

SPORTS CENTER FOR THE DISABLED



# すほせん だより

No.59  
2024.9



第21回名古屋市障害者スポーツ大会（アーチェリーの部）

## CONTENTS

- 第43回東海障害者卓球大会（一般卓球の部）……………2
- 第21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 ……………3
- 健康づくり講座 ……………4
- 第3回スポセンボッチャ大会 ……………5
- 第21回名古屋市障害者スポーツ大会（水泳の部）……………5
- サウンドテーブルテニス（STT）審判員養成講習会・ステップアップ講習会…6
- 新人職員紹介 ……………6
- こころの健康日誌 ……………6
- 令和6年10月～令和7年3月種目別練習日 ……………7



事業団  
公式マスコットキャラクター  
「すほせん」

## 第43回東海障害者卓球大会（一般卓球の部）

令和6年6月8日（土）、9日（日）の2日間にわたり、体育室で開催しました。

8日（土）は、団体戦を行いました。「立位の部」「車いす使用者の部」の2部門で行い、全21チーム（69名）の方が参加しました。天候にも恵まれ、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溢れたハイレベルな試合が行われました。

9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（立位）」「聴覚・言語・内部障害者の部」「難病患者の部」の全7部門を実施しました。全国より男子86名、女子41名の127名の方が参加しました。両日とも、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、選手と観客の一体感があり、昨年を超える盛り上がりを見せ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とおりです。



### 6月8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	月一同好会		相模原市
3位	愛知ファイヤーズ C		愛知県
3位	愛知ファイヤーズ D		愛知県

車いす使用者の部			
優勝	ちーむりーと		東京都
準優勝	FantasistaA		大阪市
3位	UTADA 卓球クラブ		東京都
3位	エール A		名古屋市

### 6月9日（日） 個人戦

肢体不自由者の部 男子			
優勝	八木 克勝	やぎ かつよし	愛知県
準優勝	高橋 克季	たかはし かつき	岐阜県
3位	渡邊紳一郎	わたなべ しんいちろう	愛知県
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	前田 悦代	まえだ えつよ	名古屋市
準優勝	佐藤ゆかり	さとう ゆかり	三重県
3位	鈴木 眞理	すずき まり	名古屋市
3位	中村 典子	なかむら のりこ	三重県

車いす使用者の部 男子			
優勝	北川雄一郎	きたがわ ゆういちろう	兵庫県
準優勝	土井健太郎	どい けんたろう	静岡県
3位	玉津 徹也	たまつ てつや	三重県
3位	鍋坂 勇夫	なべさか いさお	香川県

車いす使用者の部 女子			
優勝	磯崎 直美	いそざき なおみ	神奈川県
準優勝	藤原佐登子	ふじわら さとこ	愛知県
3位	深澤 美恵	ふかざわ みえ	千葉県
3位	三田小百合	みた さゆり	名古屋市

脳原性麻痺者の部（立位） 男子			
優勝	鈴木 努	すずき つとむ	静岡県
準優勝	高橋 直人	たかはし なおと	愛知県
3位	嶋崎 献	しまざき ささぐ	名古屋市
3位	加藤 隆義	かとう たかよし	浜松市

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	宮地 優江	みやち まさえ	愛知県

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	和田 颯斗	わだ はやと	三重県
3位	地白 光佑	ちしろ こうすけ	三重県
3位	大石 直輝	おおいし なおき	名古屋市

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	朝倉 華音	あさくら かのん	愛知県
3位	北林由香里	きたばやし ゆかり	名古屋市

精神障害者の部 男子			
優勝	久野 博人	くの ひろと	名古屋市
準優勝	長野 悠哉	ながの ゆうや	名古屋市
3位	渡邊 裕紀	わたなべ ゆうき	神奈川県
3位	田川 健治	たがわ けんじ	愛知県

精神障害者の部 女子			
優勝	葛西さやか	かさい さやか	愛知県
準優勝	松田 沙知	まつだ さち	名古屋市
3位	尾関 仁美	おぜき ひとみ	名古屋市

難病患者の部 男子			
優勝	内海 徹	うちみ とおる	神奈川県
準優勝	根岸 涉	ねぎし わたる	さいたま市
3位	野間 昇	のま のぼる	名古屋市

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	石原 法子	いしはら のりこ	名古屋市
3位	山田とめ子	やまだ とめこ	愛知県
3位	宮崎由香里	みやざき ゆかり	名古屋市

