

／ さあ、次は”**キミ**”の番だ！ ／

SAGAパラスポ 情報ブック

ホームページ



Instagram



Facebook



Youtube



すべての人に、
スポーツのチカラを。

SAGA PARA SPORTS

やってみよう！パラスポーツ

〔お問い合わせ先〕

佐賀県スポーツムーブメントチーム

(SAGAアスリート育成強化推進本部)

TEL0952-25-7334



佐賀県(SAGAアスリート育成強化推進本部)

佐賀県のパラスポーツに関する 情報がギュギュッと詰まった

SAGA パラスポ情報ブック

パラスポーツとひとことでいってもその種類やルールはさまざま。

全国障害者スポーツ大会にしかない競技や世界中で競技されるパラリンピックの競技など、種類はいろいろありますが、ここでは、佐賀県内で取り組まれている競技を中心に紹介します。

いろんな工夫やアイデアで、自分にあったスポーツに夢中になる選手たち。

そしてそれをいつもそばで、笑顔で支えてくださるスタッフのみなさま。

会場で、街中で、がんばる選手たちに優しく声をかけてくださる方々。

このパラスポーツの輪が、もっともっと広がっていきますように。

さあ、次は”キミ”の番だ！

それは、パラスポーツを”する”人、”みる”人、”支える”人、すべての方に伝えたいことです。

この「SAGAパラスポ情報ブック」が、明日の誰かの背中を押すことができ一冊になれば嬉しいです。

もくじ

P2 SSP構想について

P3～4 佐賀県のパラスポーツイベント

P5～17 競技紹介

P5 【陸上競技】

P6 【水泳】

P7 【フライングディスク】

P8 【アーチェリー】【ボウリング】

P9 【卓球】

P10 【ポッチャ】

P11 【サッカー】【ソフトボール】

P12 【ブラインドベースボール】

P13 【フットソフトボール】

P14 【車いすバスケットボール】

P15 【バスケットボール】

P16 【バレーボール】

P17 【ゴールボール】

P18～20 Story of Challengeパラアスリートたちの挑戦

— すべてのアスリートにリスペクトを —

P21～22 佐賀県内で活動するパラスポーツクラブ・チーム紹介

スポ×イズム

このマークがある競技は
SAGA2024広報番組「スポ×イズム」で紹介されました。
こちらからぜひ、動画をご覧ください。



SSP / SAGAスポーツピラミッド構想



アスリートの人生にコミットした佐賀だからこそできる

“唯一無二”のプロジェクト

SSP 構想とは…

世界に挑戦する佐賀ゆかりのトップアスリートの育成を通じてスポーツ文化（する、観る、支える、育てる、稼ぐ）の裾野を拡大し、さらなるトップアスリートの育成につながる好循環を確立することで、スポーツのチカラを活かした人づくり、地域づくりを進める佐賀県独自のプロジェクト。



「する・観る・支える・育てる・稼ぐ」スポーツ文化の裾野拡大



SSP構想について
詳しくはこちらから

SSPホームページ ⇒



SSP紹介動画 ⇒



パラスポーツ大会～競技記録会～

- 大会趣旨** 障がいのある人が、日頃の練習成果を発揮する場として開催する県内で最も競技性の高い大会です。全国障害者スポーツ大会競技規則に準じて実施します。
- 開催時期** 4～5月
- 開催競技** 全国障害者スポーツ大会正式競技（個人競技）7競技
- 対象者** 開催年の4月1日時点で13歳以上の障がいのある人（身体障がい・知的障がい・精神障がい）。県内在住または県内の施設・学校等を利用する人で、障害者手帳所持者またはこれに準ずる人。



パラスポーツ大会～みんなの大会～

- 大会趣旨** 障がいのあるなしに関わらず一緒にパラスポーツにチャレンジすることで、パラスポーツの“楽しさ”やパラアスリートの“すごさ”を体験することができます。
- 開催時期** 10月を中心に開催
- 開催競技** 陸上競技、水泳、フットソフトボール、車いすバスケットボール、ゴールボール 等
- ※開催年度によって種目を変更することがあります。
※陸上競技・水泳は障がいのある人のみ参加可。（県民スポーツ大会と同時開催）
- 対象者** 【陸上競技・水泳以外の対象者】県内在住または県内の学校・施設等に通学、通所、入所している小学1年生以上の人（車いすバスケットボールは小学5年生以上）。
【陸上競技・水泳のみ】県内在住または県内の学校・施設等に通学、通所、入所している小学1年生以上かつ障がいのある人（身体障がい・知的障がい・精神障がい）。
※障害者手帳所持者またはこれに準ずる人。



SAGAパラスポ（佐賀県独自のパラスポーツの全国大会）

- 大会趣旨** SAGA2024全障スポの開催によって盛り上がったパラスポーツ推進の機運を未来につなげるため、障がいのある人のスポーツ活動の目標となり、モチベーション維持に繋がる佐賀県独自のパラスポーツの全国大会として2025年から開催しています。
- 開催競技** ボッチャ、フライングディスク、車いすバスケットボール、バレーボール（知的障がいの部・聴覚障がいの部）、ソフトボール、ゴールボール
- 対象者** 【大会を通しての対象者】開催年4月1日時点で13歳以上（フライングディスクは12歳以上）の障がいのある人（競技ごとに対象区分あり）
※障害者手帳所持者またはこれに準ずる人。

SAGAパラスポは「する・みる・支える」を大切にしたい大会です。

- 「する」** 全国各地から多くの選手・チームが集い、挑戦する舞台を整えます。
- 「みる」** 会場やライブ配信で、パラスポーツを「みる」楽しさを届けます。
- 「支える」** 競技団体やパラスポーツ指導員、サガンティア（ボランティア）など、たくさんの支える人材とともに大会を運営します。



