

SPORTS CENTER FOR THE DISABLED



# すほせん だより

No.50

2022.7



第19回名古屋市障害者スポーツ大会（アーチェリーの部）

## CONTENTS

- 第19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の部）……………2
- 第22回全国障害者スポーツ大会「いちご一会とちぎ大会」  
名古屋市代表選手決定！……………3
- ウェルフェア2022 ～福祉・医療・健康の総合展～……………4
- 第19回名古屋市障害者スポーツ大会（アーチェリーの部）…5
- 第41回東海障害者卓球大会（一般卓球の部）……………5
- 令和4年7月～9月種目別練習日……………6
- 新人職員紹介／こころの健康日誌……………7



事業団  
公式マスコットキャラクター  
「りはみん」

## 第19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の部）

5月8日（日）にパロマ瑞穂北陸上競技場とパロマ瑞穂レクリエーション広場にて第19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の部）を開催しました。

昨年度に引き続き、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止対策を講じながらの開催ではありましたが、当日は晴天にも恵まれ、陸上競技には168名、フライングディスクには126名の方々が参加され、無事に大会を終えることができました。

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、立幅跳の跳躍種目を実施しました。

フライングディスクでは、5mまたは7m離れた的に10回投げ、通過回数を競うアキュラシー種目と投球の最長記録を競うディスタンス種目を実施しました。

参加された方々からは、久しぶりの大会に参加できてよかったなど、多くの笑顔を見ることが出来ました。





# 第22回全国障害者スポーツ大会 「いちご一会とちぎ大会」 名古屋市代表選手決定！

令和4年  
10/29(土)～  
10/31(月)



第22回全国障害者スポーツ大会「いちご一会とちぎ大会」が10月29日（土）から31日（月）に栃木県で開催されます。

この大会は、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・卓球・ボウリング）及び全国障害者スポーツ大会名古屋市代表候補選手選考記録会（水泳・ボッチャ）に出場した選手から選ばれます。

5月17日に選考委員会を開催し、7月3日の名古屋市代表選手決定通知授与を経て、名古屋市選手団として選手34名・役員22名が決定しましたのでご紹介します。

また、団体競技については車いすバスケットボールとバレーボール（精神障害者）がそれぞれ北信越・東海ブロックの代表として出場します。

## 会場

- 【開・閉会式】カンセキスタジアムとちぎ
- 【陸上競技】カンセキスタジアムとちぎ（宇都宮市）
- 【水泳】日環アリーナ栃木屋内水泳場（宇都宮市）
- 【卓球】TKC いちごアリーナ（鹿沼市）
- 【フライングディスク】栃木市総合運動公園陸上競技場（栃木市）
- 【ボッチャ】三和住宅にしないのスポーツプラザ（那須塩原市）
- 【ボウリング】足利スターレーン（足利市）
- 【バレーボール】佐野市アリーナためま（佐野市）
- 【車いすバスケットボール】栃木県立県南体育館（小山市）

