



すぽせん だより

No.55
2023.9



第42回東海障害者卓球大会（一般卓球の部）

CONTENTS

- 第42回東海障害者卓球大会（一般卓球の部）……………2
- 第20回名古屋市障害者スポーツ大会（アーチェリーの部）…3
- 体力測定① ……………4
- ボッチャ登録審判員フォローアップ研修会 ……………4
- 第2回スポセン・ボッチャ大会 ……………5
- こころの健康日誌 ……………6
- 新人職員紹介 ……………6
- 令和5年9月～令和5年12月種目別練習日 ……………7



事業団
公式マスコットキャラクター
「りほみん」

第42回東海障害者卓球大会（一般卓球の部）

令和5年6月10日（土）、11日（日）の2日間にわたり、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。

1日目の10日（土）は、団体戦を行いました。団体戦の実施は第38回大会ぶりとなり、コロナ禍を経ての開催となりました。「立位の部」、「車いす使用者の部」、の2部門で行い、全19チーム（61名）の方が参加しました。久しぶりの実施にもかかわらず、他県から多くの選手に参加いただき、団体戦ならでは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11日（日）は、個人戦を行いました。「肢体不自由者の部」「車いす使用者の部」「精神障害者の部」「知的障害者の部」「脳原性麻痺者の部」「聴覚・言語・内部障害者の部」「難病患者の部」の全7部門を男女別で実施しました。男子84名、女子39名の計123名の方が参加しました。両日とも昨年とは違い、観客より歓声や声援が聞こえてきたり、素晴らしいプレーには拍手が送られるなど、観客と選手の一体感がありコロナ禍以前の盛り上がりを取り戻した素晴らしい大会となりました。

各部門の優勝者は以下の通りです。

6月10日（土） 団体戦

立位の部			
優勝	愛知ファイヤーズ A	愛知県	
準優勝	愛知ファイヤーズ B	愛知県	
3位	愛知ファイヤーズ C	愛知県	
3位	C's Athlete	相模原市	

車いす使用者の部			
優勝	FantasistaA	大阪市	
準優勝	WT3	三重県	
3位	FLAT-OUT-B	愛知県	
3位	FLAT-OUT-A	愛知県	

6月11日（日） 個人戦

肢体不自由者の部 男子			
優勝	荒木 良之	あらき よしゆき	愛知県
準優勝	渡邊紳一郎	わたなべ しんいちろう	愛知県
3位	辻村 琢光	つじむら たくみ	相模原市
3位	杉浦 富夫	すぎうら とみお	愛知県

肢体不自由者の部 女子			
優勝	石河 恵美	いしかわ めぐみ	横浜市
準優勝	藤原みなみ	ふじわら みなみ	愛知県
3位	中村 典子	なかむら のりこ	三重県
3位	松坂美津江	まつざか みつえ	静岡県

車いす使用者の部 男子			
優勝	中村 亮太	なかむら りょうた	大阪府
準優勝	宇野 正則	うの まさのり	滋賀県
3位	渡邊 剛	わたなべ つよし	東京都
3位	松尾 充浩	まつお みつひろ	大阪市

車いす使用者の部 女子			
優勝	三田小百合	みた さゆり	名古屋市
準優勝	磯崎 直美	いそざき なおみ	神奈川県
3位	松井あかね	まつい あかね	名古屋市
3位	藤森亜利砂	ふじもり ありさ	相模原市

脳原性麻痺者の部（立位） 男子			
優勝	嶋崎 献	しまざき ささぐ	名古屋市
準優勝	鈴木 努	すずき つとむ	静岡県
3位	鈴木聖一郎	すずき せいいちろう	愛知県
3位	市原 稔章	いちばら としあき	山梨県

聴覚・言語・内部障害者の部 男子			
優勝	安田 友晴	やすだ ともはる	静岡県
準優勝	長澤 嘉明	ながさわ よしあき	名古屋市
3位	宇野 尚志	うの たかし	名古屋市

知的障害者の部 男子			
優勝	高橋 利也	たかはし としや	京都市
準優勝	中山 雄貴	なかやま ゆうき	愛知県
3位	工藤 雅治	くどう まさはる	静岡県
3位	原田 大地	はらだ だいち	愛知県