## 第21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6年6月9日（日）

会場：猪高緑地アーチェリー場

参加者：5名

例年この時期は雨予報が多く、今年は数年ぶりに曇り空のもと、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5名の競技者が放つ矢は、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	ほりえ 堀江 たかひろ 隆浩	326点
オープン			
コンパウンド 30mW	座位	やまだ 山田 しげお 茂雄	656点
	座位	すみ 驚見 のぼる 昇	185点（途中棄権）
コンパウンド 50m・30m	座位	まつおか 松岡ひとみ	623点
	立位	かわさき 川崎 しんいち 信一	635点



## 体力測定



令和6年6月15日（土）13:30～15:30でセンター体育室にて実施しました。

測定種目は以前行っていたファンクショナルリーチを復活し、身長・体重を含めた11種目を実施しました。

今回の参加人数は36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9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。

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15日（日）に測定を予定しております。

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



### マスキングテープを使用したちぎり絵を作成する

令和6年6月28日(金) 10:30～14:30 (2階会議室)

「マスキングテープを使用したちぎり絵を作成する」健康づくり講座を開催しました。

マスキングテープには様々な種類があり、キラキラ感満載で、貼った後も取り外しができるといった利点があります。脳トレーニングでテープをちぎることに集中したり、配色や構図を考えながらの作業を健康づくり講座でとりいれてはどうかと思い、開催する運びとなりました。

作品づくりがとても細やかな作業であるため、疲労感も出るかと思いましたが、研ぎ澄まされた空間の中で、五感を最大限に発揮し、参加者の皆さまが思い思いに、作成時間に没頭していただきました。

今までの健康づくり講座は午後から開催していましたが、今回初めて午前から午後の通しの時間で開催し、当日は総勢22名のたくさんの方々に参加いただきました。ちぎり絵作成中はどうの方も、とてつもない集中力が印象的で、黙々とマスキングテープをちぎり、完成されていました。38種類の絵柄台紙と、50種類以上のマスキングテープを用意しました。このようなたくさんのマスキングテープに初めて携わり、参加者の方が自由に思い思いに台紙とマスキングテープを選ばれ、個性豊かなちぎり絵を作成し、楽しみながら参加いただきました。

活動時間内は、黙々と作業をされていましたが、作品完成後は、「次回もマスキングテープでちぎり絵を開催してほしい」と多数要望がありました。次回も開催に向けて検討したいと考えています。

集中した作業の中では静かな無音の空間もよいですが、途中でヒーリング音楽をかけてみました。空間づくりは大切で音楽の活用も検討し、今後もジャンルを問わず、利用者の皆様の声を反映し、笑顔で楽しんでいただける色々な健康づくり講座を開催していきたいと思いました。



## 第3回スポセン・ボッチャ大会

令和6年7月14日（日）にセンターにて、「第3回スポセン・ボッチャ大会」を開催しました。当日は、15チーム30名の参加と名古屋市障害者スポーツセンターボッチャ登録審判員23名に協力していただきました。

大会は3チーム総当たり戦の予選リーグ。その結果の順位をもとに各リーグに分かれて決勝リーグを行いました。前半の予選リーグは、選手と審判員でルールを確認しながらアットホームな雰囲気では進みました。後半の決勝リーグは、持ち時間を有効活用し、チームの仲間と作戦を話し合う場面が見られました。また、試合中に良いショットが出たときには、観客やほかのチームからも拍手が起こり、白熱した試合を多く見ることができました。

当日で協力いただきました皆様ありがとうございました。

来年度も開催予定です。たくさんの申し込みお待ちしております。

大会結果は、以下の通りです。

ランク	A ランクトーナメント	B ランクトーナメント	C ランクトーナメント
優勝	Y・K	T'Bictory「2」	西村瀬
準優勝	あやちゃんズ	ともゆっちゃん	VICTORY'24
3位	チーム NINETY	ミラクル	西伊藤



