

令和5年度いわてパラアスリート発掘・育成事業  
パラアスリートセレクション(体力測定会)

実施報告書

令和5年7月9日(日)

スポーツくじ



私たちはスポーツ振興くじ助成を受けています。

## ■ 実施概要

### 1 期 日

令和5年7月9日（日）

### 2 会 場

ふれあいランド岩手 体育館

（所在地：〒020-0831 岩手県盛岡市三本柳8-1-3 TEL：019-637-4469）

### 3 来場者（総計名）

(1) 選手21名

■ 肢体不自由8名 ■ 聴覚障がい6名

■ 知的障がい7名

(2) 介助者・保護者10名

(3) 講師5名

■ パラスポーツトレーナー4名

■ 看護師1名

(4) 運営スタッフ4名（岩手県スポーツ振興課）

いわてパラアスリート発掘・育成事業

## パラアスリートセレクション（体力測定会）実施要領

### 1 期 日

令和5年7月9日（日）

### 2 会 場

ふれあいランド岩手（体育館）

〒020-0831 盛岡市三本柳8-1-3 TEL：019-637-4469（スポーツ受付）

### 3 日 程

9:45～	10:00～12:00	12:45～	13:00～15:00
午前の部 受付開始	グループ① 13名 (肢体不自由、聴覚障がい)	午後の部 受付開始	グループ② 8名 (肢体不自由、知的障がい)

### 4 プログラム

受付では、氏名・持参書類の確認、手指の消毒を行います。

(1) スポーツ医・科学測定

- ・ 血圧測定
- ・ 形態計測（身長、体重、指極） ・ 体組成測定（筋肉量、体脂肪量等）
- ・ 体力測定（反応時間、垂直跳び、ステッピング、握力、背筋力、長座体前屈）

(2) 家庭で取り組める運動プログラム「レッツ！べっこトレ！！」の実技解説

県のスポーツ医・科学サポート事業で動画配信を行っている「レッツ！べっこトレ！！」。障がいの状態に合わせて、家庭でも安全に取り組めるよう、スタッフが解説します。

※ 「レッツ！べっこトレ！！」の動画は、岩手公式動画チャンネル（YouTube）で御覧いただけます

(3) スポーツ医・科学学習

スポーツ傷害予防など、競技スポーツ活動に役立つ情報を提供します。

【実技担当】（日本パラスポーツ協会公認パラスポーツトレーナー）

小野寺育男、福土宏紀、横屋晃、佐藤俊輔

【保健担当】（看護師）

高橋智恵子

【手話通訳者】

横澤智恵子、小野寺恵

その他、県スポーツ振興課職員で運営及び測定等を行います。

スポーツくじ



私たちはスポーツ振興くじ助成を受けています。

## 5 参加にあたって

- (1) 動きやすい服装、室内シューズ持参で御参加ください。
- (2) 飲み物、タオル、筆記用具、その他必要な物を各自で御用意ください。
- (3) 参加中の怪我または発病については、主催者側は応急処置のみを行います。
- (4) 介助が必要な方は、各自で御対応ください。
- (5) 参加に係る費用の経費について  
ア 参加者に対する旅費支給はございません。  
イ 参加者のうち選手については、主催者（県）にて、スポーツ安全保険加入手続きをとります。

## (6) 個人情報の取り扱い

研修への参加にあたっては、本県のスポーツ振興に寄与することを目的に、岩手県、報道機関等が管理運営するテレビ、新聞、ホームページ、広報紙等の広報媒体で、次の8項目について個人情報を公開することに同意したものとみなします。

