

とちぎ・アシスト！ 19号

2025

3月

編集・発行人／栃木県パラスポーツ指導者協議会
事務局／会長兼事務局長 郡司 原之

栃木県パラスポーツ指導者協議会(TPSLC)だより

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



栃木県パラスポーツ指導者協議会研修会【令和6年5月11日（土）、とちぎ福祉プラザ障害者スポーツセンター】

～研修会に参加して～

片山 タカ子（宇河ブロック）



「パラスポーツに必要な介助方法(講義&実技)」講師は栃木県理学療法士会があり、どんな方法だろうかと思い参加しました。講義は、ボディメカニクスの説明から始まりました。ボディメカニクスとは(私の中では、日本の看護師を中心としたグループが、体量化した日本独自の方法と記憶しています。とっても古い記憶です。)介助する側の腰痛などの予防、介助される側が安全・安心に受けられる力学的原理を活用する技術であり、その技術の基本であるボディメカニクスの8原則についても説明してくださいました。実技では、椅子からゆっくり立ち上がってみるとから始まり、骨・筋肉・関節の動き、重心の移動、3原則による自然な動き(動作)を確認し、次に二人組になり、立ち上がらせる、椅子から椅子へ移乗の動作自立を促すための介助方法を行いました。立ち上がらせる介助では、足と手の位置を確認し、持ち上げるのではなく、前上方に引くようにして動作自立を邪魔しない方法を体験しました。また、両膝を挟み込みロックし、自分の上体をやや後ろに倒しながら相手の腰を浮かせる方法(てこの運動を利用)は、体格差があっても移乗が可能であると改めて知ることもできました。この体験で、やり方を「知っている」と、実際「できる」とでは、正に違うということに直面した私でした。最後に、講師の入江さんから「思い込み(決めつけ)をせず、相手はパラアスリートで一人ひとり違う動きの能力を持った人である。よく相談してから介助し、双方が楽に動けることが大切である。」とお話し頂きました。今回の研修会に参加して、相手を動かすことから、その方自身が動くその動きを支援していくことが、私たちの介助方法なのだと再認識できました。忘れていた記憶を思い出させていただけた有意義な時間、そして参加者の方々と楽しい時間を過ごすことができました。ご指導いただきました講師の入江容先生、阿久津瑞季先生、その他関係者の皆様に感謝いたします。ありがとうございました。

会長挨拶

郡司 原之 (那須ブロック)

日頃より、会員の皆様方には、当協議会の行事、パラスポーツの普及振興に、ご支援とご協力をいただき誠にありがとうございます。

さて、今回の定期総会にて、当協議会の名称を「栃木県障がい者スポーツ指導者協議会」から「栃木県パラスポーツ指導者協議会」に変更する旨承認されました。なお、略称の「T P S L C (Tochigi Para-Sports Leader's Council)」につきましては従来どおりで変更ございません。また、広報担当として新たに「情報部」を設立しました。特にフェイスブックを中心に情報を発信して参りますので、ぜひご覧ください。

今年は日本で初開催の「第25回夏季デフリンピック競技大会東京2025（略称：東京2025デフリンピック）」が11/15(土)～26日(水)の12日間東京・福島・静岡で開催されます。大会ビジョンは「誰もが個性を活かし力を發揮できる共生社会の実現」です。これを機に昨年のパリパラリンピックに続きパラスポーツが認識され普及すると共に多くの障がいのある方が楽しめる機会が増えることを切望いたします。

最後に、会員の皆様方も引き続き健康に留意され、当協議会の活動に更なる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。

情報部を新設しました

情報部長 阿久津 瑞季 (下都賀ブロック)

当協議会では、今年度より広報担当として新たに情報部を発足いたしました。

那須ブロックの阿久津誠（写真左）と、阿久津瑞季(写真右)が担当させていただきます。



ダブル阿久津コンビで頑張りますので宜しくお願いいたします！情報部では、Facebookを中心に県内の活動やパラスポーツイベントの告知、全国のパラスポーツ関連情報の紹介など、積極的に情報発信して参ります。