パラスポーツ教室

障がいのある人が気軽にスポーツに親しむことができる教室です。「何かスポーツをやってみたいな」という気持ちを実現できるよう、20種目以上のメニューがあります。まずは挑戦！体を動かしてみることから始めてみませんか？

- 障がいのない人も参加できる教室があります。（障がいのある人の参加を優先します。）
- 申込期限は、各教室開催日の1週間前まで
- 教室の最新情報は

「佐賀県パラスポーツ協会HP」から御確認ください。➡



出張パラスポーツ教室開催！

- 県内各地で開催するパラスポーツ教室のほか、特別支援学校や障がい福祉施設等に公認パラスポーツ指導員が出向き、希望に応じたメニューで実施します。
- 申込期限は、開催希望日の30日前まで
 - 申し込みは「佐賀県パラスポーツ協会HP」から

パラスポーツの活動拠点「SAGAパラスポーツセンター」

SAGAパラスポーツセンターは、障がいのある人が日々集い、スポーツに親しむことができるように整備した、いわゆる「パラスポーツの活動拠点」で、日頃のスポーツ活動や、各種パラスポーツの大会や練習会場、パラスポーツ教室などに広く活用されています。

また、SAGAパラスポーツセンター内には、（一社）佐賀県パラスポーツ協会があり、障がいのある人のスポーツ活動に関する指導やサポートをされています。「何かスポーツを始めたいな。」「自分に合う競技って何だろう。」そんな相談があれば、ぜひ尋ねてみてください。

場所：〒840-0851 佐賀県佐賀市天祐1丁目8-5

- SAGAパラスポーツセンター利用に関する問い合わせ先／TEL 0952-24-3830
- パラスポーツに関する問い合わせ先／（一社）佐賀県パラスポーツ協会 TEL 0952-24-3809
パラスポーツコーディネーター TEL 080-2882-5540

障がいのある人が利用しやすい工夫をしています！



シャワー室を完備したバリアフリートイレ



ユニバーサルデザインでの表示や点字ブロック



車いすでも利用しやすい更衣室

陸上競技

身体 知的



競走種目、跳躍種目、投てき種目があります。

競走種目

50m、100m、200m、400m、800m、1500m、スラローム、4×100mリレー

跳躍種目

走高跳、立幅跳、走幅跳

投てき種目

砲丸投、ソフトボール投、
ビーンバッグ投、ジャベリックスロー

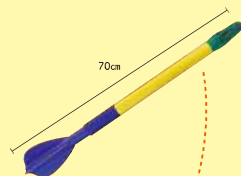


PICK UP

全国障害者スポーツ大会ならではの種目

ジャベリックスロー

長さ約70cm、重さ300gの「ターボジャブ」を投げてその距離を競う競技です。



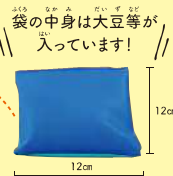
やり投げの練習としても
使用されるターボジャブ



ビーンバッグ投げ

車いすの選手が参加する種目です。

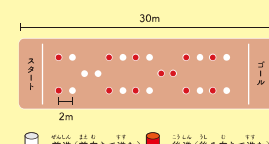
重さ150g、12cm四方の袋を投げて、その距離を競う競技です。足に乗せてけり出すなど、投げ方は自由。



スラローム

車いすの選手が参加する種目です。

赤と白の旗門が置かれたコースを車いすを操って前進、後進しながら通過し、そのタイムを競う競技です。



コースは30m！旗門の間隔は2m！
旗門を倒すと1本につき
5秒のタイムが加算されます！



杉沢コーチに聞いてみた！

陸上競技は様々な障がい区分に分かれての競技となるため、選手たちが抱えている障がいも様々です。選手の体調管理を一番に心がけていて、レベルに合わせた練習や個々の特性に合わせた声かけを意識して指導しています。一体感のある応援は選手たちの力になると思います。音を頼りにする競技もありますので、熱い気持ちと視線で応援してもらえたら嬉しいです。

杉沢知彦コーチ



水泳

身体 知的



◆自由形◆背泳ぎ◆平泳ぎ◆バタフライの各種目があり、それぞれ25mと50mの種目が行われます。その他4×50mのリレー種目もあります。

練習風景紹介



泳いで、泳いで、ひたすら泳ぐ！
日々の練習の積み重ねが力になります。

Take your marks



スタートの
合図から
いかにタイムロス
なく飛び出せるかも
レースの鍵を握ります。



コーチの的確な
アドバイスを受けて、
さらに高みを目指します！

PICK UP

安全に泳ぐための様々な工夫

水中からのスタートOK

「飛び込みスタート」または
「水中スタート」が選択できます。



浮具の使用OK

身体に障がいがあり、一人で浮くことができない選手は、
浮具を使用して泳ぐことができます。

タッピング

「タッピング棒」で
選手の体に触れ、
壁の位置を伝える
ことで、視覚障がい
選手が壁にぶつかって
ケガをすることを防ぎます。



先端に柔らかい素材を
付けた「タッピング棒」

パラ水泳のここに注目！

限られた運動機能を最大限に使うそれぞれに合った

『オリジナリティの高い泳ぎ』に注目して、応援していただければと思います。

津上和也選手



フライングディスク 身体 知的

選手は2種目に出場することができます。障がい区分に関係なく競技します。

＼投球の正確さを競う／ アキュラシー

(ディスト・ファイブ、ディスト・セブン)

5mまたは7m離れた円形の的に向かって10回投げ、的を通過した回数を競います。



＼投げた距離を競う／ ディスタンス

ディスクを投げ、飛距離を競います。風によって60m以上飛ぶことも！



競技を深堀り

応援のときは??

