞しました。また、当協議会理事の大木一弘さん（写真右側、芳賀BL）が、本県のパラスポーツ競技の指導や普及に尽力されたことから、（特非）栃木県障害者スポーツ協会より「（特非）栃木県障害者協会障害者スポーツ功労賞」を受賞しましたのご報告申し上げます。お二人のこの度の受賞、心よりお祝い申し上げます。



## 各種報告

### 第18回公認パラスポーツ指導者全国研修会(宮城県仙台市)に参加して

小林 元 (安足ブロック)

知的障害のある方の競技であるフットソフトボールの栃木県代表コーチをしております小林です。栃木県代表のフットソフトボールチームは、創設7年目を迎えます。2022年に行われた「第22回全国障害者スポーツ大会いちご一会とちぎ大会」では全国3位という成績を収めることができました。今回の研修には、大きな大会を経験した後の指導者としての心構えやチーム作りについて再度考えるための契機となればと思い、参加しました。講演や分科会を通して、チームとしての共通した目標を持つことや日々の練習段階での評価を正しく行っていくことの大切さ、競技を通して楽しさを感じながら自信を持たせることなどを学ぶことができました。また、指導者の指導技術の向上、サポートスタッフの充実もチームを運営していく上では重要となることが分かりました。今回の研修で学んだことを、自身のチームでどう変換し生かしていくかを考え、知的障害のある方が自己存在感や生きがいを感じながら参加できるチーム作りを進めていきたいと思います。また、チームとしての目標を、再度の全国大会出場として統一し、競技力向上にも努めていきます。

### カルフルとちぎ2023ころのつどいに参加して

枝 俊男 (宇河ブロック)

第26回栃木県障害者文化祭、カルフルとちぎが、11/3(金祝日)にとちぎ福祉ラザとわかくさアリーナを会場に盛大に実施されました。天候にも恵まれ多くの来場者や参加者には、コロナ感染防止対策等について、マスク着用やアルコール消毒等の協力をいただき、各イベント会場での作品展示、模擬店、芸能発表、製作品販売等が実地されました。栃木県障害者スポーツ協会では、「見る・知る・体験する」コーナーで2022年全スポ「いちご一会とちぎ大会のレガシーを継承する」種目のひとつである、ポッチャの体験コーナー設けました。全スポとちぎ大会に参加した選手、親子連れの方等、多くの皆様に楽しく体験していただきました。カルフルとは、フランス語の「交差点」を意味し、障がいの有無にかかわらず、多くの人々が交流する場になれようという願いが込められ、すべての人がお互いに人権を大切に、支え合い、生き生きとした人生を送れる社会＝共生社会を目指します。これからも皆様の一助になれるよう頑張ろうと思います。

### 下都賀ブロック報告 (栃木市・下野市・壬生町・小山市・野木町) 会員数89名

ブロック長 黒川 恵里

下都賀ブロックの活動は各々のブロック範囲からの依頼を受けて行われています。今年度は、栃木市で開催された「にじ色まつり」にも、初めてボランティアで参加しました。「天候に恵まれて良かった」「楽しかったので来年も手伝いたいです」「いや～疲れました」「また機会がありましたら宜しくお願いします」等々、参加された皆さんの感想です。

またブロック自主研修会も開催しました。そして、ブロック自前のビブスも作成しました。下都賀ブロックの皆様、是非、一度、袖を通して下さい。そして、一緒に活動していきましょう。グループLINEの登録も受付けています。登録希望の方はご一報ください。

研修会の報告(5月28日(日))

## 「誰でもみんなが一緒に楽しめる ～スポーツ・レクリエーション～」

講師 森川 澄子 (宇河BL、上級パラスポーツ指導員)

スポーツ・レクリエーション活動は、スポーツ基本法第24条において新たに位置づけられ、心身の健全な発達、生きがいのある豊かな生活の実現等のため行われています。「スポーツ・レクリエーション」は、勝負を争う体力・技術を重視の「スポーツ」に対し、楽しさを求め協調性、やる気を重視し、楽しさを通して元気になり、仲間をつくり、生きがいを持ってもらうことを目的としています。パラスポーツ指導員としての役割は、まずは「対象者にとって一番楽しいと感じるスポーツ活動は何か」を見つけてあげる支援だと思います。対象者の方が「楽しい!」「もっとやりたい!」「やったー!」など、成功体験や達成感などの気持ちを大切に、成功体験を重ねることにより、次へのステップへ進めます。対象者の「やる気」を引き出すためには、外発的な動機づけから内発的な動機づけへと導く支援が必要です。楽しく活動し前向きになり、「やる気」のもととなる自信や期待感(自己効力感)を得てもらうためには、対象者に合わせた活動の段階的なアレンジが必要です。活動のなかにはある程度の技術が必要なものや、ルールなどの理解が難しいものがありますが、それらはさておき、まずは楽しんでもらうことから始め、対象者の心に寄り添ったホスピタリティのある関りが大切です。パラスポーツ指導員は、対象者の方に“スポーツ・レクリエーション”をただ提供するだけでなく、一緒に楽しむというスタンスでの支援が大切なのだと思います。また、これらの活動が長く継続してできるような“環境づくり”も重要です。



