



可能性の扉をひらけ!



20種以上の競技の中から
パラスポーツが体験できる!

参加
無料

東京都 パラスポーツ 次世代選手発掘プログラム

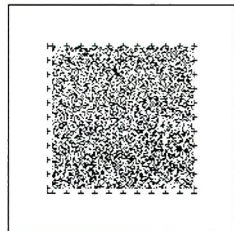
参加者
大募集!!

2022 **第1回**
9/23(金)祝 10:00-18:00
中央区立総合スポーツセンター

2022 **第2回**
11/26(土) 10:00-18:00
武蔵野の森総合スポーツプラザ

「東京都パラスポーツ次世代選手発掘プログラム」事務局 **03-5974-5517**
(平日 10:00-17:00)

主催：東京都 (公社) 東京都障害者スポーツ協会
後援：(公財) 日本パラスポーツ協会 日本パラリンピック委員会



発掘 プログラム!

2022 第1回
9/23(金・祝) 10:00-18:00
中央区立総合スポーツセンター

2022 第2回
11/26(土) 10:00-18:00
武蔵野の森総合スポーツプラザ

1. 測定会 ※午前中開催予定

本格的な競技を始める前に、自身の身体的な特徴や現在の運動能力を知るために、測定会を実施します。

測定
メニュー
(例)



※変更となる場合がございます。

そのほか 20m 走、メディシンボール投げなど

2. 競技体験会 ※午後開催予定

① 競技体験

競技団体のスタッフの指導の下、実際に体験して自分に合う競技を見つけましょう!



② 競技相談

競技団体のスタッフ、クラス分けの専門家、障害者スポーツコーディネーターとの個別相談で、競技選択や活動開始に向けてのアドバイスを受けることができます。

最新情報はホームページをご覧ください。

体験競技 (相談会のみ競技も含む)

※2022年7月時点の情報です。
※スタッフは来場せず、資料等での情報提供になる競技もございます。

陸上競技

バドミントン

ボッチャ ◆

カヌー

自転車

馬術

ゴールボール ★

柔道

パワーリフティング

ボート

射撃

水泳 ◆

卓球

テコンドー

トライアスロン

シッティングバレーボール

車いすバスケットボール

車いすフェンシング

車いすラグビー

スキー

車いすカーリング

視覚障害者ボウリング ◆

知的障がい者サッカー

※各競技の対象となる障害種別については、ホームページをご覧ください。

★第1回(9/23)のみ実施

◆第2回(11/26)のみ実施

フォロープログラム・トライアルプログラム

発掘プログラムに参加した方を対象としたプログラムで、皆様の競技活動のスタートを後押しします。
本格的な競技活動を始めましょう！（2022年10月から2023年2月頃に実施予定）

フォロープログラム

スポーツとモチベーション

スポーツを効果的に「始める」「続ける」ために、スポーツの意義やモチベーションの保ち方について、一度は聞いておきたい講座です。

目標設定

夢や目標を実現するために、どのように、日々の練習に取り組んでいくか、目標を設定して計画的に取り組んでいくことの大切さを学びます。

トレーニング講習会

これから本格的に競技を行っていく際に必要となるトレーニングの基礎知識、動作を講義と実技を交えながら学びます。



トライアルプログラム

各競技団体の練習会に体験参加
できる機会をご用意します。



※新型コロナウイルス感染状況によっては予定通りに実施されない場合があります。

発掘プログラムに
参加した
メンバーが

東京2020
パラリンピックに
出場！

H27年度～R1年度の発掘プログラムに参加されたメンバーのうち、4人がフォロープログラム、トライアルプログラム等を経て、東京2020パラリンピックに出場を果たしました。

ボート 有安 諒平 選手
ボート 木村 由 選手

ボート 市川 友美 選手
陸上 松本 武尊 選手

皆さんも、ぜひ発掘プログラムに参加して、可能性の扉を開いてください！

発掘プログラムにおける 新型コロナウイルス感染症の 感染防止対策について

当プログラムに安心してご参加いただくために、主催者は「スポーツイベントの再開に向けた感染拡大予防ガイドライン」（令和3年11月5日改定・公益財団法人日本パラスポーツ協会作成）をはじめ、会場となる施設のガイドライン等を遵守し、右記の対策を講じた上で運営してまいります。参加者の皆様におかれましても、ご理解・ご協力のほどお願いいたします。