ぜひ皆さんフォローしてご活用ください！（寄稿者：阿久津瑞季）

受賞のご報告

昨年3月のこととなりますが、当協議会顧問の大橋俊子さん（写真左、下都賀ブロック）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、当協議会会員の瀧谷貢一さん（写真右、宇河ブロック、水泳競技部会長）が、本県の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「障害者スポーツ功労賞」を受賞したことをご報告いたします。お二人のこの度の受賞、心よりお祝い申し上げます。



地域別ブロック紹介

当協議会では、身近な地域におけるパラスポーツ環境の充実に向けて、県内（25市町）を7ブロックに分けて活動していますが、下記のとおり、各ブロックの活動内容についてご紹介いたします。現場では、ベテランの指導員が丁寧に教えてくれますので、ブランクのある方でもぜひ活動にご参加ください。一緒に頑張りましょう。

上都賀ブロック（日光市・鹿沼市）会員数43名

ブロック長：荒川榮子(090-5417-3525)、副ブロック長：二十二洋子、宮脇強志

令和6年度の活動は6月にボッチャ教室と交流会、11月にボッチャ大会を兼ねて定期総会を大沢体育館で開催しました。今回、初めて参加していただいた方と情報交換もできて交流が深められ大変嬉しく思っております。これからもよりよい活動を活性化させるためにもぜひ、ご参加いただきましてご意見、ご提案などいただきたくお願ひいたします。依頼事業は10月24日に日光市障がい者の会スポーツ交流会に、指導員として長年培ってきた経験、技術を発揮して、有意義に過ごすことができたと思います。今後は当協議会で開催する定期総会及び研修会に積極的に参加してスキルを磨きながら当ブロックの活動を楽しく推進できるよう皆様のお力をお借りしながら活動していきたいと思いますのでご協力をよろしくお願ひいたします。（寄稿者：荒川榮子）

芳賀ブロック（真岡市、市貝町、芳賀町、益子町、茂木町）会員数21名

ブロック長：大木一弘(080-9294-9006) 副ブロック長：水沼桂子

芳賀ブロックは、登録指導員数は少ないですが、毎月第3日曜日に行われている市貝町の喜楽会や、平日も障がい者の作業所でのスポーツ指導、年に1回の3町合同運動会など、定期的に活動の場があり、活動自体は充実しております。最近は、小学校での福祉教育でパラスポーツを取り入れるところが多く、社会福祉協議会から指導の協力を依頼されることもあります。また、年に1回7月頃総会も開催しており、指導員間の意見交換も行っております。今のところ独自での事業は行えておりませんが、今後は独自の事業や研修なども行い、指導員としてのスキルアップや指導員同士のさらなる交流なども図れたらと考えております。（寄稿者：大木一弘）

宇河ブロック（宇都宮市、上三川町）会員数133名

ブロック長：永島一顕、副ブロック長：森川澄子、須賀野義浩

令和6年度、ブロック長を務めさせていただきました。今年度は、8月25日に宇都宮市サンアビリティーズのパラスポーツ体験会でボッチャ教室、1月26日に同所にてボッチャの体験会および大会へ指導員が参加しました。今年度は宇河ブロックの総会を開催できず、また、活発な活動につなげることが出来ず、大変申し訳なく思っております。さて、今年度の宇河ブロックには130人を超える方が登録されています。しかし、指導協の活動に参加されている方の顔ぶれは限られ、毎年開催される県指導協総会への宇河ブロック所属の参加者も7~8人程度というのが現状で、指導協の活動継続が危惧されています。活動しやすい環境を整え、活動する仲間の輪を広げるためにもネットワークの確立は喫緊の課題でとなっています。指導員のネットワークを広げるには、お互いを知ることも必要だと思いますので、そのきっかけづくりのためにも、一人でも多くの方に県指導協の総会に参加していただければと思いますので、よろしくお願ひいたします。（寄稿者：永島一顕）

下都賀ブロック(栃木市、小山市、下野市、壬生町、野木町)会員数98名

ブロック長：黒川恵里(090-9811-5392) 副ブロック長：佐藤博美

下都賀ブロックの活動は自主研修会、下野市社会福祉協議会と連携したスポーツイベント、下野市の障がいのある子ども達の家族の会「いいこみ」とのスポーツイベント等の依頼事業です。会員にはLINEで情報を共有し、協力を依頼。皆さん、積極的に参加協力をしてくれます。今後も依頼が継続してくれる事、自主研修会で会員相互の親睦が深まっていけばと思っています。まだ、LINE登録していない会員の皆さん、ぜひ登録をお待ちしております。（寄稿者：黒川恵里）