### 研修会に参加して (感想)

岸 希 (那須ブロック)

研修会の中で、レクリエーション活動をする上での楽しさを講義と実技で学びました。講義では、レクリエーションで得る楽しみとして2つを話していました。1つは目標を達成したときに感じる楽しさ、もう1つは仲間とともにやることでもたらされる楽しさです。体験したレクリエーションは、「サークルビンゴ」、「ディスクン」、「ラダーゲッター」と、ペットボトルの蓋を布に詰めたお手玉をいすに乗せるというゲームの4つです。初めて聞く競技もありましたが、色々体験することが出来てよかったです。また、色々な世代の方と一緒にレクリエーションを楽しめました。

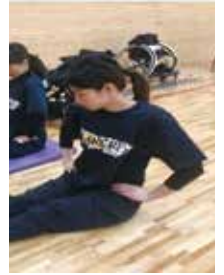


私はもともと運動音痴でスポーツが得意ではありません。そのため、今回の研修もチームの足を引っ張ってしまわないか不安を感じながら参加しました。しかし、体験したレクリエーションはどれも運動が得意・不得意に関係なく楽しむことができました。しかし、だからといって退屈なものではなく、簡単なルールの中にも作戦があり、使う道具が少し変わるだけでできたものができなくなるなど、一筋縄ではいかない面白さがありました。同じチームの人と協力し、声を掛け合いながらプレーすることはもちろん、他のチームのプレーでも拍手を送って楽しむことができました。今回の研修で感じた「楽しい」という気持ちを、今後の活動を通して多くの人にも感じてもらえるよう指導員として励んでいきたいと思っています。また、今回、住まいも年齢も異なる皆さんと一緒にスポーツをできたことは私にとって貴重な経験となりました。今後も研修会などに積極的に参加し、協議会の方々の人脈を広げていきたいと思っています。

## 資格別会員紹介

### 阿久津 瑞希 パラスポーツトレーナー（下都賀ブロック）

普段は獨協医科大学病院で理学療法士として働いており、様々な疾患・障害のある患者さんのリハビリを担当しています。そもそも私が理学療法士になろうと思ったきっかけは、初めてパラスポーツを見た時に、とても感動し、パラアスリートを支える仕事がしたいと思ったからです。現在パラスポーツトレーナーとして栃木レイカーズ（車いすバスケットボールチーム）や全スポ帯同などに携わらせていただいておりますが、選手達からは毎回学ばされる事ばかりで、逆に私が元気をもらっています！県内にはパラスポーツトレーナーはまだ2名しかおりませんが、今後トレーナーとしての役割を確立し、様々な競技をサポートしていけたらと思っています。まだまだトレーナーとしては未熟ではありますが、栃木県内のパラスポーツの発展・競技力向上に貢献できるように頑張りたいと思います！宜しくお願い致します。



### 落合 みさき 初級指導員（下都賀ブロック）

私が資格を取ったのは、同じ職業の先輩から声をかけて頂いたことがきっかけでした。私自身パラスポーツに携わりたいと思っていましたが、どのような方法で関わるができるかわかりませんでした。講座では、実際に体を動かしながら学ぶことが出来るので、とても楽しく取得まで取り組むことが出来ました。きっかけを頂き、様々な競技で自分が出来ることを探しながら日々活動しています。現在、本協議会のバスケットボール部会に所属し全スポ大会バスケットボール競技栃木県女子代表チームのコーチをしています。自分自身小学校からバスケットボールをしており、学んできた事を少しでも伝えられないかと思い、携わる事を決めました。また、職場での経験を活かし、選手一人ひとりの気持ちや人柄を大切に、監督やスタッフを始め皆さんと力を合わせ勝利に向けて頑張っています。