フライングディスクは観客のみなさんの声を届けるチャンスが多くあります！

審判の『一投目!』の声かけのあとにみなさんも一投目!



選手が
ナイススロー
のときは

なんで色が違うの? [ディスタンス]

本番の前のテストスローでは黄色のディスク
本番は白のディスク
3投連続で投げるよ



選手の特性に合わせて競技します!

視覚障がいのある選手は、、、スローイングアシストラインと音源で方向を確認



同じように競える工夫がなされています

フライングディスクのここに注目!

フライングディスクの合言葉は【楽しくなければフライングディスクではない!】。

選手入場～ディスク渡しの姿勢～声かけ～花束贈呈～表彰～

万歳三唱まで、『選手ファースト』で行われる競技風景に注目してください。

佐賀県障害者フライングディスク協会 香月文男さん



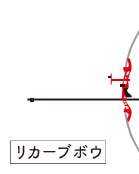
アーチェリー 身体

弓の種類により部門が異なり、「リカーブ部門」と「コンパウンド部門」があります。

それぞれ、50mと30m先の標的を1ラウンドずつ射て得点を競う「50m・30mラウンド」と、30m先の標的を2ラウンド射て得点を競う「30mダブルラウンド」が行われています。

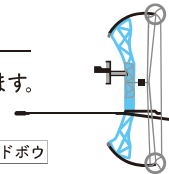
リカーブ部門

- オリンピックでも使われる弓を使います。
- 弓を引くのに力が要ります。



コンパウンド部門

- 上下に滑車がついた弓を使います。
- 弓を引くのにリカーブボウほど力が要りません。



アーチェリーのここに注目!

的の中心に当たった時の爽快感が魅力

プレイでは、矢をつがえて射るまでの一連の流れを観てほしいです。

コンパウンド部門 長友裕紀選手



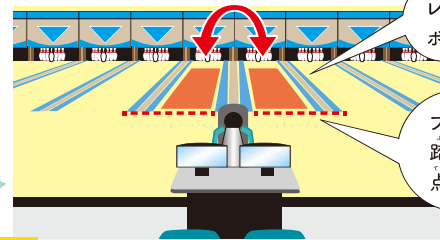
ボウリング 知的

個人戦は、男女別、年齢区分別で行われ、4ゲームの合計スコアで順位を競います。

競技方法はデュアルレーン(アメリカン)方式です。

デュアルレーン(アメリカン)方式とは?

2つのレーンを1フレームごとに交互に投球する方式です。



レーンの両脇の溝にボールが落ちると0点です。

ファウルラインを越えたり、踏んだりするとピンを何本倒しても点数になりません。

選手を“支える”ということ...

障がいがあるからといって、“特別に何かしてあげないといけない”ということではなく、一人ひとり障がいの程度や得意不得意なことが異なるので、その方にあった声かけや支援をすることが大切です。選手が実力を最大限発揮できるようにサポートしていきたいです。

ボウリング介助スタッフ 菱岡勇雅さん



卓球 身体 知的 精神



一般の卓球と視覚障がい選手が出場するサウンドテーブルテニス（STT）の2種類があります。

卓球 身体 知的 精神

一般的なルールに準じて行われますが、車いす使用者のサービス時など、障がいに応じた特殊ルールもあります。



サウンドテーブルテニス（STT） 視覚

サウンドテーブルテニス（STT）は、視覚障がい者のために考えられた卓球です。アイマスクまたはアイシェードを装着し、ボールの音を頼りにプレーします。



ボールの転がる音を頼りにプレーするので会場は静寂の中、緊張感が漂います。

ボッチャ 身体



重度の脳性まひ者や四肢まひ者のために考えられたスポーツです。ジャックボールと呼ばれる白い目標球に、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールをいかに近づけるかを競います。シンプルながら、技術・戦略は奥深い競技です。全障スポでは、「立位」と「座位」の選手二人一組のペア戦で、男女の区別なく構成されます。

いろいろな投げ方でOK！

ボールは、上から投げても、下から投げても、足で蹴ってもOK！投げるのが難しい選手は、投球補助具（ランプ）を使って、投球することができます。また、ボールの投球や車いすの操作が難しい選手には、スポーツアシスタントのサポートを受けることができます。



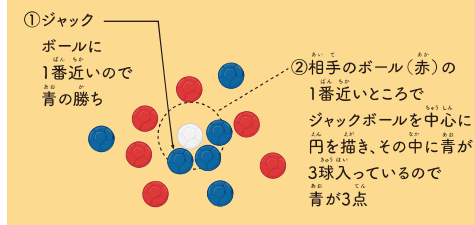
投球補助具（ランプ）

ボールを投げるができない選手が使用します。高さや向きの修正は選手の指示によりランプオペレーターが行います。高さを調節して、ボールのスピードを速くするなど、バリエーションのある投球ができます。



試合の流れ

- ①一人3球ずつ（ペアで6球）のボール（赤か青）を投げ合い得点を計算します。（先攻の選手がジャックボール（白い目標球）を投げます。）
- ②ジャックボールを投じた選手がそのままボールの第1球を投げます。
- ③次に、相手チームの選手が投げ、それ以降はジャックボールに対してより遠い位置に配置されたボールを投じたチームの選手が投げます。
- ④相手ボールよりジャックボールの近くにあるボールの数が点数になります。