## 第22回全国障害者スポーツ大会名古屋市代表選手

| 競技名  | 氏 名                 | 性別 | 競技名           | 氏 名                 | 性別 | 競技名           | 氏 名               | 性別 | 競技名    | 氏 名                 | 性別 |
|------|---------------------|----|---------------|---------------------|----|---------------|-------------------|----|--------|---------------------|----|
| 陸上競技 | おおの そふ た 大野 颯 汰     | 男  | 水 泳           | なか むら 航 大 中村 航 大    | 男  | フライング<br>ディスク | あら かわ 陽 大 荒川 陽 大  | 男  | バレーボール | かわ だ あき ひろ 河田 章 博   | 男  |
|      | かとう らい が 加藤 徠 我     | 男  |               | たけ なか ゆき ひこ 竹中 幸 彦  | 男  |               | ぬ なみ けい すけ 沼波 圭 佑 | 男  |        | おおく ぼ たか みち 大久保 孝 道 | 男  |
|      | すす き じゅん しん 鈴木 純 真  | 男  |               | さ そう れ お 砂生 玲 於     | 男  | ボッチャ          | ばん の さ き 阪 野 早 紀  | 女  |        | かわ むら み すず 河村 美 鈴   | 女  |
|      | く の りゅうたろう 久野 竜太郎   | 男  |               | た むら まさ き 田村 雅 樹    | 男  |               | すが た ゆき と 菅田 雪 人  | 男  |        | か わい とし みつ 河合 俊 光   | 男  |
|      | こん どう み く 近藤 未 来    | 女  |               | さ さ き たい が 佐々木 大 河  | 男  | ボウリング         | こ やぶ まさ と 小藪 雅 人  | 男  |        | やま もと だい き 山本 大 貴   | 男  |
|      | とみ なが たく と 富長 拓 登   | 男  | 卓 球           | せい け さとし 清 家 さとし 聡  | 男  |               | た なか ひろ き 田中 博 希  | 男  |        | たか だ あい こ 高田 愛 子    | 女  |
|      | かに たに きょう へい 蟹谷 恭 平 | 男  |               | ふじばやし よし つく 藤林 義 嗣  | 男  | 車いすバスケットボール   | おお いし なお き 大石 直 輝 | 男  |        | わく た ひろ みつ 涌田 博 光   | 男  |
|      | うめ むら ただ ひろ 梅村 忠 寛  | 男  |               | おお はら とよ こ 大原 豊 子   | 女  |               | かわ せ こと み 川 瀬 琴 美 | 女  |        | い とう きよ すみ 伊藤 清 澄   | 男  |
|      | もり や つばさ 森 屋 翼      | 男  |               | なか むら りょう すけ 中村 遼 介 | 男  |               | たけ なか ひさ お 竹中 久 雄 | 男  |        | おおく ぼ きみ こ 大久保喜美子   | 女  |
|      | ふく い こう き 福井 康 生    | 男  |               | おお ば もと やす 大場 本 安   | 男  |               | おお つ み ほ 大津 美 穂   | 女  |        | いわ した よう へい 岩下 陽 平  | 男  |
|      | てら しま ぼく と 寺島 北 斗   | 男  | フライング<br>ディスク | お ぜき ひと み 尾関 仁 美    | 女  |               | たけ うち あつ し 竹内 厚 志 | 男  |        |                     |    |
|      | かわ た ゆ か り 河田 有加里   | 女  |               | やま なか もと き 山中 元 基   | 男  |               | お ぐり あや の 小栗 綾 乃  | 女  |        |                     |    |
|      |                     |    |               | しん ちよう とし ゆき 新長 季 之 | 男  |               | み やけ かつ み 三宅 克 己  | 男  |        |                     |    |
|      |                     |    |               | しん ちよう ひろ こ 新長 裕 子  | 女  |               | もり のり ゆき 森 紀 行    | 男  |        |                     |    |

## ウェルフェア2022 ～福祉・医療・健康の総合展～

福祉・医療・健康に関する様々な製品・サービスを展示し、講演会や体験コーナーなどを見て、触れて、学べる企画が開催されたウェルフェア。新型コロナウイルス感染症感染拡大の影響により2年連続で中止され、今回は3年ぶりの開催となりました。

なごや福祉用具プラザと協同して福祉用具と競技用補装具を展示し、それぞれの施設の役割を紹介しました。



**日時** 2022（令和4）年5月26日（木）～28日（土）

10:00～17:00（28日は16:00）

**場所** 吹上ホール（名古屋市中小企業振興会館）

**主催** 名古屋国際見本市委員会 ※

（公財）名古屋産業振興公社

（社福）名古屋市総合リハビリテーション事業団

※構成：名古屋市、愛知県、名古屋商工会議所、（独）日本貿易振興機構（ジェトロ）、名古屋貿易センター、（公財）名古屋産業振興公社

**共催** 中日新聞社、日刊自動車新聞社

**テーマ** 「住み慣れた街でいつまでも自分らしい暮らしを」



## 第19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：令和4年6月12日（日）

会場：猪高緑地アーチェリー場

参加者：6名

例年この時期は雨予報が多く、今年の開催も雨予報となっており、開催が危ぶまれていましたが、大会当日は晴天の中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6名のアーチャーが放つ矢は、的に刺さる都度「パンッ」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的に向かって集中力を高め、弓を引いていました。