塩谷・南那須ブロック (矢板市、さくら市、那須烏山市、塩谷町、那珂川町、高根沢町) 会員数47名

ブロック長：大金雪子(090-5822-2448)、副ブロック長：山本智代、千葉茂

依頼事業として矢板市、さくら市、矢板市事業所さきがけ、矢板市週間のつどいを行いました。自主事業としてブロック総会&交流会・ステップアップ研修会を実施、ボッチャに关心を寄せる声も多く有りましたので、今年度は栃木県ボッチャ協会に依頼しボッチャ基礎ステップアップ研修会を実施。ボッチャ講習会後はブロック内上記6市町地域対抗ボッチャ大会を行う中で、競技者や審判、線審、計時など実践を交えた体験をしました。ボッチャ大会の初代優勝はさくら市でした。皆様のご参加をお待ちしておりますのでぜひご連絡ください。（寄稿者：大金雪子）

安足ブロック (足利市、佐野市) 会員数48名

ブロック長：柿沼勝弘(090-8776-0954) 副ブロック長：新村一男

毎年2月に交流会を実施し、会員の活動報告や地域行政から依頼された事業の内容を共有しています。近年は実技研修としてパラアーチェリーやモルックを体験する場を設け、障がい者が気軽にスポーツに参加できる環境作りに取り組んでいます。これを実現するためには、会員同士の連携が不可欠です。今後は2月の交流会にとどまらず、SNSを活用した情報発信や定期的な交流研修会の開催を通じ、会員間のつながりを強化していきたいと考えています。これにより、活動内容を広く発信し、地域全体で支え合う環境を築くことを目指します。活動を進めるためには、会員一人ひとりの協力が必要です。皆様のお知恵をお借りしながら、より良い活動を目指していきましょう。

（寄稿者：柿沼勝弘）

那須ブロック (大田原市、那須塩原市、那須町) 会員数105名

ブロック長：君島紀子(090-2224-9196) 副ブロック長：岩畠謙一

那須ブロックは3市町のパラスポーツ指導員が活動しています。年1回のブロック研修会、市町からの依頼事業（スポーツ教室・各競技の体験会など）が主な活動です。また、職場で活動されておられる方が多いのも特徴です。コロナ禍の前の活動が戻ってきていますので、障害者スポーツ協会のHPなどを参考に自分の行動範囲を広く持って一緒に活動していきましょう。なお、グループLINE登録数は31名です。登録希望の方はご一報ください。（寄稿者：君島紀子）



(那須ブロック)



(下都賀ブロック)



(塩谷・南那須ブロック)

会員活動風景



第23回全国障害者スポーツ大会
開会式（10/26）



定期総会（5/11）



研修会（5/11）



市貝町スポーツ教室（10/20）



那須ブロック総会（6/30）



第20回栃木県障害者スポーツ大会
(5/26)



ボウリング体験会（8/4）



益子町スポーツ教室（12/4）



栃木県障害者コントロール・アタック
大会（3/10）



益子町スポーツ教室（12/4）



第23回全国障害者スポーツ大会（10/25）
阿久津瑞季トレーナー



栃木県障害者スポーツ地域連絡協議会
(3/2)



真岡市スポーツ教室（11/7）



塩谷・南那須ブロック
ボッチャ基礎ステップアップ研修会（9/6）

第19回公認パラスポーツ指導者全国研修会の報告

「パラスポーツを通して活力ある共生社会の実現を！」～指導の専門性を高める

後藤 文栄（理事、那須ブロック、関東ブロック研修部員）

公認パラスポーツ指導者全国研修会は、公認パラスポーツ指導者が、本研修において様々な情報を得ることにより、地域での活動や指導に伴う不安を解消し、今後の活動に対する意欲を高めると共に、指導者の資質向上につなげることを主目的として、（公財）日本パラスポーツ協会が年1回開催している。今年度は12/14日（土）・15日（日）の2日間、東京都障害者総合スポーツセンターにて開催された。私は実行委員として、13日（金）からの準備及び第4分科会を担当した。郡司会長は副実行委員長を務めた。

