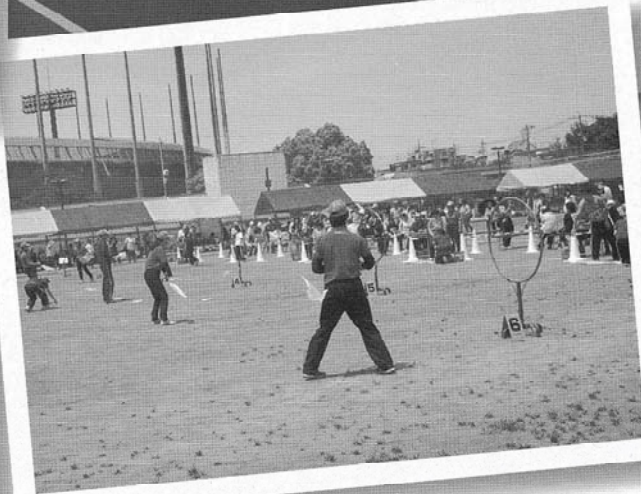


すほせん だより

No.32

2017.6



第14回名古屋市障害者スポーツ大会
(陸上競技・フライングディスク・レクリエーションの部)

CONTENTS

- 第14回名古屋市障害者スポーツ大会
(陸上競技・フライングディスク・レクリエーションの部) ...2
- 第14回名古屋市障害者スポーツ大会(アーチェリーの部) ...3
- 障害者スポーツセンターの大規模な修繕工事のお知らせ ...3
- 第36回東海障害者卓球大会(一般卓球の部)4
- 第20回国際福祉健康産業展 ウェルフェア20175
- 新人職員紹介6
- こころの健康日誌 第6回7
- 「健康づくり講座」開催7



(社福) 名古屋市総合リハビリテーション事業団
シンボルマーク

第14回名古屋市障害者スポーツ大会 (陸上競技・フライングディスク・レクリエーションの部)

5月7日(日)にパロマ瑞穂スタジアムとパロマ瑞穂レクリエーション広場にて第14回名古屋市障害者スポーツ大会(陸上競技・フライングディスク・レクリエーションの部)を開催しました。

当日は晴天に恵まれ、陸上競技には389名、フライングディスクには254名の方々が参加されました。

今年の10月に愛媛県で開催予定の第17回全国障害者スポーツ大会の選手選考も兼ねており、愛媛県大会のマスコット「みきゃん」と来年度開催地である福井大会マスコット「はぴりゅう」が応援に来てくれました。さらに、今年は名古屋市マスコットの「はち丸くん」が駆けつけてくれ、大会を大いに盛り上げてくれました。



今年度から障害者スポーツの普及、発展を目的として、競技場の外に障害者スポーツ体験コーナー「はち丸パーク」を新設しました。内容としては、障害者スポーツの中でも興味・関心度の高いバスケットボール用車椅子の体験コーナー、昨年のリオ2016パラリンピック競技大会でも日本代表が銀メダルを獲得し、東京2020パラリンピック競技大会でも活躍が期待されるボッチャの体験コーナー、障害者スポーツの中でも人気の高いフライングディスクの体験コーナーを設けました。また、その他に障害者スポーツのパネルを展示し、選手のみならず、介助者や保護者、地域の方々も障害者スポーツにふれ合える機会となりました。競技以外でも盛り上がった、笑顔があふれる大会となりました。

陸上競技では50mや100mなどの競走種目、砲丸投、ソフトボール投などの投てき種目、立幅跳、走幅跳の跳躍種目を実施しました。フライングディスクでは、アキュラシー種目とディスタンスを実施しました。

参加された方々は、この日のために練習を重ね、その数秒、一投に集中をして全力で競技を行っていました。陸上競技の最後の種目として4×100mリレーも行われ、他の種目以上に観客席からは大きな声援が送られていました。



