

Wheelchair

スゴさを実感するパラスポーツ

思い切り汗を流すもよし、テクニックを磨くもよし。
華やかな競技スタイルと、体を動かす爽快感が魅力。



Basketball

千葉ホークス

1969年に誕生した歴史あるチーム。若手からベテランまで所属していて、日本選手権大会で優勝し、「日本一」となることが目標。千葉県のパラスポーツ普及事業にも多数参加しています。
連絡先: chibahawks@gmail.com



コート上の人数やゴールの高さなどのルールは健常者のバスケットボールとほぼ同じ。障がいの程度によって各選手に持ち点が与えられ、コート上の選手の持ち点の合計を14点以内にすることで公平性を保つ。片輪を上げて高さを出すなど車いすを活かしたテクニックも試合を左右する大きなポイント。



素早い攻守の切り替えが魅力!

車いすバスケットボール

Badminton



バドミントン

スピーディーなプレーが見どころ!

東京2020大会からパラリンピックの正式競技となった。「車いす」と「立位」に分かれ、「立位」は上肢障がい、下肢障がい、低身長クラスに分かれ、クラスごとに強さを競う。車いすカテゴリーのシングルスは、半面のコートを使用するなど特別ルールが適用される。



パシフィック車いすバドミントンクラブ

車いすカテゴリーに特化し、国際大会で活躍する村山浩さんが代表を務めています。千葉県障害者スポーツ・レクリエーションセンターで活動しています。
連絡先: pacificbadminton@grupo.jp



思い立ったら、始められるパラスポーツ

扱いやすい道具、シンプルなルールで、まずは楽しさを実感。
意外な奥深さに気付けば、もうこの競技のトリコ!!?

ボッチャ



シンプルだけど奥深いです!



対戦する両者が赤と青の6球を投げ合い、自球をジャックボールと呼ばれる白い球により近づけた方が勝者となる。手で投げられない選手は、競技アシスタントのサポートを受けながら、「ランプ」と呼ばれる投球補助具を使ってボールを転がす。年齢や障がいの有無を問わず、誰もが楽しめるスポーツ。

市原ボッチャクラブ

障がい児・者のボッチャ競技力向上を目指し、大会参加支援を行っています。日本ボッチャ界の第一人者といわれる廣瀬隆喜選手も設立当初に所属。
連絡先: k-smrt@herb.ocn.ne.jp



フライングディスク



プラスチックのディスクを投げて技術を競う、アメリカ発祥の競技。パラスポーツでは、輪っか状のゴールに向かって10回連続でディスクを投げて通過した回数で競う「アキュラシー」と、3枚のディスクを投げて最も速く飛んだ距離を競う「ディスタンス」の2種目がある。



千葉県障害者フライングディスク連盟

県内で体験会や競技会を開催し、初めてディスクに触れる方から大会に出場して記録を伸ばしたい方まで、一緒に体験・練習しています。全国障害者スポーツ大会に出場する道もひらけています。
連絡先: chiba_fd@yahoo.co.jp

選手の集中力に驚きます!



種目が多く、間口の広いパラスポーツ

自分に合った競技・クラスがきっと見つかる。
マイペース、マイウェイで、走れ! 跳べ! 泳げ!

陸上競技



one'sParaAthleteClub

身体・知的を問わず、パラアスリートが集う陸上競技クラブ。20名程度のメンバーが集い、県内複数拠点を練習場として活動しています。
連絡先: ones_para_a_c@yahoo.co.jp



用具にも注目してみて!

障がいの種類や程度によって細かくクラスが分かれていて、クラスごとに順位を競う。そのため、車いす、義足、視覚障がい、知的障がいなど、さまざまな障がいのある選手が出場し、公平に競い合うことができる。競技用車いすや義足、バランスを取るための義手など、障がいの特性に合わせた用具を使いこなす技術も重要。

水泳



クラス分けが細かいです!



身体障がい、知的障がい、視覚障がいなど、障がいの種類も程度もそれぞれ異なるため、細かくクラス分けされた中でタイムを競い、順位を決めることで公平性を保つ。下肢障がいの選手は水中からのスタートが認められていたり、視覚障がいの選手は「タッピング棒」と呼ばれる棒で合図を受けたり、障がいに応じた工夫がされている。

千葉ミラクルズSC

2008年に設立された千葉県初のパラ水泳チーム。千葉県国際総合水泳場を拠点に練習を積み重ね、国際大会に出場する選手も輩出しています。
連絡先: chiba-miracles@nifty.com