## 第21回名古屋市障害者スポーツ大会（水泳の部）

令和6年8月18日（日）センター室内プールにて「第21回名古屋市障害者スポーツ大会（水泳の部）」を開催しました。当日は身体障害者・知的障害者合わせて83名の選手が参加されました。種目は、自由形、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライの4泳法を実施し、参加者は様々な形で競技を楽しみ、白熱したレースが多く、壮大な盛り上がりとなる大会でした。

この大会は来年度、滋賀県で開催される全国障害者スポーツ大会の選考会も兼ねており、全国大会の出場を目指す選手はもちろん、水泳を始めたばかりの選手もタイムに関係なく一生懸命泳ぐ姿を披露してくれました。



## サウンドテーブルテニス（STT）審判員養成講習会・ステップアップ講習会

令和6年8月24日（土）にセンター体育室にてSTT審判員養成講習会・ステップアップ講習会を実施しました。STTとはサウンドテーブルテニスといい、視覚障害者が行う卓球です。一般的な卓球とは違い、4個の金属球の入ったボールの音を頼りにネットの下を転がして行う競技です。

センターではSTT審判員養成講習会を開催し、健常者へSTTの周知と普及、また、審判員のルールの統一を図ることを目的に開催しました。

17名の参加があり、STTを初めて見る方や日ごろからSTTに関わりのある方、自分の審判技術をあげたい方などさまざまな方が参加しました。

午前中にSTT審判員養成講習会を行い、基本的な審判業務、ルールを学びました。午後からはステップアップ講習会を開催しました。初心者と経験者に分かれ、審判業務の流れについて確認をしました。参加者同士で判定について話し合う姿が多く見られ審判員の方々の高い向上心を感じました。午後からは実際に選手に協力をいただき、選手とともに審判技術の向上を目指しました。

## 新人職員紹介



廣田 圭彦（ひろた よしひこ）

7月から名古屋市障害者スポーツセンターにて働かせていただくこととなりました。廣田圭彦（ひろたよしひこ）です。バドミントンを専門にやってきておりましたが、球技を中心にその他スポーツも大好きです。まだわからないことだらけで迷惑をおかけする点もあるとは思いますが、1日でも早くみなさまのお力になれるように日々頑張っております。よろしくお願いいたします。

## こころの健康日誌 第22回

突然ですが、みなさんは不安や緊張からお腹が痛くなったり、旅行先等で便秘になったりした経験がありますか？

これは脳の状態が腸に影響を及ぼしているためにそうなります。

しかし、近年の研究で脳から腸への影響だけではなく、腸の状態のさまざまな変化が逆に脳に伝わって、気分や感情という心の状態にも影響を及ぼすことがわかってきました。

これを「脳腸相関（のうちょうそうかん）」といいます。

腸には腸管神経系という独自の神経ネットワークがあり、そこから脳へさまざまな情報を伝達していることがわかっています。そのなかに「トリプトファン」という幸せホルモンといわれている「セロトニン」の生成に必要な物質があり、腸から脳内へ送られているそうです。その他にも乳酸菌といった微生物の存在もストレス緩和に関係している等、様々な研究がすすめられています。

腸を整えることで、ストレス緩和や同時に体の調子を改善できる可能性があるということです。ストレス社会と言われている今、この「脳腸相関」は注目すべきテーマですね（^^）

