

SPORTS CENTER FOR THE DISABLED



すほせん だより

No.49
2022.3



2022年1月23日 第13回スポセンディスクドッチ大会

CONTENTS

- 障害者スポーツフォーラム2
- パラスポーツフェスティバル3
- 第13回スポセンディスクドッチ大会4
- 体力測定②4
- 屋外駐車場などアスファルト舗装を改修しました5
- 新人職員紹介5
- こころの健康日誌6
- 2022年度 年間スケジュール6
- 令和4年4月～9月種目別練習日7



事業団
公式マスコットキャラクター
「すほみん」

障害者スポーツフォーラム

名古屋市観光文化交流局観光推進課と共催で名古屋市がホストタウン登録されているウズベキスタンのパラリンピアンにリモートで参加いただき、障害者スポーツを巡る環境等について情報交換及び情報発信することで障害者スポーツの推進につなげるフォーラムを開催しました。

当日は、新型コロナウイルス感染症感染拡大の影響により無観客とし、体育室内は運営に必要となる最低限の人数のみとし、三密を回避する工夫をして開催しました。その様子は今後、動画をアップする予定にしています。



【第2部】 トークショーの様子

日時 2021(令和3)年12月13日(月) 14:00～16:00

場所 名古屋市障害者スポーツセンター 体育室

テーマ 「東京2020パラリンピックを終えて ～それぞれの立場から～」

東京2020パラリンピック開催に向けて準備してきたこと等を「柔道とアーチェリー」「アスリートとスタッフ」という異なる競技、異なる立場から振り返り、今後の障害者スポーツの理解促進・普及啓発の推進につなげる

スケジュール 【第1部】 パラ柔道体験会 【第2部】 トークショー

出演者

(1) ウズベキスタンパラリンピアン

シェルゾド ナモゾフ ・東京2020パラリンピック男子60kg級5位
・リオパラリンピック男子60kg級金メダリスト

(2) 日本パラリンピアン

廣瀬 誠 ・リオパラリンピック男子60kg級銀メダリスト

(3) 東京2020パラリンピック日本選手団スタッフ

大河原 裕貴 ・東京2020パラリンピック日本選手団アーチェリー監督

(4) 名古屋大学留学生サークル



【第1部】 視覚障害者柔道日本パラリンピアン 廣瀬誠選手による名古屋大学留学生サークルをまじえた、パラ柔道体験会の様子

パラスポーツフェスティバル

多くの人の集まるショッピングモールでパラスポーツの競技紹介パネルやバスケットボール用車いすを始めとする競技用器具等の展示イベントを実施し、市民に対してパラスポーツへの理解促進・普及啓発を図ることと東京2020パラリンピックが開催された年度内に実施し、2026年に名古屋市を中心に開催予定のアジアパラ競技大会への機運を醸成することを目的に実施しました。

日時 2022（令和4）年2月11日（金祝）、12日（土）
それぞれ10：00～16：30

場所 イオンモールナゴヤドーム前 1階イベントスペース
（セントラルコート、サウスコート、ウエストコート）

内容

- ・パラスポーツ競技紹介パネル展示
- ・パラスポーツ競技用器具展示
- ・パラスポーツ動画上映
- ・パラスポーツクイズラリー

パラスポーツとは…

一般のスポーツをベースに障害の種類や程度に応じてルール等を工夫しているスポーツ、障害のある人のために考案されたスポーツ、障害の有無に関係なく、ともに楽しめるスポーツなどの総称。類義語にアダプテッドスポーツ、ユニバーサルスポーツなどがある。



チェアスキー・バイスキー展示



車いすバスケットボール競技用車いす他展示



陸上競技用レーサー展示



2026年アジア競技大会パネル展示

第13回スポセンディスクドッチ大会

第13回スポセンディスクドッチ大会を1月23日（日）に名古屋市障害者スポーツセンター体育室で開催しました。コロナ禍での開催であることや大会1週間前に日本政府による「まん延防止等重点措置」が本県に適用された為、参加自粛が相継ぎ、当日は2チームのみ参加となり、感染拡大防止策を講じて、選手が安心して試合に臨めるように実施しました。

毎年、120名近くの参加者・観覧者がおり、活気あふれる大会であります。今年はコロナ禍により少し寂しい大会となりました。

参加2チームのレベルも年々上がり、日頃の練習の成果が十二分に発揮されたこともあり、白熱した試合や僅差の試合がありました。

大会の結果は以下の通りです。

優勝	スポセンチーム
準優勝	One Life

障スポ利用者で作るスポセンチームは月1回しかないフライングディスク練習日にディスクドッチ練習を行い、チームの結束もより強くなり、初優勝という輝かしい成績を収めました。