すべての感覚を研ぎすませて…

私は、選手とともに競技する「ランプオペレーター」として姉と一緒に大会に出場しています。姉は自分ではボールを投げるができないので、ランプを使って投球しています。私は姉が指示する通りにランプの長さや向きを調整する役割です。ランプオペレーターは一切コートを振り返ることができないので、全身の感覚を研ぎすませて試合の状況を判断します。姉の表情を見逃さず、観客の反応もその貴重な材料にしています。ボッチャの醍醐味は、最後の一投まで勝敗が分からないところ、一球で逆転もできることです。皆さんの声援が力になるので、しっかり声を出して応援をしてほしいです。ランプオペレーター 陣内英子さん



競技を深堀り サウンドテーブルテニス

卓球台

エンドラインとサイドライン後半部にはフレームがあります。エンドラインのフレームにボールが触れる前に打たなくてはなりません。継ぎ目のない、専用の台を使用します。

アイマスクまたはアイシェードを着けてプレー

視力による有利不利をなくすためにアイマスクまたはアイシェードを着けてプレーします。選手は、台の中央にある突起物で自分の位置を確認し、ネットの下を通してボールを転がしプレーします。



ラケット&ボール

ラバーが貼られていないラケットで、金属の球が入った専用のボールを打ちます。

ネット

台とネットの間は4.2cmあいており、球を転がして打ちあいます。

のんちゃんの卓球にかける想い

応援よろしくお願いします

私にとって卓球は『人生の一部』です。指導してもらっているコーチに憧れて「自分もコーチみたいに上手に教えられる人になりたい」と思ったのがきっかけで、パラスポーツ指導員資格も取得しました。将来的には、指導者として今まで学んできたことを次世代につないでいければと思っています。

一般卓球 藤木希望選手



サッカー

知的

■男女混合 ■11人制



フィールドの広さ、ゴール、ボールなどは一般のサッカーと同じです。試合時間は前後半各30分。決勝戦及び3位決定戦は前後半各35分。※交流戦は前後半各20分

一緒にプレイする仲間たち

佐賀県チームは、サッカーをすることが純粋に好きな選手、上手になりたいという選手が多いという印象を持っています。リーグ戦で対戦し、障がいの有無にかかわらずサッカーを通じて交流できることは素晴らしいことだと感じています。対戦するときはお互い真剣勝負です。一切手は抜きません。対戦するごとに強くなったと実感しており、何よりチームメイトに対して前向きな声かけをしている姿にとても成長を感じます。やるからにはより高い所を目標に戦ってほしいし、その姿は今後のサッカーの普及にもつながると思います。

サッカー関係者 鹿江康弘さん



スポーツアズム

ソフトボール

知的

■男女混合 ■9人制



一般のソフトボールとルールは同じですが、振り逃げ、スクイズ、パスボール、盗塁は適用されません。塁間距離と投球距離は女子の規格と同じです。試合は5回制で、試合開始後80分を経過した後は新しい回には入りません。3回終了以降、10点以上の得点差が生じたら、コールドゲームとなります。

活躍する女子選手！

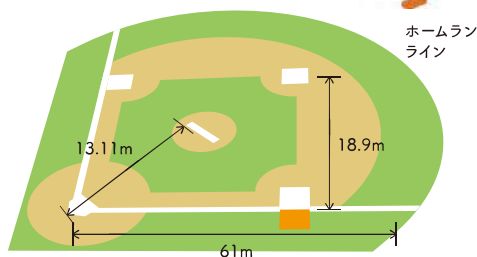
ソフトボールは男女混合なので、男性に力負けしないように、日々、筋トレや体幹トレーニングに励んでいます。練習を通して、体力面だけでなく精神面も鍛えられているように感じます。

背番号5 宮本 麗選手



プレーの中でも、特にピッチャーとして投げるのが好きです。試合に出場できることがとても嬉しいので、家でも投げ込みの練習などを頑張っています。

背番号18 副島 彩選手



ブラインドベースボール

視覚

■男女混合 ■10人制



視覚障がい者のために考えられた競技です。

ボールの転がる音や、キャッチャーやコーチャーの手をたたく音を頼りに試合が行われます。正式な試合は7回ですが、大会の制限時間を設定する場合があります。

ブラインド
ベースボール
専用ボール
(直径約19cm)



選手同士がぶつかってケガをしないよう、走塁ベースと守備ベースの2つに分かれていて、走者はコーチャーの手を叩く音と声を頼りに走ります。

守備で全盲の選手がキャッチするとアウトになります。全盲の選手は4人以上出場しなければなりません。

ホームラン
ライン45m



ブラインドベースボールのここに注目！

全盲選手(アイシェードで完全に光を遮断)と弱視選手が、ボールの転がる音や周囲の気配等に反応してプレーするところが見どころです。応援は選手のモチベーションの向上になります。ルール上の静寂が解けた時には、選手に励ましや賞賛の声をたくさんかけてもらって嬉しいです。団体競技のため、集団の中で競技力向上や仲間や相手を思いやる心、マナーを遵守する態度を育成していくことも期待できます。佐賀県ブラインドベースボール協会 金丸哲也さん



フットソフトボール

知的

■男女混合 ■9人制



投手は股下からボールを転がし、打者はボールを蹴って出塁します。試合は、7回または試合開始後60分を経過した後は新しい回には入りません。3回終了以降、20点以上の差が生じたときはコールドゲームになります。

練習風景紹介



チームメイトと協力したり、応援し合ったりできるのもフットソフトボールの魅力

サッカーボール（ゴム製4号球）を使用！



キックの練習。
狙いを定めて、思いっきり蹴る！



力を合わせて頑張ります!!