次回は腸を整える「腸活」に関してお届けしたいと思います！

参考 ヤクルト中央研究所 健康用語の基礎知識



# 令和6年 10月～令和7年 3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	10月	11月	12月	1月	2月	3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	21	18	9	27	17	-
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	22	26	24	28	-	-
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	1	19	3	7	4 オンライン	4
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	-	12	-	-	-	11
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	10	14	12	23	27	13
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	3	7	5	-	-	6
金 ピラティス・ストレッチ 13:30~14:45	会議室	障害者 難病患者	中学生以上	18	15	20	17	-	-
卓球 13:30~15:30	体育室	障害者 難病患者	中学生以上	11	8・22	13	10	14	14
健康体操 13:30~15:30	卓球室	障害者 難病患者	中学生以上	11	8・22	13	10	14	14
アーチェリー※ <sup>1</sup> 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	11	-	13	10・24	14	-
バスケットボール※ <sup>2</sup> 18:30~19:30	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	25	22	27	24	28	-
車いすテニス 17:15~20:00	体育室	肢体不自由者	小学生以上	18	15	20	17	-	-
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	4	1	6	-	7	7
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	12	9	14	-	-	8
泳法別ワンポイント①※ <sup>3</sup> 9:45~10:45	プール	知的障害者 自閉症の方	小学生以上	5・19	2・16	7・21	-	1・15	1・15
泳法別ワンポイント②※ <sup>3</sup> 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	5・19	2・16	7・21	-	1・15	1・15
ジュニア運動 10:00~11:30	体育室	肢体不自由者	小・中学生	19	16	21	18	15	15
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	22	-
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	21	-	-	1 体育室
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	-	2	7	4	1	15
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	-	2	7	4	1	15
ポッチャ 13:30~15:30	体育室	障害者 難病患者	小学生以上	12	9	14	11	8	-
カローリング 13:30~15:30	体育室	障害者 難病患者	小学生以上	-	-	-	25	22	8
ビームライフル※ <sup>1</sup> 13:30~15:00	会議室	障害者 難病患者	中学生以上	19	16	21	18	-	-
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	1	12・19	3・16	-	-	4
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	4・10・ 12・17・27	7・15・ 18	12・19・ 22	9・20・ 23・31	3・7・ 20・23	10・17

\*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。

※<sup>1</sup> 視覚障害者は対象ではありません。

※<sup>2</sup> 障害者手帳を受付に提示してください。

※<sup>3</sup> 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いたします。



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 <https://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
10月	3日(木)	3日(木)
11月	7日(木)	7日(木)
12月	5日(木)	5日(木)
時間	14:00~16:00	13:30~15:30
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

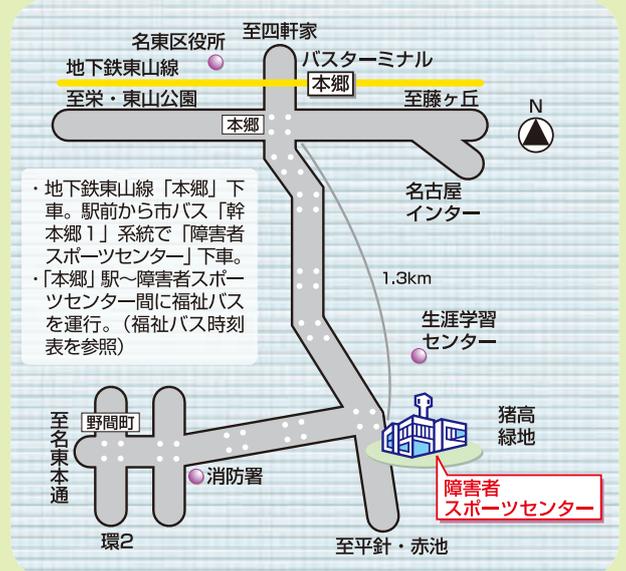
※都合により中止する場合があります。

## こころの健康相談

	第1土曜日	第2月曜日	第3木曜日	第4土曜日
10月	5日	14日	17日	26日
11月	2日	11日	21日	30日 (第5土曜日)
12月	7日	9日	19日	28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。



### ●福祉バス(サンサン号)時刻表●

センター発	10:20	16:20	本郷駅発	9:20	15:40
	12:20	17:20		10:40	16:40
	13:20	18:20		12:40	17:40
	14:20	19:20		13:40	18:40
	15:20	20:30		14:40	19:40

■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6年9月~令和6年12月利用カレンダー

	9月	10月	11月	12月
休館日	4日(水)	2日(水)	5日(火)	4日(水)
	11日(水)	9日(水)	6日(水)	11日(水)
	17日(火)	15日(火)	13日(水)	18日(水)
	18日(水)	16日(水)	20日(水)	25日(水)
	24日(火)	23日(水)	25日(月)	29日(日)
	25日(水)	30日(水)	27日(水)	30日(月)
				31日(火)

※大会・プール清掃等のため利用制限があります。

9月9日(月)・9月10日(火)・10月12日(土)・10月13日(日)・11月16日(土)・11月17日(日)・  
12月9日(月)・12月10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1日(日)