第14回名古屋市障害者スポーツ大会（アーチェリーの部）

日にち：平成29年 6月11日（日）

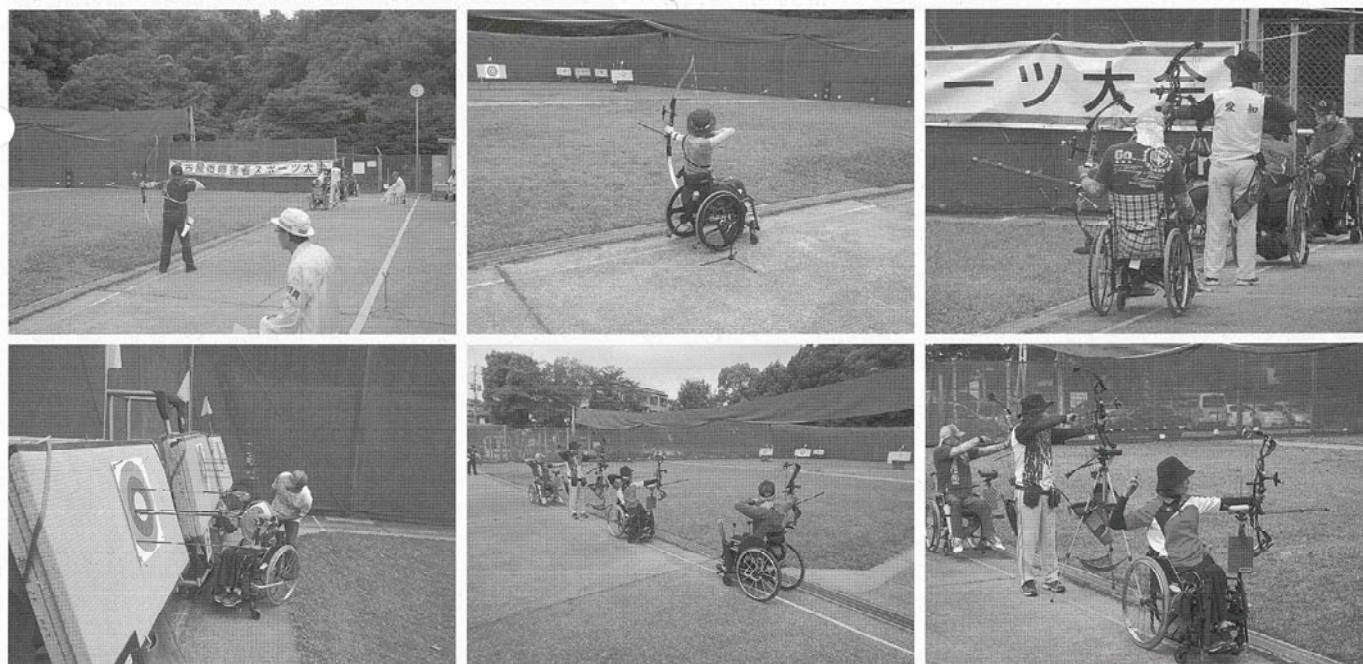
会 場：猪高緑地アーチェリー場

参加者：7名

開催3日前まで悪天候との天気予報で開催が危ぶまれていましたが、アーチャーの皆様の強い思いから、開催前日には予報も変わり、当日は実に涼しげなアーチェリー日和となり開催することができました。

猪高緑地アーチェリー場ではうぐいすのさえずりが響きわたる中、7名のアーチャーが放つ矢は、的に刺さる都度「バンッ」という音が響き、アーチェリー競技独特の雰囲気の中で選手たちは50m、30m先の的に向かって集中力を高め弓を引いていました。

結果は、日ごろの練習の成果を出せた選手もいれば、自分の力が出し切れなかった選手など様々ですが、選手の皆様はベストな結果を求め大会に挑まれ、終了後の会場は笑顔や安堵の声が響いていました。



障害者スポーツセンターの大規模な修繕工事のお知らせ

日頃より障害者スポーツセンターをご利用いただき誠にありがとうございます。

障害者スポーツセンターにつきましては、昭和56年5月の開館以降、設備の安全性の確保及び施設機能の維持を図りながら運営を行ってまいりましたが、老朽化が著しくなってきましたため、平成28年度に引き続いて今年度も大規模な修繕工事を実施します。ご利用者の皆様には大変ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解ご協力をお願いいたします。

平成29年度工事内容

- ① **受変電設備工事** 館内の電気供給の中核となる、受変電設備について取替工事を実施。
- ② **体育室空調工事** 体育室専用の冷暖房設置について増設工事を実施。