今後は、バスケットボールの知識を深めること、体力の向上を図ることに力を入れて頑張りたいと思います。また、他の競技の方とも積極的に関わりを持つことで、自分のスキルアップに繋げていきたいです。

### 松本 徹 中級指導員（下都賀ブロック、理学療法士）

私は栃木県知的障がい者サッカー選抜チームにメディカルスタッフとして、チームの練習や公式戦に帯同しています。活動内容は選手のケガ予防や応急処置など現場での対応が中心となります。練習や試合では接触プレーが多くあるため、打撲や鼻血、捻挫に素早く対応できるようにアイシングやテーピングの準備をしています。選手は高校生から社会人で構成されていますが、特に社会人は仕事内容で体調変動があるので注視しています。普段の練習では強度の高いプレーが求められているので、コンディション管理として、食事や睡眠、疼痛や疲労についてコミュニケーションをとっています。

チームは関東FID選抜リーグ戦で1位となり、3月のチャンピオンシップに出場することが決まりました。各地域リーグ戦を勝ち抜いた全国のチームと試合をするため、ケガを予防しながらコンディションを上げていけるようにフィジカル、メディカルの両面を支援していきたいと思っています。

## 澁谷 貢一 上級指導員 (宇河ブロック、全スポかごしま大会水泳競技監督)

私の障がい者スポーツとの出会いは2010年に遡ります。地方新聞に“栃木県内において初の身体障がい者水泳チーム”を設立、ついでには選手並びに指導者を募集するとの記事を読みお手伝いをしたいと思い、手を挙げたのが始まりでした。同じ時に手を挙げた指導者がおり、その方と右往左往しながら始めたのを思い出します。当初、下肢不自由の選手がどうしても身体が回転してしまい前に進めない状態でしたが、体幹を鍛える練習から始め、前に進めるようになった事が自信となり指導者としてのスキルアップを考えるようになりました、現在は、県障がい者水泳協会“栃木とびうお”というチームにて月に1回2時間の練習会で指導をしており15年目を迎えますが、毎回勉強と感じています、選手は勿論、指導者も長く続けるのには3つのセオリーをもって指導にあたるべきと感じています。



- |                    |                   |
|--------------------|-------------------|
| ① 選手に目標を持たせる       | コーチも指導内容に対して目標を持つ |
| ② 自分の泳ぎに対して疑問を持たせる | コーチも一緒に考える        |
| ③ 苦しい練習だけでなく楽しく泳ぐ  | コーチも一緒に楽しむ        |

## 会員活動風景



燃ゆる感動かごしま大会開会式



定期総会



障害者スポーツスクール



カルフルとちぎ 2023



益子町スポーツ教室 (市町出前講座)



スポーツ・レクリエーション体験会



第20回栃木県障害者スポーツ大会



第20回栃木県障害者スポーツ大会



コントロール・アタック教室

## Dr.大橋のワンポイント

大橋 俊子（下都賀ブロック、指導協顧問、パラスポーツ医、所属：栃木県保健所参与）



### リボン運動

啓発活動や支援の意思を示すために、様々な色のリボンを身につける、イルミネーションされるなど目にする機会が多くなりました。リボン運動について少しまとめてみます。

\* **イエローリボン**：障がいを持つ人の自立と社会参加を願う（12月3日～9日 障害者週間）

2006年に国連で採択され、2014年1月に日本が批准した障害者権利条約の実施を通じて、障がいのある人々の社会参加を推進していくためのシンボルマーク

（黄色は、愛する人の幸せを願う色としてアメリカでは、前線で戦う兵士の無事帰還を願う祈りが込められているといわれ、日本でも「幸福の黄色いハンカチ」などの象徴的な使われ方があります）

\* **オレンジリボン**：こどもの虐待防止を伝える啓発（11月は児童虐待防止推進月間）

2004年9月の小山市で2人の幼い兄弟が虐待の末、橋の上から川に投げ入れられて亡くなった事件を受け小山市のNPOが2005年からオレンジリボンキャンペーンをはじめ、その後全国的に広まったもの