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音が響いていました。結果は以下の通りです。

○結果

| 聴覚障害者の部 2部     |    |       |       |  |
|----------------|----|-------|-------|--|
| リカーブ 30mW      | 立位 | 堀江 隆浩 | 406 点 |  |
| オープン           |    |       |       |  |
| コンパウンド 30mW    | 座位 | 鷺見 昇  | 429 点 |  |
|                |    | 近藤 哲浩 | 668 点 |  |
|                | 立位 | 川崎 信一 | 681 点 |  |
| コンパウンド 50m・30m | 座位 | 山田 茂雄 | 639 点 |  |
|                |    | 松岡ひとみ | 628 点 |  |



## 第41回東海障害者卓球大会（一般卓球の部）

6月11日（土）、12日（日）の2日間にわたり、体育室で開催しました。

今大会は、3年ぶりの実施となりました。新型コロナウイルス感染症感染拡大防止対策として東海4県（愛知、岐阜、三重、静岡）に在住の方のみを参加対象とし、大会の規模を縮小しての実施となりました。また、両日とも個人戦とし、参加者が密になることを避けながら開催しました。

1日目の11日（土）は、「聴覚障害者の部」、「車いす使用者の部」、「脳原性麻痺等による機能障害者の部」、「肢体不自由者の部」を実施しました。雨の中での開催となりましたが43名の方が参加しました。「聴覚障害者の部」のみ決勝リーグ戦方式で試合を行い、他の部門では予選リーグ戦方式で各リーグの1位、2位となった選手が決勝トーナメントで戦いました。他県から参加された選手が多く、選手の熱気に包まれたハイレベルな試合が行われました。

2日目の12日（日）は、「精神障害者の部」、「知的障害者の部」を実施しました。全体では35名の方が参加しました。また、2日目も1日目と同様にハイレベルな試合が展開されました。観客からの歓声等はなく、ただ球を打ち合う音だけが会場に響く、今までにない雰囲気の東海大会でした。歓声がない分、素晴らしいプレーには他の選手や役員からいつもより大きな拍手が起こり、コロナ禍だからこそ生まれる特別な一体感がありました。

各部門の優勝者は以下のとおりです。

|                  |    |             |
|------------------|----|-------------|
| 聴覚障害者の部          | 混合 | 井戸 健斗（愛知県）  |
| 脳原性麻痺等による機能障害者の部 | 男子 | 鈴木 努（静岡県）   |
| 車いす使用者の部         | 男子 | 中本 亨（静岡県）   |
|                  | 女子 | 三田小百合（名古屋市） |

|          |    |             |
|----------|----|-------------|
| 肢体不自由者の部 | 男子 | 八木 克勝（愛知県）  |
|          | 女子 | 佐藤ゆかり（三重県）  |
| 精神障害者の部  | 男子 | 田川 健治（愛知県）  |
|          | 女子 | 尾関 仁美（名古屋市） |
| 知的障害者の部  | 男子 | 原田 大地（愛知県）  |
|          | 女子 | 織田しのぶ（名古屋市） |