※詳細はホームページをご覧ください。

1. 主催者が講じる対策



指導者・競技団体関係者・スタッフ等については、14日間前から体温・体調等のチェックを徹底いたします。



当日はマスク等を着用し、こまめな手指消毒を徹底するとともに、少しでも体調に異常のある関係者・スタッフは入場させません。



発掘プログラムの運営にあたっては、3つの密（密集、密接、密閉）が発生しないよう留意し、会場設営及び運営いたします。



会場内にアルコール消毒液を設置するとともに、共用部分（測定機器・トレーニング器具・机・椅子・ドアノブ・手すりなど）のこまめな消毒を行います。

2. 参加者の皆様へのお願い

- 体調が良くない、同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる、新型コロナウイルス感染症陽性とされた方と濃厚接触した、参加前14日間に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航または該当在住者との濃厚接触がある場合は、参加を見合わせていただきますようお願いいたします。
- 参加前14日間は、ご自身の体調に留意し、プログラム当日には体調管理チェックシートのご提出をお願いいたします。

3. 介助者や保護者の皆様へのお願い

- 今年度の本プログラムにつきましては、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、参加者とスタッフの接触を可能な限り避けて運営いたします。また、プログラム中の参加者サポートについて、保護者や介助者の皆様をお願いする場合がございますので、参加者と同様の体調管理チェック等にご理解・ご協力をお願いいたします。

政府等より、新型コロナウイルス感染防止のための要請があった場合は、当日であってもプログラムを中止する場合がございますのでご了承ください。

東京都パラスポーツ次世代選手発掘プログラムとは

- ◎これから本格的に競技スポーツに挑戦したい。
- ◎現在取り組んでいる競技があるが、他にもっと自分に適した競技がないか、可能性を試したい。
- ◎普段は健常者の試合や大会に出場しているが、パラスポーツの分野でも活動したい。

など、今後アスリートとして、国際大会での活躍を目指す皆さんが競技と出会う機会を、サポートするプログラムです。これまでのスポーツ経験は問いません。ぜひご参加ください！

応募方法

参加をご希望の方は、ホームページからお申し込みください。

※郵送での申し込みをご希望の方は、表紙下部記載の事務局へお問い合わせください。

<https://www.para-athlete.tokyo/>

東京都 パラ発掘 検索



第1回 募集締切
8/28日

※第2回の募集については追って発表いたします。

対象者

以下の条件①～④を全て満たす方

- ① 今後、継続して競技スポーツに取り組み、国際大会等を目指す意思がある。
- ② 東京都在住、在学、在勤いずれか
- ③ 2023年3月末で年齢10歳から45歳程度まで。
- ④ 肢体不自由、視覚障害、知的障害のいずれかの障害がある。

※詳しくはホームページをご覧ください。

第1回

2022
9/23(金) 祝 10:00-18:00
中央区立総合スポーツセンター

<https://www.chuo-sports.jp/>

電車でお越しの方 都営地下鉄新宿線「浜町駅」A2番出口 徒歩2分
※駅構内にエレベーターあり

バスでお越しの方 都バス 錦11 錦糸町駅前一築地駅前
「浜町二丁目」下車

車でお越しの方 首都高6号線「箱崎JCT」より5分
※駐車スペースが限られるため、できる限り公共交通機関をご利用ください。



第2回

2022
11/26(土) 10:00-18:00
武蔵野の森総合スポーツプラザ

<https://www.musamori-plaza.com/>

電車でお越しの方 京王線「飛田給駅」徒歩5分
※駅構内にエレベーターあり

バスでお越しの方 京王バス「調33」「飛01」系統
調布駅[北口12番のりば]—西武多摩川線多磨駅
「味の素スタジアム入口」下車

車でお越しの方 中央道「調布IC」より5分