知的障害者の部 女子			
優勝	深津 葵	ふかつ あおい	愛知県
準優勝	井上 恵	いのうえ めぐみ	大阪府
3位	菱川 靖子	ひしかわ やすこ	名古屋市
3位	小平 育子	こだいら いくこ	東京都

精神障害者の部 男子			
優勝	渡邊 裕紀	わたなべ ゆうき	川崎市
準優勝	長野 悠哉	ながの ゆうや	名古屋市
3位	田川 健治	たがわ けんじ	愛知県
3位	尾崎 史尚	おざき ふみたか	名古屋市

精神障害者の部 女子			
優勝	松田 沙知	まつだ さち	京都市
準優勝	尾関 仁美	おぜき ひとみ	名古屋市
3位	永井 利華	ながい りか	名古屋市
3位	花井 彩乃	はない あやの	名古屋市

難病患者の部 男子			
優勝	根岸 渉	ねぎし わたる	さいたま市
準優勝	野間 昇	のま のぼる	名古屋市
3位	—		
3位	—		

難病患者の部 女子			
優勝	蟹江真由美	かにえ まゆみ	名古屋市
準優勝	宮崎由香里	みやざき ゆかり	名古屋市
3位	安東 浩美	あんどう ひろみ	京都市
3位	山田とめ子	やまだ とめこ	愛知県



第20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5年6月11日（日）

会 場：猪高緑地アーチェリー場

参加者：3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、大会当日は少雨の中、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3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声が響いていました。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	ほり え 堀江	たかひろ 隆浩	342点
オープン				
コンパウンド 30mW	座位	す み 鷺見	のぼる 昇	368点（途中棄権）
コンパウンド 50m・30m	座位	まつおか 松岡ひとみ		639点



体力測定①



令和5年6月17日（土）13：30～15：30で名古屋障害者スポーツセンター体育室にて実施しました。

測定種目は身長・体重を含めた9種目を実施。今回から申込制を無くして実施しました。

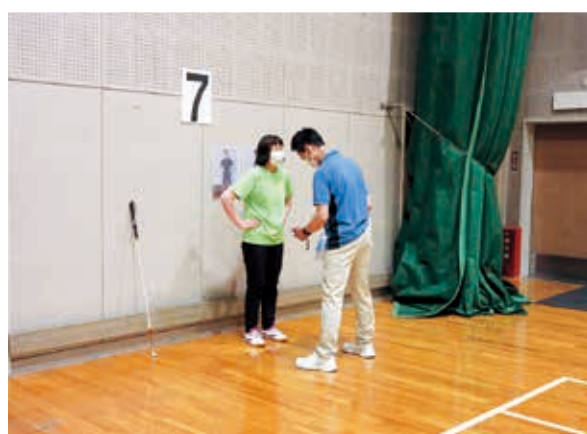
今回の参加者は28名で、新規の方も多くご参加いただきました。ボランティアの方8名も測定・記録・誘導に分かれ、手際よく参加者の支援をしていただきました。

コロナ禍でなかなか体を動かす機会が少なくなり、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。

後期も12月17日（日）に体力測定②を予定しております。

まだ実施したことのない人も、以前に参加したことがありしばらく測定していない人も、後期はぜひご参加ください！お待ちしております！



ボッチャ登録審判員フォローアップ研修会

ボッチャ登録審判員フォローアップ研修会を令和5年7月16日（日）の午前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。

フォローアップ研修会は、過去にボッチャ審判員養成講習会に参加したことのあるボッチャ登録審判員だけを対象に実施しています。講習会の中では、メモを取りながらボッチャのルールを学ぶ姿や質問する姿が多く観られ、ルールを習得しようとする意欲の高さを感じました。講習の後半では、確認したルールを主審、ライナー、タイマー、選手の各担当に分かれて模擬試合を実施し、参加者同士で声を掛け合いながら、審判法を繰り返し練習し、ルールを確認していただきました。

午後は、「第2回スポセン・ボッチャ大会」の審判員として、実際に大会での試合進行を体験していただきました。初めて大会に参加する選手に対して、丁寧にルールを説明したり、自信を持ってジャッジする姿が印象的でした。