パラスポーツ指導者協議会関東ブロックが主管で全国研修会を開催するにあたり、前年度宮城県仙台市で開催の全国研修会に関東ブロック研修部員・関東各都県市会長が視察員として参加し、研修会を運営する上での参考とする点・運営上の問題点等を勉強することから準備を一昨年より開始した。受付をスムーズに進めるためにはどのように導線を誘導する必要があるのか、分科会を規定時間内で終了させるにはどのように動いていけばいいのか、会場内の温度設定・トイレ等の場所把握等、どの程度スタッフ教育が必要となるのか等参考とさせていただく部分は多岐にわたった。今回の全国研修会を実施するにあたり、関東ブロック実行委員会を立ち上げ、委員同士での打ち合わせ、分科会講師・分科会コーディネーターとの打ち合わせ等、それぞれ他県のもの同士であるためメールやzoom等を活用しながら綿密な打ち合わせを重ねてきた。

今回全体の参加人数が2日間で464人（実参加395人35都道府県より）であり、申込人数が定員を超えたため抽選を行った結果の人数であり、担当した第4分科会も抽選の結果、71人（申込87人）の参加となった。小職が担当した第4分科会は内田元高先生を講師に迎え「東京消防庁救急隊長経験者から『スポーツ現場での事故事例と応答手当』を学ぶ」というテーマで講義と実技・演習を中心としたものであった。講義では、実際にあった事例等を交えながら、かみ碎いた説明により参加者が理解しやすいもので話に引き込まれていた。また、後半の実技では、グループを半分に分け、心肺蘇生法・AEDの使用方法と三角巾を用いた止血法を学んだ。心臓マッサージの訓練の前には硬式テニスボールを用いて押し方を説明していたのが印象的であった。参加者の中には聴覚障害の方、視覚障害の方、肢体不自由の方がいたので、手話通訳者の位置やそれぞれの席への導線確保、同グループ内参加者への補助依頼等、事前にスタッフ同士の情報すり合わせを行ったこと、内田先生の補助として来ていた大木啓吉先生、国士館大学学生6名が積極的に協力していただけたこともあり、当日は大きな問題等なく分科会を終了することができた。

今回の全国研修会を行うにあたり、事前に東北ブロックの全国研修会を学ぶことができたことで、どのように動けばいいか想像しやすかったことが大きい。参加者から「すごく勉強になる研修会で参加して良かった」等のご感想をいただいたことからも今研修会は、講義内容はもちろんのこと全体の運営がスムーズに行われたことで大成功と言える。また、スタッフのチームワークも良く後片付け、会場の現状復帰も無事終えることができた。研修会・懇親会でも、スタッフや全国のさまざまな方も親睦を深めることができたことは私にとって大変貴重な経験となり、これから活動に生かしていきたい。なお、研修会の模様は日本パラスポーツ協会障がい者スポーツ指導者協議会・情報部会フェイスブック（写真・動画）で見ることができます。ぜひご覧ください。

以上、感想も含めご報告いたします。



Dr.大橋のワンポイント

大橋 俊子（下都賀ブロック、当協議会顧問、パラスポーツ医、所属：栃木県保健所参与）



公認パラスポーツ指導者の 《パラスポーツ医》 て何をする人？？？

日本パラスポーツ協会のパラスポーツ医の資格認定規程では、

- ・日本の医師国家資格を有し、5年以上経過した者 で、
- ・障がい者のスポーツ・レクリエーション活動に必要な医学的管理および指導などの医学的支援をするとともに、協会、その他関係団体と連携し、広くパラスポーツに対し医学的見地からの障がい者の健康の維持、増進および競技力の向上などに寄与する ため、
- ・日本パラスポーツ協会が主催する養成講習会を修了し、資格取得を申請した者を会長が認定する ものである。（4年ごとに更新）

公認パラスポーツ医は、リハビリテーション科、整形外科、眼科、耳鼻咽喉科、産婦人科、小児科、脳神経外科、内科など幅広い診療科の医師が、養成講習会を受講して認定されている。

※2024年11月30日現在の登録者645人（栃木県10人）

具体的な活動としては、様々な疾患や障がいに対し、安全にスポーツに取り組むため、専門性を活かして効果的な医学的サポートや、各種大会の医療スタッフとしての関わりや関係団体と連携した活動である。全国大会での障がい区分判定に関わる場合もあるが、パラリンピック競技大会の障がい区分判定には国際資格が必要となる。