9月	10月	11月	12月

○工事に伴い、下記のとおり施設利用制限をいたします。

- ・平成29年10月5日（木）から平成29年11月14日（火）まで、全ての施設の利用ができません。（利用のお申込みなどの受付業務は通常どおり行います。）

第36回東海障害者卓球大会（一般卓球の部）

6月10日（土）、11日（日）の2日間にわたり、体育室で開催しました。

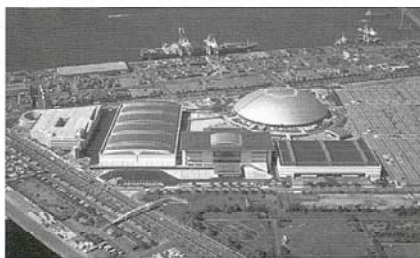
1日目の10日（土）は、団体戦を行いました。立位の部は17チーム、車いす使用者の部は10チーム、全体で27チームの申込みがありました。今年から立位の部に精神障害者の参加も可能としましたが、残念ながらエントリーはありませんでした。

2日目の11日（日）は、個人戦を行いました。茨城県や大阪府の選手が続けて参加してくださるなど、全国各地から142名の申込みをいただきました。当日は133名の選手が参加され、全員が勝利を目指して白熱した試合が行われました。各部門の優勝者は以下のとおりです。

団体戦	
立位の部	京都 Infinity（京都市）
車いす使用者の部	ドマーニ卓球クラブA（愛知県）

個人戦		
肢体不自由者の部	男子	なが い ひろゆき 永井 浩之（京都府）
	女子	はっとり 服部ひろみ（愛知県）
肢体（3）の部	男子	た な べ と ち か ず 田邊 智和（千葉県）
	女子	ふじもと よし こ 藤本 芳子（浜松市）
車いす使用者の部	男子	ながしま ひであき 長島 秀明（東京都）
	女子	ふじわら さ と こ 藤原佐登子（愛知県）
聴覚・言語障害者の部	男子	やすだ と とも は る 安田 友晴（静岡県）
知的障害者の部	男子	まえだ けい の すけ 前田京之丞（名古屋市）
	女子	こやま ひろ な 小山 紘奈（愛知県）





第20回 国際福祉健康産業展 ウェルフェア2017

【5月18日（木）～20日（土）10:00～17:00】

～「障害者スポーツの普及・振興の観点」から、
展示ブースの出展とシンポジウムを開催！～



名古屋港金城ふ頭に位置し中部地区最大規模の国際見本市会場 ポートメッセなごや（名古屋市国際展示場）にて、第20回国際福祉健康産業展 ウェルフェア2017が開催され、「障害者スポーツの紹介」と～2020東京パラリンピック、そしてその先を見据えてパラリンピアンと共に考える～「シンポジウム」を開催しました。

今回、「障害者スポーツの普及・振興」をコンセプトに、第1回国際福祉健康産業展から継続的に出展されている、なごや福祉用具プラザの全面的な支援のもと、当センターの紹介と地域における障害者スポーツの魅力発信を行いました。

出展ブースでは、昨年9月ブラジル リオデジャネイロにて開催された「リオ2016パラリンピック競技大会」で活躍された日本代表選手の躍動感あふれるパネルの展示等を始め、夏季パラリンピック競技種目でもある「ボッチャ」や「車椅子バスケットボール」の模擬体験を行いました。また各種、障害者スポーツの紹介冊子を準備し、職員自ら広告塔になって情報発信を行いました。

出展ブースでは3日間の開催期間で延べ1,000名ほどの来場者がブースを訪れ、「見て・聞いて・体験」を通じて障害者スポーツの魅力と奥深さを知っていただきました。また今回の出展ブースは、なごや福祉用具プラザと共有したスペースで実施することができ、お互いの持ち味と職員間での連携を図ることによって、来場者へは多くの情報を届けられたのではないかと思います。

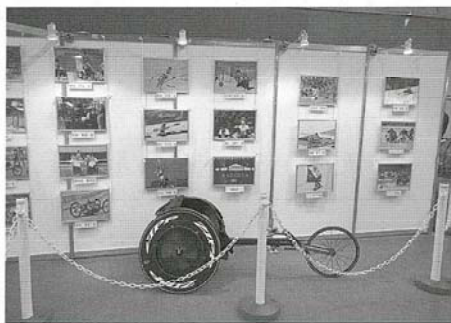
また、5月20日（土）同施設内の交流センター4階のセミナールームでは、3年後に開催される「東京2020パラリンピック競技大会」にむけ、パラリンピアンや学識経験者等をシンポジストにお迎えし、地域における障害者スポーツのありかたやトップアスリートの活動を通じて、これから求められるハード面・ソフト面の取り組みとその先について議論を行いました。

シンポジウムの会場には事前聴講予約の方、当日参加の方を含め90名ほどの方々が来場されました。開演前の時間を活用し安室奈美恵さんの「Hero」の曲に合わせて「リオ2016パラリンピック競技大会」の画像等をスライド形式にて紹介し、会場内の雰囲気高めながらシンポジウムへと進めました。