選手達はこの結果に満足せず、来年の大会に向け意気込んでおり、今後のスポセンチームにはさらなる期待が出来ると感じました。



初優勝!! スポセンチーム



体力測定②



令和3年12月19日（日）13:30～15:30でセンター体育室にて体力測定②を実施しました。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止が続いておりましたが、約2年ぶりに開催ができました！

コロナ対策として測定種目は10種目から6種目へ減らし、体育室内が密にならないように、30分ごとの各時間枠10名の予約優先制としました。

今回は28名の方にご参加いただきました。ボランティアの方3名も測定・記録・誘導に分かれ、手際よく参加者の支援をしていただきました。

コロナ禍でなかなか体を動かす機会が少なくなり、久しぶりの測定で、ご自身の持つ体力に向き合える時間となったと思います。

この測定を機に、日々の運動への取り組みのきっかけ作りや改善につながればと考えております。

来年度も2回（6月・12月）の測定を予定しております。

まだ実施したことのない人は、体力測定を機会にご自身の現在の体力を知ることから始めてみませんか？
たくさんのご参加をお待ちしております。



屋外駐車場など

アスファルト舗装を改修しました

本年度の名古屋市による大規模修繕工事の一環として、令和4年1月から3月まで、屋外の駐車場などのアスファルト舗装の改修工事が行われました。

駐車場や通路の舗装を全面的に塗り替えたことで、ひび割れや段差が解消されて通行しやすくなりました。また改装の機会に駐車区画の整理をしたことにより、駐車台数を増やすことができました。加えて、視覚障害者の方への配慮のため、歩行者通路の視覚障害者誘導用ブロックを現在の福祉都市整備指針に沿ったレイアウトに、横断歩道の視覚障害者誘導用ブロックはエスコートゾーンに変更しました。

工事期間中、駐車場の通行制限や工事による騒音などにより、ご利用者の皆様には大変ご迷惑をおかけしました。ご協力ありがとうございました。

センターは昭和56年の開設から40年以上経過しており施設の老朽化が著しく、施設の安全・快適にご利用のためには今後も必要箇所については修繕を行う必要がありますため、その都度ご利用者の皆様には大変ご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご理解ご協力をよろしくお願いいたします。



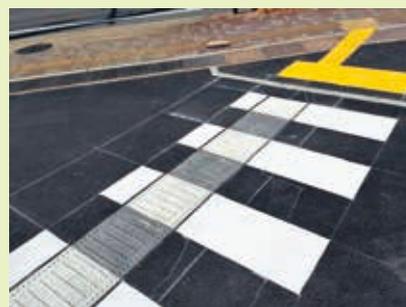
南側駐車場



通路に駐車枠を増設しました
(北側)



通路に駐車枠を増設しました
(南側)



横断歩道の誘導ブロックを
エスコートゾーンにしました

新人職員紹介



小島佑一朗 (こじま ゆういちろう)

初めまして。2月から障害者スポーツセンターで指導員として働かせていただくことになりました小島佑一朗(こじまゆういちろう)です。名古屋市出身の23歳です。大学生までテニスとソフトテニスをやっていました。体を動かすことや人と話すことが好きなので、センターで会ったときは挨拶や話しかけてくださると嬉しいです。人の名前を覚えるのが苦手なので頑張って早く皆さんの名前を覚えられるように頑張ります。まだまだわからないことが多いですがこれから頑張っていきますのでよろしくお願いいたします。

こころの健康日誌 第14回

こんにちは！ コロナ禍で窮屈な日が続きますね。こころの健康日誌を読んでいる間だけでも心穏やかに過ごせるような内容を目指していきます!! 早くこの日常が終わると良いですね…。

今回は、スポーツとこころの健康についてです。スポーツは、こころの健康にも良いことはご存知ですか？スポーツをして汗をかくと、ストレスに反応する「ノルアドレナリン」とよばれる脳内物質が活性化されてストレスを軽減させます。そのため、適度な運動を行うと抗うつ薬や認知行動療法のような心理療法と同じくらい有効であるといわれています。

また、快感をもたらす脳内物質も活性化されるため、幸福感やモチベーションの向上にもつながります。

しかしスポーツのやりすぎは逆に疲れてしまうので逆効果になってしまいます。さらに夜遅く運動をすることは、体が落ち着かなくなり、眠れにくくなることがありますのでおすすめはしません。スポーツは突然始めず、徐々に日常生活に組み入れていくことが大切です。

スポーツは体を鍛えたり、持久力を上げたり、健康増進につながりますが、同時にストレス発散や気分転換にもなるので無理のない範囲で続けていきたいですね!!