守備練習のようす。
ボールを体の前でしっかりキャッチし、すぐに投球！

競技を深堀り

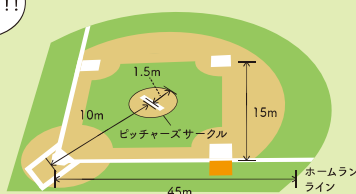
- 盗塁や死球はありません。
- 停止球ルール

ボールインプレイであっても投手が野手からの返球をピッチャーズサークル内で保持した時点で試合が停止し、塁間にいた走者は元の塁に戻ります。

- ツーストライク後にファールボールを3回蹴ったとき、キッカーはアウトになります。



タイム!!



これがそらの部活です

スポーツをすることで自信がつき、いろいろなことに積極的になりました。碧にとってフットソフトボールは「やりがいと自信の源」になっているようです。特性があるため、何かはじめるには周りの理解が必要なので、このような機会に恵まれたことに、とても感謝しています。スポーツに取り組めただけでなく、たくさんの仲間たちに出会えたことなど、とても良い経験をさせていただいています。

保護者 本村碧選手のお母さん



車いすバスケットボール

身体

■男女混合 ■5人制



競技用の車いすを使って行うバスケットボール。

コート広さ、リングの高さ、使用するボールは一般のバスケットボールと同じです。

「ダブルドリブル」なし。選手がボールをもって車いすを連続3回以上手で「漕ぐ」と「トラベリング」（反則）をとられます。試合は10分クォーターを4回行います。※交流戦は10分クォーターを2回。

競技用車いすの特徴

- ターンのしやすさにタイヤ（ピンク色の部分）がハの字になっている
- 車体の強度を上げたり、足の保護をするためにバンパー（青色の部分）がある
- ブレーキがない



バスケット用 車いす

通常の車いす

各選手には持ち点があります！

最小1.0点



特徴
自身で身体を支えることが困難な選手が多いため
・座面が低い
・背もたれが長い

障がいの程度が重い（ローポインター）



田中裕康選手



岸田星那選手



江口洋人選手



栗山来晟選手

- 障がいの程度に応じて選手一人ずつに1.0～4.5点の持ち点が決められています。
- コート内の1チーム5名の選手の合計点が14点以内になるように編成されます。

最大4.5点



特徴
動きを最大限に生かすため
・座面が高い
・背もたれが短い

車いすバスケットボールのここに注目！

車いす同士がぶつかり合う『迫力』と、巧みな『チェアワーク』や『スピード』に圧倒されるはず。それだけではなく、持ち点制度を存分に生かした緻密な攻防にも注目してみてください。ハイポインターとローポインターのそれぞれの技術がマッチするタイミングは「一瞬」。お互いをカバーしながらプレイする姿を見ると、車いすバスケットボールが持つスポーツの力を感じることができると思います。車いすバスケットボールを実際に見たり、体験してみたりして「障がいがあるのにすごい」ではなく、「競技としてめちゃくちゃ面白いスポーツ!」と捉えていただけると嬉しいです。

一般社団法人佐賀県パラスポーツ協会 岩崎指導員



バスケットボール

知的

■ 男女別 ■ 5人制

コート（ひら）の広さ、リング（たか）の高さ、使用するボール（いっ）など、一般（おな）のバスケットボールと同じルールです。
試合（しあ）は10分（ふん）クォーターを4回（かい）行（い）います。※交流戦（こうこうせん）は10分（ふん）クォーターを2回（かい）



シュートの練習



ボールコントロールができるように、基本的な動きも繰り返し練習します。



練習風景紹介



選手を深堀り

吉村 俊希さん
[バスケットボール]

バスケットはやっていったんだけ？

バスケットは全くの初心者、高等部1年生のときに、昼休みなどよくバスケットをやっていた。その頃、担当の先生と一緒にやっていたが、その先生がバスケット教室の指導者もしていて、「体験教室あるから行ってみたい」と誘われて興味があったから行ってみたいことがきっかけ。

俊希さんにとって、バスケットボールとは？

自分を愛えてくれた存在

バスケットボールを始めて変わったこと（成長できたと思うところ）は？

選手（せんしゅ）のみんなと関わるようになり、コミュニケーションが取れるようになった。バスケットをしていなかったら、スポーツしてなかったと思う。他県のチームの人とも交流することもなかった。佐賀ブルーネーズの試合も今シーズンすごく観に行くようになった。そこで、プロの選手がやっている動き・プレーを自分もできるかなと真似してみようと思ったりしている。

チームはどんなチーム？

みんなが僕（おれ）のことを気にかけてくれて、すごく話しかけてきてくれる。そういう意味で、コミュニケーションがとれるチーム。熱心になれば、一致団結してすごいプレーができるチームで、ON（試合/バスケット）とOFF（練習前後や遠征移動時）の切り替えができるチーム。

コーチ陣はどんな存在？

「信頼できる存在、自信をくれる存在。」前より、教えてもらうことが増えた。教えてもらうことが増えて、やってみたら少しずつできるようになって、そしたら自信がついてきた。そういうことを感じさせてくれる存在。

コーチ陣にそう感じるようになったきっかけとか、エピソードある？

今までは「大人＝怒られる存在」だった。中学の時に先生に言われた言葉で忘れられない言葉がある。その当時は、勉強もスポーツも何もやっていなくて、先生から「そんなじゃ、大人になったら何もできなくなるよ」と言われた。それが、すごく嫌な思い出でつらかった。そこから、先生への信頼がなくなり、「先生＝大人」だから、余計に苦手になった。そんな嫌な思い出があるから、今のコーチ陣はその思いを払拭してくれるとても信頼できる存在。