\* **レッドリボン**：エイズに対する理解と支援のシンボルマーク

12月1日世界エイズデー、6月1日～7日HIV検査普及週間

\* **ピンクリボン**：乳がん患者の理解、早期発見のための検診を進める運動

10月乳がん月間（ピンクリボン月間）

\* **ゴールドリボン**：小児がんの理解と啓発（2月15日国際小児がんデー）

\* **ブルーリボン**：自閉症や発達障害者への理解・啓発

（大腸がんの啓発、受動喫煙防止運動、北朝鮮拉致問題被害者を救出する運動）

4月2日世界自閉症啓発デー、4月2日～8日発達障害啓発週間

（12月10日～16日 北朝鮮人権侵害問題啓発週間）

\* **パープルリボン**：DVや虐待など個人間における暴力をなくそうという運動

11月12日～25日 女性に対する暴力をなくす運動期間



## 令和6年度 定期総会及び研修会の案内

- 【定期総会】
- ・日 時 令和6年5月11日（土）10:00～11:30
  - ・会 場 とちぎ福祉プラザ障害者スポーツセンター
  - ・内 容 令和5年度事業報告及び収支決算報告  
令和6年度事業計画（案）及び収支予算（案）  
役員改選
  - ・その他 終了後にブロック別顔合わせを行います。

- 【研修会】
- ・日 時 令和6年5月11日（土）13:30～15:30
  - ・会 場 とちぎ福祉プラザ障害者スポーツセンター アリーナ
  - ・内 容 「パラスポーツに必要な介助法（講義&実技）」
  - ・講 師 （一社）栃木県理学療法士会

# 令和5年度 事業実績報告

期 日	事業内容	会 場
令和5年4月23日(日)	第1回理事会	わかくさアリーナ会議室
5月28日(日)	定期総会および研修会	わかくさアリーナ
7月2日(日)	第42回栃木県障害者卓球選手権大会 (STT含)	わかくさアリーナ
7月23日(日)	第2回理事会	わかくさアリーナ会議室
8月6日・12日・26日	スポーツ・レクリエーション体験会 (県北会場)	県立県北体育館
9月23日(土)24日(日) 9月30日(土) 11月4日(土)	第19回栃木県障害者スポーツ大会 (いちご一会とちぎ大会記念大会)	栃木県総合運動公園 カンセキスタジアムとちぎ ほか
10月28日(土)~30日(月)	特別全国障害者スポーツ大会「燃ゆる感動かごしま大会」	鹿児島県内
11月3日(金)	栃木県障害者文化祭 (カルフルとちぎ2023)	わかくさアリーナ
11月19日(日)12月10日(日)	障害者スポーツスクール	わかくさアリーナ
11月26日(日)	第3回理事会	わかくさアリーナ会議室
令和6年1月14日・21日・28日	スポーツ・レクリエーション体験会 (県央会場)	わかくさアリーナ
2月10日(土)	コントロール・アタック教室	わかくさアリーナ
2月18日・25日・3月3日	スポーツ・レクリエーション体験会 (県南会場)	栃木市都賀南部CC
3月10日(日)	第4回理事会	わかくさアリーナ会議室
3月10日(日)	第15回栃木県障害者コントロール・アタック大会	わかくさアリーナ

- 1 地域7ブロックの事業報告、会計報告は、定期総会時にお知らせいたします。
- 2 「わかくさアリーナ」は「とちぎ福祉プラザ障害者スポーツセンター」の愛称です。
- 3 障害者スポーツ教室 (県内6市町7教室) への指導者派遣 延べ17名
- 4 障害者スポーツ初級指導員養成研修会 (わかくさアリーナ) への講師派遣 延べ2名

## 事務局からのお知らせ

- 1 本県の指導員名簿については、日本パラスポーツ協会 (JPSA) から送付される名簿に基づき作成しています。住所変更 (市町合併における地名変更含む) 又は活動地変更 (県外住所の方特に注意) があった場合は、日本パラスポーツ協会スポーツ推進部 (TEL: 03-5695-5420) に報告し、変更に係る手続きを行ってください。詳細はJPSAホームページをご覧ください。
- 2 JPSAのホームページに「公認パラスポーツ指導員マイページ」が開設されました。有効にご活用ください。
- 3 「実績活動手帳」証明記載については、内容のほかに活動時間を記載することになっています。ご注意ください。なお講習会は対象になりますが、総会・会議などは対象外になります。
- 4 過去の会報アシストは、下記協会ホームページ指導協カテゴリーから見る事ができます。
- 5 令和5年12月31日付け会員数は531名です。(初級413名、中級104名、上級12名、トレーナ2名、なお内1名は兼パラスポーツ医です)

【事務局】会長兼事務局長 郡司 原之 (グンジ モトユキ)

TEL: 090-3042-8406 メール: t.pslc.jimu@gmail.com

事務局からのお知らせは、フェイスブックおよび「栃木県障害者スポーツ協会」

ホームページ <https://syospo-tochigi.org> にて随時掲載します。