# 令和4年 7月～令和4年 9月 種目別練習日

●事前申込みの必要はありません。

| 種目・開催時間                         | 会 場            | 対 象                     | 年 齢     | 7月                 | 8月                | 9月                 |
|---------------------------------|----------------|-------------------------|---------|--------------------|-------------------|--------------------|
| 月 コンディショニング(マット)<br>13:30~14:30 | 会議室            | 身体障害者<br>精神障害者<br>難病患者  | 中学生以上   | 11                 | 22                | 12                 |
| 火 健康アクア<br>11:00~11:50          | プール            | 障害者<br>難病患者             | 中学生以上   | 26                 | —                 | 27                 |
| ダンスダンス<br>17:00~18:00           | 体育室            | 知的障害者<br>自閉症の方          | 小学生以上   | 5                  | 2                 | 6                  |
| バドミントン<br>17:15~19:30           | 体育室            | 障害者<br>難病患者             | 中学生以上   | 12                 | 23                | —                  |
| 木 サウンドテーブルテニス<br>13:00~15:00    | STT室           | 視覚障害者                   | 中学生以上   | 7                  | 4                 | 1                  |
| 脳血管障害者の運動<br>13:30~15:00        | 体育室            | 脳血管障害者                  | 中学生以上   | 14・28              | 25                | 8                  |
| トランポリン<br>17:30~19:00           | 体育室            | 知的障害者<br>自閉症の方          | 小・中学生   | 7                  | 4                 | 1                  |
| 金 ピラティス・ストレッチ<br>13:30~14:30    | 会議室            | 視覚障害者                   | 中学生以上   | 15                 | 19                | 16                 |
| 卓球<br>13:30~15:30               | 体育室            | 障害者<br>難病患者             | 中学生以上   | 8                  | 26                | 9                  |
| 健康体操<br>13:30~15:30             | 卓球室            | 障害者<br>難病患者             | 中学生以上   | 8                  | 26                | 9                  |
| アーチェリー ※1<br>17:15~19:30        | 体育室            | 身体障害者<br>精神障害者<br>難病患者  | 中学生以上   | 8                  | 26                | 9                  |
| バスケットボール ※2<br>18:00~19:30      | 露橋<br>スポーツセンター | 知的障害者<br>自閉症の方          | 小学生以上   | —                  | —                 | —                  |
| 車いすテニス<br>17:15~19:30           | 体育室            | 肢体不自由者                  | 小学生以上   | 15                 | 19                | 16                 |
| 車いすバスケットボール<br>17:15~19:00      | 体育室            | 肢体不自由者                  | 小・中・高校生 | 1                  | 5                 | 2                  |
| 土 ティーボール<br>10:00~11:30         | 極楽小学校          | 知的障害者<br>自閉症の方          | 小学生以上   | 9                  | —                 | 10                 |
| 泳法別ワンポイント① ※3<br>10:00~11:30    | プール            | 身体障害者<br>精神障害者<br>難病患者  | 小学生以上   | 2                  | —                 | 3                  |
| 泳法別ワンポイント② ※3<br>10:00~11:30    | プール            | 知的障害者<br>自閉症の方          | 小学生以上   | 16                 | —                 | 17                 |
| ジュニア運動<br>10:00~11:30           | 体育室            | 肢体不自由者                  | 小・中学生   | 16                 | 20                | 17                 |
| スポンジテニス<br>10:00~11:30          | 体育室            | 知的障害者<br>自閉症の方          | 小学生以上   | 23                 | 27                | 24                 |
| フライングディスク①<br>13:00~14:30       | 体育室            | 身体障害者<br>難病患者           | 小学生以上   | 2                  | —                 | —                  |
| フライングディスク②<br>14:30~16:00       | 体育室            | 精神障害者<br>知的障害者<br>自閉症の方 | 小学生以上   | 2                  | —                 | —                  |
| ボッチャ<br>13:30~15:30             | 体育室            | 障害者<br>難病患者             | 小学生以上   | 23                 | —                 | 10                 |
| ビームライフル<br>13:30~15:00          | 会議室            | 障害者<br>難病患者             | 中学生以上   | 16                 | 20                | 17                 |
| 平日 プールでワンポイント①<br>10:00~11:30   | プール            | 障害者<br>難病患者             | 小学生以上   | 5・12               | 2・23              | 13・22              |
| プールでワンポイント②<br>13:30~15:00      | プール            | 障害者<br>難病患者             | 小学生以上   | 1・4・8・11・<br>14・28 | 5・15・19・<br>26・29 | 2・5・9・12・<br>15・29 |

\*対象に障害者とする種目は、すべての障害者が対象です。事前申し込みの必要はありません。利用証をセンター受付に提出後、運動のできる服装で各会場にお集まりください。

※1 視覚障害者は対象ではありません。

※2 障害者手帳を受付に提示してください。

※3 個人でプール内に待機していただく事が難しい場合は、介助者同伴での参加をお願い致します。

新型コロナウイルス感染症感染状況により中止・変更する場合があります。詳しくはお電話か障スポウェブサイト、SNS 等でご確認ください。

# 新人職員紹介



川本 友菜（かわもと ゆうな）

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。川本友菜（かわもとゆうな）です。

学生時代はハンドボールやラクロスなど様々なスポーツを経験してきました。体を動かすことも好きですが、おいしいご飯を食べること、ドラマや映画を見ることも好きです。社会人1年目でまだまだ至らない所もたくさんありますが、体育指導員として精一杯頑張りますので、皆さんよろしくお願い致します。