◆◆◆ 2022年度 年間スケジュール ◆◆◆

4月	20日(水) 予備:22日(金)	★第19回名古屋市障害者スポーツ大会 (ソフトボールの部)	10月	16日(日)	★2022年東海障害者水泳記録会
	25日(月)	第6回 障がい者スポーツウェルネス吹矢 愛知大会(愛知県障がい者スポーツ吹矢協会)		29日(土) ~31日(月)	★第22回全国障害者スポーツ大会 (栃木大会)
5月	8日(日)	★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)	11月	6日(日)	第37回フラミンゴ・インドア・アーチェリー 大会(フラミンゴAC)
	15日(日)	障がい者バドミントン講習会および交流会 (名古屋スマッシュ)		13日(日)	★第19回名古屋市障害者スポーツ大会 (卓球の部)
	22日(日)	第20回フェニックス杯 (名古屋フェニックス)		17日(木)	★第19回名古屋市障害者スポーツ大会 (バレーボールの部)
	29日(日)	あいちトップアスリートアカデミー 2022 パラアスリート選考会		20日(日)	★第19回名古屋市障害者スポーツ大会 (ボウリングの部)
6月	11日(土) ~12日(日)	★第41回東海障害者卓球大会 (一般卓球の部)	12月	4日(日)	★センターまつり
	12日(日)	★第19回名古屋市障害者スポーツ大会 (アーチェリーの部)		11日(日)	文部科学大臣杯争奪 第34回日本車いすツイン バスケットボール選手権大会 東海ブロック予 選(東海車いすツインバスケットボール委員会)
	26日(日)	ポッチャ審判養成講習会①		21日(土)	★サウンドテーブルテニス(STT)審判 講習会②
7月	10日(日)	中部障がい者水泳記録会 (中部障がい者水泳連盟)	1月	22日(日)	★スポセンディスクドッチ大会
	31日(日)	第54回愛知県視覚障害者卓球大会 (社会福祉法人 愛知県盲人福祉連合会)		28日(土)	★第16回障害者スキー体験会
8月	21日(日)	★第19回名古屋市障害者スポーツ大会 (水泳の部)	2月	5日(日)	第20回ワールド杯争奪車椅子バスケット ボール競技大会(ワールドバスケットボー ルクラブ)
	27日(土)	★サウンドテーブルテニス(STT)審判 講習会①		12日(日)	第3回金シャチクラブカローリング大会 (金シャチクラブ)
9月	4日(日)	★第19回名古屋市障害者スポーツ大会 (ポッチャの部)		19日(日)	★第41回東海障害者インドア・アーチェ リー大会
	18日(日)	車いすダンスフェスティバル2022 (車いすダンス名古屋ピバーチェ)		26日(日)	2023 障害者ロングディスタンス水泳大会 (名古屋障害者スイミングクラブ ウェーブ)
	25日(日)	第33回東海障害者バドミントン選手権大会 (東海障害者バドミントン連盟)	5日(日)	★第41回東海障害者卓球大会 (サウンドテーブルテニスの部)	
	29日(木)	バレーボールを広める会 第15回バレー ボールフレンドリーマッチ大会(なごや精 神障がい者バレーボールを広める会)	12日(日)	★第26回スポセン・カローリング大会	
3月			18日(土)	★スポセン将棋同好会 将棋大会 (スポセン将棋同好会)	
			21日(火・祝)	第21回日本ブラインドテニス中部日本大会 (日本ブラインドテニス連盟 中部地域協会)	