そっか〜、そんなことも感じながらバスケットをやっているんだね。

バスケットを始めたときから本当に成長したね。

バスケットを始めたころの15歳の俊希さんに、今の21歳（当時）の俊希さんから何か言葉をかけてあげると、なんて言葉がけする？

「がんばってたら、チャレンジしてたら、できること増えるよ」って言ってあげたいです。

試合の時、どんなプレーを観てほしい？

チームのプレーでは、バスを回して連携しているプレーを観てほしい。自分のプレーでは、ディフェンスは、ゴール下に簡単にポジショニングされないように、相手を押さえているところ。オフェンスはリング下のシュートを観てほしい。あと、男子も女子も一人ひとり、それぞれが頑張っている姿を観てほしい。

試合の時、応援の声は届いているかな？どんな応援があったら嬉しい？

ちゃんと届いています。声も出してもらえると嬉しい。「ナイスプレー」とか、「行けー」、「佐賀頑張れー」って言うてもらえると嬉しい。

バレーボール

聴覚

知的

精神



ネットの高さが違う

聴（男）	2.43m
知（男）	2.30m
精神／聴（女）	2.24m
知（女）	2.15m

聴覚障がいの部

特徴

一般（いっ）の6人制バレーボールと同じルールで行われます。選手（せんしゅ）は手話（てわ）や身振り、アイコンタクトなどで意思疎通（いしそつう）を図（はか）りながらプレーします。

また、審判（しんぱん）はホイッスルだけでなく、大きな手の動作や旗（はた）を振って合図（あひづ）をします。

競技の見どころ

スパイクやブロックの迫力（はくりき）はもちろん、選手（せんしゅ）同士が視線（しせん）や手話（てわ）で連携（れんけい）する姿も大きな魅力（みんぷく）です。音（おと）に頼（た）らず、お互（たが）いを信頼（しんらい）してプレーする高いチームワーク（チームワーク）に注目（ちゅうもく）してください！

知的障がいの部

特徴

コートやボール、ルール（ルール）は一般（いっ）のバレーボールと同じで、仲間（なかつ）とのコミュニケーション（コミュニケーション）や役割分担（やくえきぶんたん）を大切にしながら試合（しあ）を進（すす）めます。選手（せんしゅ）同士（どうし）が声（こゑ）を掛け合い（かけあひ）、協力（きょうりき）してプレー（プレー）することが重要なスポーツ（スポーツ）です。

競技の見どころ

チーム（チーム）一丸（いつぱん）となってボール（ボール）をつなぐ姿（すがた）や、仲間（なかつ）を励（はげ）まし合い（あひ）ながらプレー（プレー）する姿（すがた）が見（み）どころです。ラリー（ラリー）が続（つづ）いたときの粘（ねば）り強（つよ）さや、全員（ぜんいん）で得点（とくてん）を喜（よろこ）ぶチームワーク（チームワーク）にも注目（ちゅうもく）してください。

精神障がいの部

特徴

男女（なんにょ）混合（こっくわ）チーム（チーム）で構成（こうせい）、コート（コート）には必ず（かならず）女子（じよ）選手（せんしゅ）が1名（いちめい）以上（いじょう）出場（しゅつじやう）していなければなりません。また、ボール（ボール）はソフトバレーボール（ソフトバレーボール）を使用（しやうじ）します。

競技の見どころ

男女（なんにょ）混合（こっくわ）チーム（チーム）ならではのチームワーク（チームワーク）が魅力（みんぷく）です。仲間（なかつ）同士（どうし）で声（こゑ）を掛け合い（かけあひ）、力（ちから）を合（あ）わせて得点（とくてん）を目指す姿（すがた）、試合（しあ）を通して生（な）まれる一体感（いつたいかん）に注目（ちゅうもく）してください！

選手、スタッフみんなで支えあい勝ち取る一勝！！

バレーボール（バレーボール）は、どの区分（くぶん）も「仲間（なかつ）と協力（きょうりき）しながらボール（ボール）をつなぐ」ことが魅力（みんぷく）の競技（けいぎ）です。それぞれの障（しょう）がい特性（ていしき）に応（こた）じた工夫（くわふ）やチームワーク（チームワーク）に注目（ちゅうもく）しながら観戦（くわんせん）していただくと、競技（けいぎ）の面白（おもしろ）さをより感じる（かんじる）ことができます！！