## こころの健康日誌 第15回

こんにちは。皆さん最近眠れていますか？

私たちは人生の約3分の1を眠って過ごしています。今回はこころの健康と睡眠について取り上げてみたいと思います。

日本人の平均睡眠時間は約7時間40分で過去20年間にわたり減少を続けています。特に女性で睡眠時間が短いのが目立っているようです。

睡眠不足だけが問題ではありません。現在睡眠障害が増加しています。睡眠障害の種類は100種類近くもあり、不眠症や睡眠時無呼吸症候群をはじめとする数多くの睡眠障害があります。睡眠不足や睡眠障害による休養不足は人間の精神と身体に悪影響をもたらします。

では良い睡眠を取るためにはどうしたら良いのでしょうか？

### ①規則正しい生活習慣

体には体内時計があり規則正しく眠ることで前もって睡眠に備えてくれます。

### ②運動習慣

運動の習慣がある人は不眠が少ないことがわかっています。

### ③光浴

光の効果も快眠にとっては必要になります。体内時計の周期は24時間より長めにできています。朝の光には後ろにずれる時計を早める効果があるそうです。

### ④その他の習慣

良い食事や喫煙、飲酒の習慣をなくす等

これらのことを実践し、健やかな睡眠を保つことによって精神と身体を疾患から予防できると良いですね ^^

参考：厚生労働省 生活習慣病予防のための健康情報サイト

## 障害者スポーツ医事相談



7月

7日(木) 理学療法士 宇井 瑞希

8月

4日(木) 理学療法士 向田 悦子

9月

1日(木) 理学療法士 戸田 海渉

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。

## こころの健康相談

7月

2日(土)、8日(金)、15日(金)、23日(土)

8月

6日(土)、19日(金)、27日(土)

9月

3日(土)、9日(金)、16日(金)、24日(土)

相談時間 ▶ いずれも13:00~16:00

担 当 ▶ 精神保健福祉士

◎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

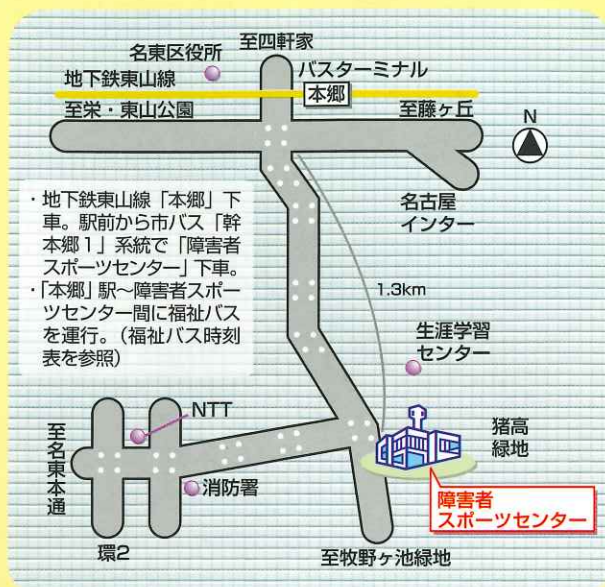
〒465-0055

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レーン)・体育室  
卓球室・トレーニング室・料理実習室  
和室・会議室 他

■愛知県内在住の障害者は無料です。

■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。

## 障害者スポーツセンター 令和4年7月~令和4年9月利用カレンダー

|     | 7月     | 8月     | 9月     |
|-----|--------|--------|--------|
| 休館日 | 6日(水)  | 3日(水)  | 7日(水)  |
|     | 13日(水) | 10日(水) | 14日(水) |
|     | 19日(火) | 12日(金) | 20日(火) |
|     | 20日(水) | 17日(水) | 21日(水) |
|     | 27日(水) | 24日(水) | 26日(月) |
|     |        | 31日(水) | 28日(水) |

※大会開催のため、7月10日(日)は9:30~17:00までプールの利用ができません。

※大会開催のため、8月21日(日)は終日プールの利用ができません。なお17:00以降は全館閉館となります。