①氏名／②居住地（市町村名まで）／③出身地（市町村名まで）／④年齢  
／⑤所属(学校、勤務先等)／⑥競技名・種目名／⑦障がい名／⑧個人の肖像（写真等）

## 6 事務局（問合せ先）

岩手県文化スポーツ部スポーツ振興課 競技スポーツ担当（三本柳駐在）

〒020-0831 盛岡市三本柳8-1-3 TEL:019-637-5055/FAX:019-637-7626

（一社）岩手県障がい者スポーツ協会兼用

E-mail : ptf20-kikuchi-daisuke@pref.iwate.jp （担当者：菊池）

スポーツくじ



私たちはスポーツ振興くじ助成を受けています。

## ～会場へのアクセス～

### ■ふれあいランド岩手

〒020-0831 盛岡市三本柳8-1-3 TEL：019-637-4469（スポーツ受付）

- J R盛岡駅からバスで30分、タクシーで20分
- J R岩手飯岡駅からタクシーで5分、徒歩で25分
- 東北自動車道盛岡南 I C から車で10分

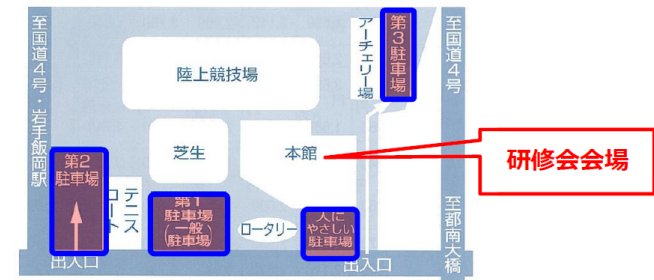
〔↓「ふれあいランド岩手のHP」より <http://www.fureailand.jp/contact.html>〕

研修会会場



### ●駐車場

第1、第2、第3駐車場を御利用ください。なお、車椅子の方は「人にやさしい駐車場」を御利用できます。



スポーツくじ



私たちはスポーツ振興くじ助成を受けています。

# 実施風景



## <運営所感>

- 参加者を2～3名の小グループに分けて測定を行った。グループ担当のパラスポーツトレーナーとコミュニケーションをとりながら測定を進めることができた。
- 能力の近い選手を小グループに分けたことで、パラスポーツトレーナーが選手に合ったトレーニングのアドバイスをすることができた。
- 中学生や高校生の時期に選手発掘をすることが、さらなる競技力の向上につながっていく。
- 選手の発掘には、中学校、高等学校、特別支援学校とのさらなる連携強化が必要である。

## 事後アンケート集計結果

### 1 今回の内容について

質問	評価	(評価合計)		(回答数計)		評価点平均	
		選手	介助者	選手	介助者	選手	介助者
1 講師の指導	①全く良くない ②良くない ③ふつう ④よい ⑤大変よい	89	8	19	2	4.7	4.0
2 講義の内容	①全く良くない ②良くない ③ふつう ④よい ⑤大変よい	89	7	19	2	4.7	3.5
3 自分の理解度	①全く良くない ②良くない ③ふつう ④よい ⑤大変よい	84	6	19	2	4.4	3.0
4 今後に向けて	①全く生かせない ②生かせない ③わからない ④生かせる ⑤とても生かせる	87	9	19	2	4.6	4.5

### 2 今回の運営への評価、次回の事業への参加希望 ※ 次回事業 令和5年11月5日(日)

質問	評価	(評価合計)		(回答数計)		評価点平均	
		選手	介助者	選手	介助者	選手	介助者
1 今回の運営	①全く良くない ②良くない ③ふつう ④よい ⑤大変よい	86	9	19	2	4.5	4.5
2 次回の事業への参加希望	①全く良くない ②良くない ③ふつう ④よい ⑤大変よい	77	9	19	2	4.1	4.5

### 自由記述欄・参加者からの声

#### 1 今後の研修会参加希望、運営への評価

【選手】○自分の身体で足りないところ(アキレス腱と太ももの前が硬い)を知ることができ、今後ストレッチするときやアップするときには生かしていきたいと思う。○自分に足りない部分、必要なトレーニングがわかり、とても有意義な内容だった。○パラ卓球その他のスポーツも参加あればいい。陸上etc…だから。○自分がどれだけ動けるかが、体のことについて色々分かったのが良かったです。○これからも努力していきたい。○色々体験をして、難しいところもあって、やってみたらいい経験になりました。○分かりやすい指導をしていただき、体の正しい使い方や動かし方が分かった。●できないこともあるのでなにか工夫があれば。

#### 2 実技

【選手】○障がいにあったストレッチ等があれば教えてほしい。○すごく楽しく参加できました。また参加していきたい。○とてもやさしく指導してくれました。ありがとうございます。

#### 3 その他

【選手】○プールでのストレッチ、トレーニングをするパートナーを探しています。●陸上、ボッチャ、水泳以外もっとスポーツ広げてほしい。参加してみて、陸上!という感じがした。

【介助】○一人一人ていねいにみていただいてありがとうございました。