お忙しいところ、快く協力してくださった審判員のみなさま、ご協力ありがとうございました。

第2回スポセン・ボッチャ大会

第2回スポセン・ボッチャ大会を令和5年7月16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。

スポセン・ボッチャ大会は障害のある方と一緒にあれば誰でも気軽に参加できる大会として昨年より開催しています。友人、家族、ヘルパーなど自由にチームを組んで出場し、ボッチャ大会を楽しんでいただきました。大会出場者からは、「日ごろ、障害者スポーツを見ているだけのことが多い介助者が、当事者と一緒に力を合わせてスポーツで競い合うことのできる機会は少ないからとても楽しい」との喜びの声をいただきました。

また、大会はボッチャ登録審判員の養成も兼ねており、初めて試合進行を行う審判員をベテラン審判員が支える姿だけでなく、ベテラン選手が審判員を支える場面も見受けられ、スポーツをする側と支える側がお互いに協力して競技を楽しむ一体感がとても印象的でした。

今年は昨年より参加チーム数が多く、どの試合もナイスプレーに拍手があり、応援する温かい姿を多く観ることができました。参加チームのレベルも試合数を重ねるにつれて上がり、白熱した試合や僅差の試合がありました。

来年度も、白熱したボッチャ大会となることを楽しみにしています。

大会の結果は以下の通りです。

ランク	Aランク	Bランク	Cランク
優勝	STAR-Z	ミラクル	チーム・ビクトリー '23
準優勝	ライズ	ほのぼの	ことーズ
3位	中日ドラゴンズ	大澤・鈴村	スター・マリノ
3位	H・K・B	金シャチ	—



こころの健康日誌 第20回

こんにちは（＾◇＾）

生活していると誰しも嫌な気持ちになってしまったりすると思います。
その気持ちを引きずってしまうと、楽しい時間が短くなってしまいますよね。
また集中力なども失われてしまい、仕事や勉強にも支障が出てしまうかもしれません。
そして気持ちをすぐ切り替えることはなかなか簡単なことではありません。
そこで、こころの健康日誌担当おすすめ♪
今すぐできる実践できる気持ちの切り替え方をご紹介します♪

①体を動かして汗を流す

適度な運動はストレス発散につながり、気持ちの切り替えに有効です♪

②デジタルデトックスしてみる

デジタルデトックスとは、パソコンやスマートフォンなどのデバイスに触れない期間を持ち、自然に触れたり、実際に人と会いコミュニケーションを図る等するストレス解消法です。

