

# 特集

# ハマパラ(横浜の)パラスポーツ

「ハマパラ」とは横浜のパラスポーツの略で、横浜の障害者スポーツを表す言葉です。  
今回は施設やイベント、また、支援や取り組みを紹介します。

## 01 case 障害者スポーツ文化センター「横浜ラポール」の紹介

### ■施設の概要

「障害者スポーツ文化センター横浜ラポール」(以下、横浜ラポール)は、横浜市における障害者のスポーツ・文化活動の中枢拠点として、平成4年8月に開館し、昨年8月で開館25周年を迎えました。近年は二日の平均利用者が1,200〜1,300人強、昨年11月には累計1,000万人を達成しました。

障害者スポーツ文化センターという名前のおと、スポーツのみならず文化活動の施設もあります。今回は主要なスポーツ施設について紹介します。

屋内では、バスケットボールのコートが2面取れるメインアリーナ、25m×6コースの室内温水プール、たまたみ約50畳分のサブアリーナ、障害のある方々が利用しやすいマシンをそろえたフィットネスルーム、4レーンのボウリングルームがあります。

プールは、一般の温水プールよりも水温が少し高



地下グラウンド

い31度設定です。車いすの方も利用しやすい設備が整っており、最も人気の高いスポーツ施設です。

ボウリングルームは、一般のボウリング場と全く同じ構造のレーンですが、手すりの設置や視覚障害者向けの音声ガイド、点字に

よる得点表示などの設備があり、さまざまに障害の方が楽しめます。

屋外では、テニスコート(砂入り人工芝)1面、多目的のグラウンド、1000m直線走路、地下グラウンドにはアーチェリー場(30m・50m計8的)、ランニングトラック(150〜170m)などがあります。

ランニングトラックには、全盲の視覚障害者が一人でもランニングを楽しめる「ガイドランナー」という設備があります。通常、視覚障害者がランニングを行う場合、晴眼者(せいがん)へ伴走を依頼し、一緒に走ってもらうことが必要ですが、「ガイドランナー」を利用すれば、他者のサポートを受けずに走ることが可能です。

このように各スポーツ施設では、さまざまな利用者の状況に応じた用具の準備や、使いやすい利用ルールの設定など、より多くの方々が安全かつ快適にご利用いただけるよう、工夫を凝らした対応をしています。

### ●横浜ラポールホームページ

<http://www.yokohama-rapport.jp/rapport/>  
問合せ TEL: 045-4775-2001  
FAX: 045-4775-2053

## ！施設の利用方法

横浜ラポールは、障害者の優先利用施設ですが、一般健常者の方も利用できます。利用にあたっては、はじめに利用者カードの発行手続きを行い、取得する必要があります。

### 利用者カード(個人団体の2種類)

#### 個人

#### 【障害のある方】

- ・身体障害者手帳、療育手帳、保健福祉手帳などの提示が必要
- ・利用料金は全額減免
- ・介助者2名まで同行可能

#### 【障害のない方】

- ・個人利用料金は、大人5000円
- ・中学生以下2500円

#### 団体

- ・5人以上で構成されるグループ
- ・団体の名称、代表者氏名、連絡先などの登録が必要

※ボウリングルームの利用は、別途利用券をご購入

ご利用の際は、事前にホームページなどで確認いただくか、横浜ラポールまで直接お問い合わせください。



室内温水プール

02 case

# 「横浜子どもスポーツ基金」活動の紹介

「横浜子どもスポーツ基金」は、「世界トライアスロンシリーズ横浜大会」をきっかけに、ジョンソン株式会社からの寄付により誕生しました。障害のあるごもたち等が「スポーツ」を通じて、夢と希望を持つて育ち、身近な地域でスポーツ活動に参加できる環境づくりを行うことを目的としています。目的を達成するため、イベントの開催や各種団体が行う事業・イベントなどへ支援活動を行い、障害者スポーツなどのより「層」の推進を図っています。



## 「横浜子どもスポーツ基金」が掲げる3つの展望・ビジョン

### ① 障害者アスリートの発掘・育成

横浜からオリンピック・パラリンピアンなど世界で活躍するアスリートの発掘・育成を通して、障害があっても挑戦し続け

るごもたちが「夢」と「希望」を持てる横浜を目指します。

### ② 誰もがスポーツを継続的にできる環境づくり

障害のあるごもたちが、安心して気軽にスポーツ活動に取り組める環境をつくります。また、障害の有無に関わらず、体を動かす楽しみを広め、共生社会の実現を目指します。

### ③ 多くの方が参画する「横浜子どもスポーツ基金」

これからの活動を継続的に実施するため、広く市民・団体・企業の方々に当基金の活動を知っていただき、多くの方が参画する基金としていきます。

## 「横浜子どもスポーツ基金」活動

主に、スポーツ交流やスポーツ観戦で、ごもたちがスポーツに参加できる機会・環境づくりを支援しています。

これまでに、プロスポーツチームによる特別支援学校の訪問や試合観戦への招待、校外学習でのスポーツ教室、世界トリアスロンシリーズ横浜大会でのごもたちとパラアスリートの交流などが実施されました。