ゴールボール

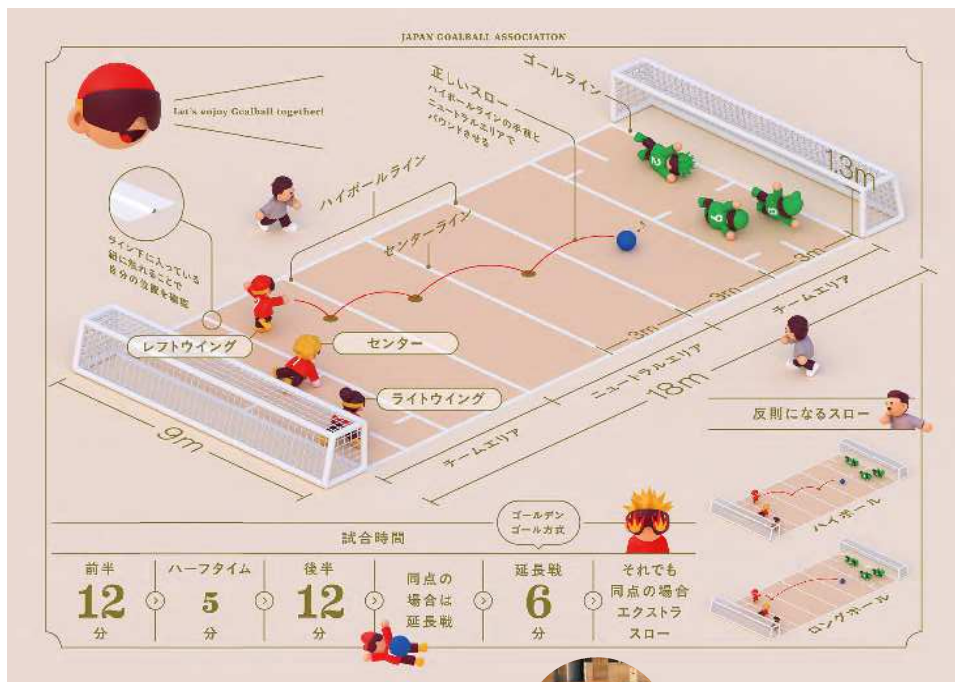
視覚

■男女別 ■3人制

視覚に障がいのある人を対象に考えられたチームスポーツです。選手は全員アイシェード（目隠し）を着用し、鈴の入ったボールの音を頼りに攻撃と守備を行います。1チーム3人で相手ゴールにボールを転がし、得点を競います。

競技の見どころ

音を頼りにプレーする選手たちの集中力とチームワークが魅力です。迫力あるシュートや、ゴールを守るために全身でボールを止めるプレーは必見です。静寂の中で繰り上げられる緊張感あふれる攻防に注目してください！



観戦ポイント

試合中に審判から「Quiet Please（お静かに）」のコールがあったら、声援や物音を控えて観戦します。選手たちが、視覚以外の感覚を研ぎ澄ませながら、どんなふうに位置を確認するのか、仲間とはどうコンタクトをとるのか、相手の攻撃をどう防ぐのか。に注目すると、ゴールボール競技の奥深さを感じることができます！



©一般社団法人 日本ゴールボール協会



Story of Challenge

パラアスリートたちの挑戦 —すべてのアスリートにリスペクトを—

—この競技に出会って、スポーツが“みるものから”“するもの”に変わった。
—この競技に出会って、世界が広がった気がした。そう語ってくれた選手たちがいます。
障がいの区分や程度はさまざまだけど、自分の持つチカラを最大限まで振り絞って勝負に挑む選手たち。
競技に向き合うその姿は、たくましく、頼もしく、みるものを勇気づける。
語る言葉は、深く、重く、聴くものの心に沁みる。そしてなぜかそばにただいて、人を優しく、暖かく、強くしてくれる。
挑もう。自分に。
SAGA2024を合言葉にスポーツを始め、仲間と出会い、ともに励ましあいながら、次のステップへ。
そんなアスリートたちのひとつひとつの挑戦を届けます。

WEB版SAGAパラスポ情報サイトでは、選手たちのインタビュー記事を紹介しています

- フットソフトボール 松田 佳久監督 SAGA2024全障スポチームの軌跡
- フットソフトボール 保護者の皆さん
- 陣内 敦子選手、陣内 英子ランブオペレーター [ボッチャ]
- 小淵 穂乃花選手 [バスケットボール]
- 尾形 俐音選手 [バレーボール]
- 江頭 礼奈選手 [フライングディスク]
- 西山 凜汰朗選手、岩吉 夏生選手 [フットソフトボール]
- 長 恵美子選手、山崎 富美子選手 [水泳]
- 石丸 登広選手 [卓球]
- 柳川 春己選手 [ブラインドベースボール][卓球サウンドテーブルテニス(SST)]
- 山口 翔太郎選手 [サッカー][フットソフトボール][バスケットボール]
- 宮園 莉子選手 [バレーボール]
- 中島 正太郎選手 [陸上競技][ブラインドベースボール]

WEB版
パラスポ
情報サイトは
こちら



『Story of Challenge パラアスリート たちの挑戦—すべてのアスリートにリスペクトを—』



本田亮也さんは父の俊一さんをコーチとし、陸上競技の短距離走と立ち幅跳の選手として活躍しています。障がいの影響で思うように言葉が発することが難しく、自分から行動することが苦手だった時期もあったそうですが、スポーツを通じて変わったものがあるそうです。



陸上競技を始めたきっかけや魅力を教えてください。

本田選手

父さんが陸上をしていて、僕もしてみたいと思ったのがきっかけです。また、魅力はいろいろな種目がありチャレンジできることです。

陸上競技は本田選手にどのような効果があると思いますか？

父・俊一さん

陸上教室で、同じ障がいを持っている子、違う障がいを持っている子、いろいろな方がいてみんな頑張っている、楽しそうに話しているところを目の当たりにして、亮也自身も積極性が出てきたと感じています。

コーチ・選手という関係性で、お互いどのような存在ですか？

本田選手

家では優しく、コーチのときは厳しくしてくれます。僕も、グラウンドと外で見極めるようにしています。

父・俊一さん

競技場の中に入ったときは父親ではなく、コーチとして他の選手たちと同等に見えています。自分の子供としてではなく一選手として。

陸上競技を始めて変わったことはありますか？

本田選手

学生の時はなかなか自分から話しかけることができず、話すことを避

けていました。働き始めてから「このままではダメだ」と感じ、積極的にであらうと思い、少しずつ自分から話せるようになってきました。

父・俊一さん

愕然と変わりました。いろいろな方がいて、みんな楽しそうに頑張っている所を見て、「自分もその輪の中に入っていきたい」ということが出てきました。

障がいがあるけどスポーツを始めたいと思っている方の、家族（サポーター）に対してどのようなメッセージを送りたいですか？

父・俊一さん

「この子はできない」とか決めつけないで、とりあえず一回やらせてみてほしいです。最初からイベントなどを体験する必要はありません。やりたいという気持ちが少しずつ芽生えてきたときに、「おいで、みんなでこのスポーツ楽しくやろう」と広げていきたいです。スポーツは楽しむことが一番だと思います。