開演後はコーディネーターの大槻氏からの質問に対して、各パラリンピアンの皆さまには選手という立ち位置から、中森氏には日本の障害者スポーツを牽引していく立場から、それぞれの思いを語っていただいた75分間のシンポジウムでした。

シンポジウム終了後には、参加者とパラリンピアンの皆さまとの記念撮影も行っていたいただき、アットホームな雰囲気につつまれ、障害者スポーツがより身近に感じられるシンポジウムとなりました。また参加者からのアンケート調査（感想）からはパラリンピアンの皆さまへの応援メッセージを多数いただきました。

今回、この企画を準備・実施していく中で、この地域におけるさらなる「障害者スポーツの普及・振興」の必要性がある事を改めて認識しました。東京2020オリンピック・パラリンピックのムーブメントを追い風に、障害者スポーツがより身近なスポーツとなるよう取り組んでいきたいと思ひます。



新 人 職 員 紹 介



早川 裕一朗（はやかわ ゆういちろう）

4月1日から体育指導員として働かせていただくことになりました。早川裕一朗です。

大学まで、水泳を専門としてやってきました。趣味は、体を動かすことが好きなので、スポーツ全般です。休みの日でも常に体を動かしています。3月に大学を卒業したばかりなので、至らない点が多くあると思いますが、よろしくお願いします。



堀田 雄二（ほった ゆうじ）

4月から新しく体育指導員として働かせていただくことになりました堀田雄二です。

小学生の頃には野球・バスケットボール・陸上をやっており、中学生からはバレーボールを13年間やっておりました。趣味はスポーツ観戦であり、野球（プロ野球・高校野球）やサッカー、バレーボールなどをテレビや試合会場で観戦します。1日でも早く仕事を覚え、皆様方のお役に立てるように、頑張ります。



花本 伸江（はなもと のぶえ）

はじめまして、4月から職員として働かせていただく事になりました。前職は高齢者のデイサービスで看護師をしていました。専門学校が、名古屋市の学校で名古屋市に勤務し居住したこともあり、見覚えのある景色を見て懐かしく思っています。

障害者スポーツ指導員のボランティアをした経験もあり、早く仕事を覚えてセンターを利用される方のお役に立てるように頑張りますので、どうぞ宜しくお願いします。



斉藤 陽子（さいとう ようこ）

4月から受付業務を担当させていただくことになりました斉藤陽子と申します。

以前にセンターに勤務しておりましたこともあり、再び皆様と触れ合えるご縁を持てた幸せを感じております。私自身も身体を動かすことが好きで、テニスや卓球、ジョギングなどスポーツライフを楽しんでいます。いつも笑顔で明るく元氣よくをモットーに頑張りますので、何卒よろしくお願い致します。

こころの健康日誌 第6回

みなさんこんにちは！春が終わり、とても暑い日が続いていますね。皆さんも水分補給をこまめに取りながら、スポーツ活動をしてください^^

さて今回のテーマはスポーツにおける心理的効果についてお話しします。

国際スポーツ心理学会によると、運動の心理的効果に関する見解として、以下の6つを提言しています。

- ①不安状態を軽減する
- ②軽度・中等度の抑うつレベルを改善する
- ③長期的運動は神経症や不安症を改善する
- ④重度抑うつの治療の補助的手段となる
- ⑤様々なストレスを低減する
- ⑥性・年齢を問わず、有益な情緒的効果をもたらす

他にも、WHO（世界保健機関）も身体活動を行うことによって得られる心理学的効果として、ストレスの軽減やメンタルヘルスの改善等、様々な効果がみられるとしています。

また、精神疾患に対してもスポーツは有効だとされています。スポーツ活動に参加することで、治療に結びついている可能性や、再入院や再燃を防止している可能性もあるとされています^^

スポーツは身体を鍛えられ、体力がつくことで日常生活の改善につながりますが、同時にメンタルヘルスに対しても良い効果を得られることがわかりますね。

皆さんもスポーツ活動を通して、何だか気分がスッキリした、ストレスが減ったと覚えることがあったのではないのでしょうか^^

2020年には東京オリンピック/パラリンピックも決まりました。この機会にスポーツへの興味関心が増えていくと思いますが、同時にスポーツをすることで得られる効果も知っておくと、スポーツ活動がより豊かになりますね^^♪