そのほかにも、誰もが気軽に参加できるスポーツ体験イベントなども積極的に開催されています。障害の程度に応じて参加できる軽スポーツなど、障害のある方、ない方、

保護者、支援者などが一緒に参加し、スポーツをする喜びや感動を共有する機会を創出しています。

今後は、これまでの事業への助成の取組みだけでなく、障害のあるごもたちの継続的なスポーツ活動の環境づくりと、トップアスリートを目指す選手の発掘・育成の活動を進めていく予定です。また、市内の各種スポーツイベントなどの会場における募金活動・PR活動も、積極的に実施していきます。

●横浜子どもスポーツ基金事務局  
<http://www.yokohama-csf.jp/>



車いすバスケットのイベント

## タンデムバイク練習コース

横浜市体育協会では、横浜国立大学と協働で、学内道路をタンデムバイク(視覚障害クラスで使用する二人乗り自転車)の練習コースとする、パラトリアスロンの活動支援を行っています。同大は東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会と連携・協力に係る協定を結んでおり、今回の活動が実現しました。

コースはレーサー(競技用車いす)やハンドサイクルの練習にも使用でき、今後、トリアスロン部との連携や、学生・近隣住民へのパラスポーツ普及活動にも繋がっていく予定です。

パラトリアスロンのガイドとして活躍している同大職員の脇さんは「パラスポーツは、健常者と共に行う競技が多く、この機会に学生・地域の人達に知ってもらい、協力者が増えることを期待しています」と話してくれました。



タンデムバイク走行の練習風景



### 中山和美選手の最近での主な戦績

2017 日本パラ陸上競技選手大会  
200m、400m、800m:1位 1500m:1位  
2017 世界パラ陸上競技選手権大会  
400m:6位入賞 800m:8位入賞  
今年の目標は、10月に開催されるアジアパラ大会の出場

### 安川祐里香選手の最近での主な戦績

2017 日本パラ陸上競技選手大会  
100m:3位 400m:3位  
2018 WPA ドバイグランプリ大会  
100m:3位 200m:1位  
400m:3位 800m:4位  
今年の目標は、シーズンベストの成績を残すこと



右から、中山選手、安川選手

# 03 case スポーツ医科学センターの取り組み



補助してもらいながら、トレーニングに励む中山選手

横浜市スポーツ医科学センターで行っている「特定スポーツ選手支援事業」は、国際大会出場競技レベルを持つ、横浜ゆかりのスポーツ選手に、メディカルチェック、アスリート測定、トレーニング指導、栄養指導、トレーニング室の利用提供を行い、今後の更なる活躍ができるようにサポートしています。

今年度の支援選手は、中山和美選手(下肢障害:陸上競技)、安川祐里香選手(下肢障害:陸上競技)、岡部祐介選手(聴覚障害:陸上競技)、林田泰河選手(知的障害:水泳)の4人です。

中山選手と安川選手に「特定スポーツ選手支援事業」について話を聞きました。

メディカルチェックについて、両選手とも「受け入れ態勢が整っているので、スムーズな対応で満足しています」と笑顔で答えてくれました。

トレーニング指導について中山選手は「スポーツ医科学センターの職員が熱心にトレーニングサポートしてくれるので、多い時で週3回利用しています」。安川選手は「強化したいところを的確にアドバイスしてくれ、また、自身の知識不足なところを教えてくれるので勉強になる」とのことでした。

両選手はこの取り組みを活用し、国際大会などで成績が残せるよう、今後の目標に向けてトレーニングに励みます」と意欲をみせてくれました。

### 「ラポールの祭典2018」のご案内

横浜ラポールでは、毎年9月第1週の日曜日に「ラポールの祭典」を開催しています。さまざまなパラスポーツを体験できるブースをはじめ、多くの方に楽しんでいただける企画をご用意しています。

参加は無料です。ぜひこの機会にパラスポーツを体験しましょう。

**日程** 9月2日(日) 10:00~15:00(予定)

**会場** 障害者スポーツ文化センター

横浜ラポール1F メインアリーナ他

**主催** 障害者スポーツ文化センター横浜ラポール

**問合せ** Tel: 045-475-2001

Fax: 045-475-2053

Webサイトはこちら



### 車いすバスケットボール大会情報

8月18日(土)に横浜ラポールで、「第18回HIGH8選手権大会関東ブロック予選会」が開催されます。

例年、熱戦が繰り広げられ、選手たちの素晴らしいパフォーマンスとチーム戦術から目が離せません。観戦は自由、入場は無料ですので、ぜひ会場で応援しましょう。

**大会名** 第18回HIGH8選手権大会  
関東ブロック予選会

**日程** 8月18日(土)

**会場** 障害者スポーツ文化センター  
横浜ラポール1F メインアリーナ

**主催** 一般社団法人関東車いすバスケットボール連盟

\*大会に関するお問い合わせ等は、ホームページをご確認ください。

Webサイトはこちら