③本、映画、音楽等を楽しむ

映画などを見て涙を流すと、怒りの感情や緊張や不安などの度合いが下がることがわかっています。

嫌な気持ちを落ち着かせるのにおすすめの方法の一つです♪時間を忘れて好きな作品に浸りましょう！

④素直に気持ちを表現する。

気持ちの切り替えが上手な人は、感情を抑圧することなく素直に表現しています。

ネガティブな感情を他人にぶつけることは良くないですが、感情を素直に感じることは大切です。

涙を流したり、怒りたい時はちゃんと怒ることで自分の感情が蓄積されずに切り替えが早くなります。

その他にも様々なおすすめの切り替え方がありますが、今回は上記の4つをご紹介します！是非実践してみてください（＾◇＾）♪

新人職員紹介



菅田 陽子（すがた ようこ）

はじめまして このたび、嘱託看護師として勤務することになりました。

障害者スポーツ施設における看護職の役割について日々、学びながら利用者の皆様の健康と安全を考え、従事できるよう研鑽に努めたいと思います。

毎日、笑顔で元気に過ごすことが、モットーです。

どうぞよろしくお願いいたします。

令和5年 9月～令和5年 12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	9月	10月	11月	12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	11	16	20	11
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
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	5	3	7	5
バドミントン 17:15~19:30	体育室	障害者 難病患者	小学生以上	—	—	14	—
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	14	12	16	14
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	7	5	2	7
金 ピラティス・ストレッチ 13:30~14:30	会議室	障害者 難病患者	中学生以上	15	20	17	15
卓球 13:30~15:30	体育室	障害者 難病患者	中学生以上	8・22	13	10	8・22
健康体操 13:30~15:30	卓球室	障害者 難病患者	中学生以上	8・22	13	10	8・22
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	8	13	—	22
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	22	27	—	—
車いすテニス 17:15~19:30	体育室	肢体不自由者	小学生以上	15	—	17	15
車いすバスケットボール 17:15~19:30	体育室	肢体不自由者	小・中・高校生	1	6	3	1
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	14	—	9
泳法別ワンポイント①※ ³ 9:45~10:45	プール	知的障害者 自閉症の方	小学生以上	2・16	7・21	4・18	2・16
泳法別ワンポイント②※ ³ 10:45~11:45	プール	身体障害者 精神障害者 難病患者	小学生以上	2・16	7・21	4・18	2・16
ジュニア運動 10:00~11:30	体育室	肢体不自由者	小・中学生	16	21	18	16
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	23	—	25	23
サウンドテーブルテニス 13:30~15:00	STT室	視覚障害者	中学生以上	23	—	25	23
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
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
ボッチャ 13:30~15:30	体育室	障害者 難病患者	小学生以上	9	14	11	9
ビームライフル※ ¹ 13:30~15:00	会議室	障害者 難病患者	中学生以上	16	21	18	16
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	5・21	3	9・14	5・18
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	1・4・11・ 14・23・28	6・12・14・ 16・19	2・17・20・ 25	1・9・14・ 21

*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。



ウェブサイト

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>

医事相談・スポーツ用具相談



	医事相談	スポーツ用具相談
9月	7日(木) うい みずき 宇井 瑞希	1日(金)①
10月	5日(木) むかいだ えつこ 向田 悦子	6日(金)①
11月	2日(木) うい みずき 宇井 瑞希	10日(金)②
12月	7日(木) かど ゆうか 角 友華	22日(金)①
時間	14:00~16:00 ※1	①17:15~19:30 ②13:30~15:30
担当	理学療法士 体育指導員 看護師	リハ工学技師 体育指導員

※都合により中止する場合があります。

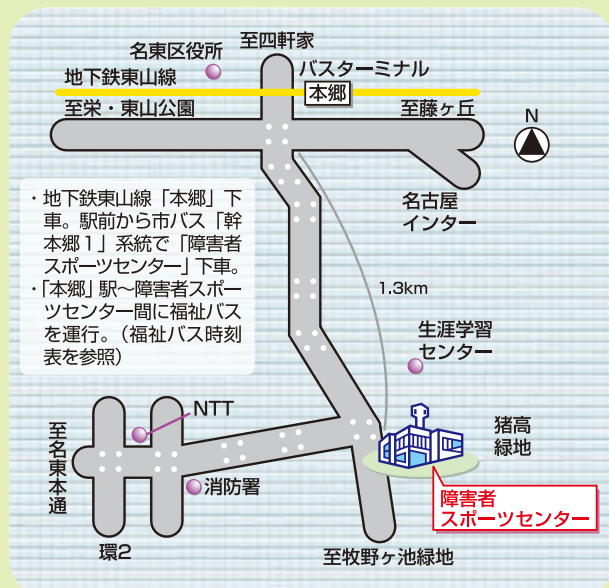
※1 スポーツ医事相談 7月より時間変更しています。

こころの健康相談

	金	土
9月	8日、15日	2日、23日
10月	13日、20日	7日、28日
11月	10日、17日	4日、25日
12月	8日、15日	2日、23日
時間	13:00~16:00	
担当	精神保健福祉士	

※都合により中止する場合があります。

※予約優先。



■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5年9月~令和5年12月利用カレンダー

	9月	10月	11月	12月
休館日	6日(水) 13日(水) 19日(火) 20日(水) 25日(月) 27日(水)	4日(水) 10日(火) 11日(水) 18日(水) 25日(水)	1日(水) 6日(月) 8日(水) 15日(水) 22日(水) 24日(金) 29日(水)	6日(水) 13日(水) 20日(水) 27日(水) 29日(金) 1月3日(水)

※大会・プール清掃等のため利用制限があります。

9月11日(月)・9月12日(火)・10月14日(土)・10月15日(日)・11月19日(日)・12月11日(月)・12月12日(火)

※スポセンまつり開催のため全施設利用できません。12月3日(日)