なお、パラスポーツ医の活動地域は全国となっている。

パラスポーツは、医療の視点からは リハビリテーションの延長としてのスポーツと見られがちですが、地域で障がいのある方が、医療・リハビリテーションの延長として、運動・スポーツにつながり、地域の方々と楽しく健康的で豊かな生活が送れるように、医療・福祉・教育部門等と運動・スポーツの関係者が連携していくことが、パラスポーツのさらなる発展には重要だと考えます。多くの公認パラスポーツ指導者の皆様が、地域で楽しくパラスポーツをみんなで楽しめるよう普及啓発、指導をしていただければと思います。

令和7年度 定期総会及び研修会の案内

- 【定期総会】**
- ・日 時 令和7年6月8日（日）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6年度事業報告及び収支決算報告
令和7年度事業計画（案）及び収支予算（案）
・その他 終了後にブロック別顔合わせを行います。
(令和6年度資料・議事録はホームページで確認できます)
- 【研修会】**
- ・日 時 令和7年6月8日（日）13:30～16:30
 - ・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 「スポーツ外傷・スポーツ障害の基礎知識」
講 師 鳥居 昭久氏(とりい あきひさ)
東京保健医療専門職大学リハビリテーション学部 教授
日本パラスポーツ協会スポーツトレーナー一部会 部会長

令和6年度 事業実績報告

期 日	事 業 内 容	会 場
令和6年4月13日(土)	第1回理事会	わかくさアリーナ会議室
5月11日(土)	定期総会および研修会	わかくさアリーナ
5月26日(土)	第20回栃木県障害者スポーツ大会（個人競技）	栃木県総合運動公園ほか
6月9日(日)	第43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27日(土)	第2回理事会	わかくさアリーナ会議室
7月28日(日)・8月4日(日)	スポーツ・レクリエーション体験会(県北会場)	栃木県立県北体育館 王冠ボウル
8月11日(日)・8月17日(土)	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 宇都宮第二トーヨーボウル
9月28日(土)29日(日)	第20回栃木県障害者スポーツ大会（団体競技）	栃木県総合運動公園ほか
10月26日(土)～28日(月)	第23全国障害者スポーツ大会「SAGA2024」	佐賀県
11月2日(土)	栃木県障害者文化祭(カルフルとちぎ)	わかくさアリーナ
11月16日(土)・30日(土) 12月7日(土)・21日(土)	栃木県パラスポーツ（初級）指導員養成講習会	わかくさアリーナ
11月17日(日)	第3回理事会	わかくさアリーナ会議室
11月23日(土)・24日(日)	パラスポーツスクール	わかくさアリーナ
令和7年1月25日(土)・2月8日(土)	スポーツ・レクリエーション体験会（県南会場）	足利スターレーン マルワ・アリーナとちぎ
3月9日(日)	第4回理事会	わかくさアリーナ会議室
3月9日(日)	第16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
3月16日(日)	栃木県障害者スポーツ地域連絡協議会	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8市町9教室）への指導者派遣⇒延べ24名
- 4 パラスポーツ指導員（初級）指導員養成研修会（わかくさアリーナ）への講師派遣 2名

事務局からのお知らせ

- 1 住所変更（市町合併における地名変更含む）、活動地変更（県外住所の方は特に注意要）その他変更手続きは、日本パラスポーツ協会広報誌「No Limit」100号49ページをご覧ください。同協会ホームページの「公認パラスポーツ指導員マイページ」からも手続きが行えます。ぜひ「マイページ」の登録をお願いします。
- 2 郵便料金の値上げに伴い、情報を発信する際は、会員皆様の日本パラスポーツ協会登録のメールアドレスを有効に活用させていただきます。ご理解とご協力をお願いいたします。
- 3 「実績活動手帳」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ので、ご注意ください。また、他団体が主催するパラスポーツに関する活動（指導、支援）についても実績に該当しますので、その際は主催者から証明を受けてください。
- 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ことができます。
- 5 令和6年12月31日付け会員数は543名です。（初級376名、中級152名、上級13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】新村一男、大木一弘、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.pscl.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 <http://www.tochi-shinkyo.org/spo.html> にて随時掲載します。