新企画!!健康づくり講座

笑いの健康法 ワッハッハ体操



外部講師をお招きして、「笑い」をテーマにした健康法の講演会を開催します。笑いが「健康にもたらす影響について」「ワッハッハ身体いきいき体操」を体験してみませんか？

皆様の参加をお待ちしております。

1 日時

平成29年6月29日（木）
14:00～16:00

2 会場

名古屋市障害者スポーツセンター 会議室

3 内容

「笑いが健康にもたらす影響について」
「ワッハッハ身体いきいき体操」

申し込みは不要です。当日、会場に直接お越しください。



編集後記

梅雨に入り、湿気が多く、疲れやすくなり過ごしにくい時期ですね。

今年は梅雨入り前にすでに30度を超える夏日が何日もありました。

気温の変化についていけず風邪を引いた方もみえるのではないのでしょうか？6月は食中毒が多くなる時期ですし、毎日暑い日が続きますので、熱中症にも要注意ですね。手洗い・うがいを励行し、水分摂取をこまめに行い、睡眠・栄養をしっかりとってスポーツに励んでいただければと思います。

今後も各種大会、教室、練習日など沢山あります。ぜひお立ち寄りください。

障害者スポーツ医事相談

6月 8日(木) 理学療法士 近藤 穰

7月 6日(木) 理学療法士 田島 資子

8月 3日(木) 理学療法士 戸田 海渉

9月 7日(木) 理学療法士 萩原 康仁

相談時間 ▶ 13:00～15:00

◎都合により日程及び担当が変更になる場合があります。

編集・発行

指定管理者

(社)名古屋市総合リハビリテーション事業団
名古屋市障害者スポーツセンター

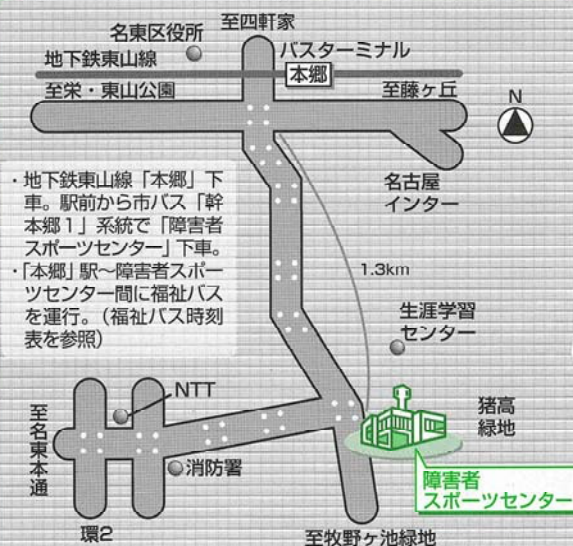
〒465-0055

名古屋市名東区勢子坊二丁目1501番地

電話 (052) 703-6633

FAX (052) 704-8370

URL <http://www.nagoya-rehab.or.jp/sports/index.html>



■開館時間 9:30～20:30 (12:00～13:00 休憩)

■休館日 毎週水曜日・祝日の翌日・年末年始

■施設案内 温水プール(25m6コース)・体育室(819m²)
卓球室・トレーニング室・料理実習室
和室・会議室 他

■愛知県内の障害者・介護者は無料です。

■専用利用は、障害者団体は3ヵ月前、その他は1ヵ月前から申込を受付ます。

■はじめての方には、指導員が対応します。

休館日

プールが
利用でき
ない日

6月	7月	8月	9月
7日(水)	5日(水)	2日(水)	6日(水)
■11日(日)	12日(水)	9日(水)	13日(水)
14日(水)	18日(火)	14日(月)	19日(火)
21日(水)	19日(水)	16日(水)	20日(水)
28日(水)	26日(水)	23日(水)	25日(月)
		■27日(日)	27日(水)
		30日(水)	
■25日(日)			◆23日(土)
◆26日(月)			■24日(日)
■27日(火)			

■スポーツ大会開催等により施設利用はできません。(終日)

◆スポーツ大会開催等により施設利用はできません。(17:00～)

■プールの利用はできません。(終日)

◆プールの利用はできません。(17:00～)

10月5日～11月14日 受変電設備等工事実施のため、全施設利用ができません。

平成29年度 利用カレンダー

2017/6 JUN. 日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	2017/9 SEP. 日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30
2017/7 JUL. 日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	2017/10 OCT. 日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
2017/8 AUG. 日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	2017/11 NOV. 日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30