★印：センター主催大会・イベント

令和4年 4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	4月	5月	6月	7月	8月	9月
月 コンディショニング(マット) 13:30~14:30	会議室	身体障害者 精神障害者 難病患者	中学生以上	-	16	13	11	22	12
火 健康アクア 11:00~11:50	プール	障害者 難病患者	中学生以上	26	24	28	26	-	27
火 ダンスダンス 17:00~18:00	体育室	知的障害者 自閉症の方	小学生以上	-	24	7	5	2	6
火 バドミントン 17:15~19:30	体育室	障害者 難病患者	中学生以上	26	17	28	12	23	-
木 サウンドテーブルテニス 13:00~15:00	STT室	視覚障害者	中学生以上	-	-	2	7	4	1
木 脳血管障害者の運動 13:30~15:00	体育室	脳血管障害者	中学生以上	28	-	23	14・28	25	8
木 トランポリン 17:30~19:00	体育室	知的障害者 自閉症の方	小・中学生	-	-	2	7	4	1
金 ピラティス・ストレッチ 13:30~14:30	会議室	視覚障害者	中学生以上	-	20	17	15	19	16
金 卓球 13:30~15:30	体育室	障害者 難病患者	中学生以上	22	13・27	10・24	8	26	9
金 健康体操 13:30~15:30	卓球室	障害者 難病患者	中学生以上	22	13・27	10・24	8	26	9
金 アーチェリー※1 17:15~19:30	体育室	身体障害者 精神障害者 難病患者	中学生以上	22	27	24	8	26	9
金 バスケットボール※2 18:00~19:30	露橋 スポーツセンター	知的障害者 自閉症の方	小学生以上	-	27	24	-	-	-
金 車いすテニス 17:15~19:30	体育室	肢体不自由者	小学生以上	-	20	17	15	19	16
金 車いすバスケットボール 17:15~19:00	体育室	肢体不自由者	小・中・高校生	-	13	3	1	5	2
土 ティーボール 10:00~11:30	極楽小学校	知的障害者 自閉症の方	小学生以上	-	-	-	9	-	10
土 泳法別ワンポイント①※3 10:00~11:30	プール	身体障害者 精神障害者 難病患者	小学生以上	-	-	4	2	-	3
土 泳法別ワンポイント②※3 10:00~11:30	プール	知的障害者 自閉症の方	小学生以上	-	-	18	16	-	17
土 ジュニア運動 10:00~11:30	体育室	肢体不自由者	小・中学生	-	21	-	16	20	17
土 スポンジテニス 10:00~11:30	体育室	知的障害者 自閉症の方	小学生以上	-	28	25	23	27	24
土 フライングディスク① 13:00~14:30	体育室	身体障害者 難病患者	小学生以上	-	-	4	2	-	-
土 フライングディスク② 14:30~16:00	体育室	精神障害者 知的障害者 自閉症の方	小学生以上	-	-	4	2	-	-
土 ポッチャ 13:30~15:30	体育室	障害者 難病患者	小学生以上	-	-	-	23	-	10
土 ビームライフル 13:30~15:00	会議室	障害者 難病患者	中学生以上	-	-	18	16	20	17
平日 プールでワンポイント① 10:00~11:30	プール	障害者 難病患者	小学生以上	-	26	9・20	5・12	2・23	13・22
平日 プールでワンポイント② 13:30~15:00	プール	障害者 難病患者	小学生以上	26	13・16・ 27	3・10・ 13・17・ 23・27	1・4・8・ 11・14・ 28	5・15・ 19・26・ 29	2・5・ 9・12・ 15・29

*対象に障害者とある種目は、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。

編集・発行

指定管理者

(社福)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>

障害者スポーツ医事相談



4月 7日(木) 担当者未定

5月 19日(木) 担当者未定

6月 2日(木) 担当者未定

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

4月 2日(土)、8日(金)、15日(金)、23日(土)

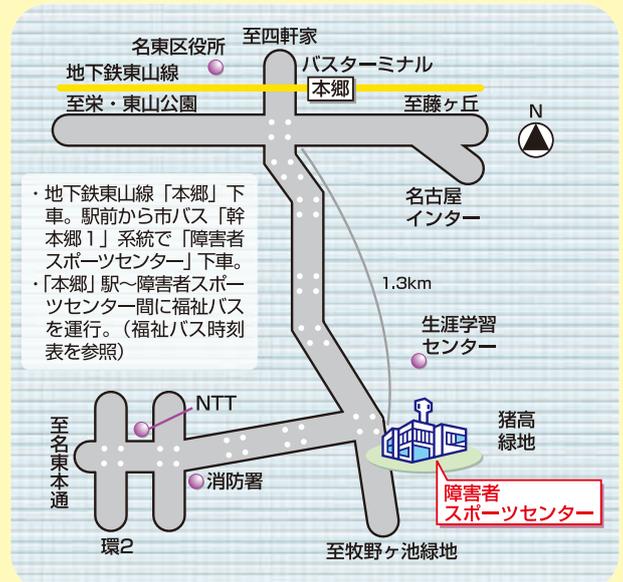
5月 7日(土)、13日(金)、20日(金)、28日(土)

6月 4日(土)、10日(金)、17日(金)、25日(土)

相談時間 ▶ いずれも13:00～16:00

担当 ▶ ソーシャルワーカー 守安 麻緒(精神保健福祉士)
体育指導員 成田 圭佑(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。



■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3月～令和4年6月利用カレンダー

	3月	4月	5月	6月
休館日	2日(水)	6日(水)	2日(月) 11日(水)	1日(水)
	9日(水)	13日(水)	6日(金) 12日(木)	8日(水)
	16日(水)	20日(水)	9日(月) 18日(水)	15日(水)
	22日(火)	27日(水)	10日(火) 25日(水)	22日(水)
	23日(水)			29日(水)
	30日(水)			

※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)開催のため、5月8日(日)終日、全館利用できません。

※東海障害者卓球大会開催のため、6月11日(土)から6月12日(日)について、卓球室は終日ご利用できません。またサウンドテーブルテニス室は17:00以降ご利用できません。

※プール定期清掃のため、6月20日(月)17:00から6月21日(火)終日にかけて、プール利用できません。