視力に障がいのある人たちにに向けて考案された卓球競技・サウンドテブルテニス（以下、STT）に取り組む牧野愛菜さん。愛菜さんの体に異変が起こったのは、中学入学直後。白血病と診断され、その治療中に視神経に障がいが出て、だんだんと物が見えにくくなっていきました。その後、盲学校転校後に出会ったのがSTT。もともと卓球の経験があった愛菜さんは、金丸監督と尾形先生の指導を受けながら、すぐに競技にのめりこみました。

STTはどんな存在ですか？

牧野選手

プレーしている時は、STTのことだけに集中できて、嫌なことも悩みも忘れることができるので、自分の中でもとても大切な時間です。日々の生活にもメリハリができましたし、様々な大会に参加することで、たくさんの人と出会うことができました。こうしてSTTを楽しめているのは、家族はもちろんですが、金丸監督や尾形先生など、いろいろな人に支えてもらっているからです。ありがたいと思いますし、支えてもらっている分、練習や試合には全力で臨まなければならないと思います。

牧野選手はどんな選手ですか？

尾形先生

一言でいうと努力家。1分1秒を大切にし、限られた時間で貪欲に練習をしていくタイプです。自分の障がいを受け入れながら、やるべきことにしっかり向き合う彼女の頑張る姿に、何度も『私も頑張らないと!』という気持ちになりました。

金丸監督

こう見てもスタミナがかなりある選手で、きつい練習でも絶対に音を上げないです。本当に頑張る屋さんで、3年生になって受験勉強もある中でも『受験もSTTも頑張ります!』と言ってくれたのがとても嬉しかったです。

STTをはじめて変わったことはありますか？

尾形先生

以前に比べると、すごく積極的になりました。STTを通して、たくさんの人に出会えたこと、さらには第22回全国障害者スポーツ大会の選手団出発式で選手代表あいさつを務めたり、出場報告会で他競技の選手を前にSTT実演の機会を与えてもらったり、人前に出る機会も多くありました。そういう一つひとつの出来事が彼女の自信になっていると思います。

STTの魅力はどんなところですか？

牧野選手

幅広い年齢層の人が楽しめるところだと思います。もっと多くの人にSTTというスポーツを知ってもらいたいです。





競技名	チーム名	拠点
アーチェリー 身体	佐賀県アーチェリー協会	佐賀市
ウォーキングフットボール 身体 知的 精神	ウォーキングフットボールクラブさが	佐賀市
くるま 車いすテニス 身体 ※車いす利用者、 肢体不自由者	佐賀県車いすテニスクラブ 車いすテニスチームFUSION	佐賀市
くるま 車いすバスケットボール 身体 ※車いす利用者、 肢体不自由者、健常者	ハガクレデンジャーズ	佐賀市
サウンドテーブルテニス (STT) 視覚	佐賀県視覚連STTクラブ	佐賀市
サッカー 知的	インクル佐賀FC	佐賀市
すい えい 水 泳 身体 知的 精神	しょう 障がい者水泳クラブ さが 佐賀パラスイミングクラブ	佐賀市
すい えい 水 泳 身体 知的	さが 佐賀アクアチャレンジ	佐賀市
スポーツウェルネス吹矢 身体	さわやかクラブ武雄	武雄市
ソフトボール 知的	さがけん 佐賀県ソフトボールチーム	佐賀市
ソフトボール 聴覚	キングス佐賀	佐賀市
たっ きゅう 卓 球 身体 知的 精神	くす シャイン楠	佐賀市
たっ きゅう 卓球バレー 身体 知的 精神	さがけん たっ きゅう 佐賀県卓球バレー協会	佐賀市
でん どう くるま 電動車いすサッカー 身体 ※車いす利用者、 肢体不自由者	Infinity侍	佐賀市

競技名	チーム名	拠点
バスケットボール 知的	さがけん 佐賀県バスケットボールチーム	佐賀市
バレーボール (聴覚男女) 聴覚	ちょうかくしょう だん し 聴覚障がい男子チーム ちょうかくしょう じょ し 聴覚障がい女子チーム	佐賀市
バレーボール (知的女子) 知的	ち てき じょ し 知的障がい女子チーム	佐賀市
バレーボール (知的男子) 知的	ち てき だん し SAGA WIN CROWS	佐賀市
バレーボール (精神) 精神	わんわんクラブ	鳥栖市
ブラインドサッカー 視覚 ※健常者も 参加可	SAGA BFC	鳥栖市 佐賀市
ブラインドテニス 視覚	インナーピース ブラインドテニスチームFUSION	佐賀市
ブラインドベースボール 視覚	さが 佐賀BlueSpringers (サガブルースプリングーズ)	佐賀市
フットサル / ソーシャルフットボール 精神	Strahl SAGA (シュトラールさが)	鳥栖市 佐賀市
フットソフトボール 知的	SAGAフットソフトボールクラブ	佐賀市
フライングディスク 身体 知的 精神	チャレンジドリノラ	唐津市
ふうせんバレー 身体 知的 精神	さがけん 佐賀県ふうせんバレーボール協会	佐賀市
ボウリング 聴覚	デフボウラーズSAGA	伊万里市 佐賀市
ボッチャ 身体	カレイドスコープ	佐賀市