

特集／障がいへの理解を深める <障害者週間：12/3～9>

障がい者スポーツから広がる「共生の輪」

毎年12月3日から9日までは、「障害者週間」です。障がいがある人もない人も、誰もが生き生きと暮らせるまちにするためには、一人一人が障がいについて正しく理解し、共に支え合うことが大切です。

また、障がいのある人自身がさまざまな分野の社会活動に積極的に参加し、生きがいづくりや仲間とのコミュニケーションを深めることも重要であり、スポーツへの参加もその1つです。

障がいのある人たちが自分の限界を超え、感動を与えてくれる「障がい者スポーツの世界」には、意外な驚きと熱い情熱が隠されています。この機会に、「障がい者スポーツの世界」から「共生社会」への理解を深めてみませんか。

詳しくは、障がい福祉課（☎47-7162）へ。

「デフリンピック」が日本で初開催

障がい者スポーツの国際大会である「パラリンピック」には、聴覚障がい者は参加できないことを知っていますか。

聴覚障がいのあるアスリートは、「デフリンピック」という4年に1度、夏季大会と冬季大会が開催される国際スポーツ大会に出場しています。日本初開催で100周年の節目となる「東京2025デフリンピック」が11月15日から26日まで開かれました。

聴覚障がいのある人は、スポーツにおいても、多くの困難があると言われています。バランスが取りにくいこと、情報量が少なくなることなどです。団体競技では、競技中も手話などでコミュニケーションをとっています。

音の代わりに光と動きで

デフリンピックでは、競技の実施に多くの工夫があります。音の代わりに光や人の動きを取り入れているのも特徴です。

競技中は補聴器などを外して、全員が公平に聞こえない立場となって競技に参加しています。合図が目で見えてわかるように、視覚的配慮がされています。

<工夫の例>

- ・スタートの合図が音ではなくランプの点滅
- ・審判の合図がフラッシュの点滅
- ・フラッグの上げ下げ
- ・サインエール



「一般財団法人全日本ろうあ連盟」提供

理解の一步が「共生」へ

デフリンピックのアスリートは、手話やアイコンタクトで意思疎通を図り、無音の世界の中で、息の合った動きや研ぎ澄まされた集中力を見せてくれます。その姿は、障がいの有無に関係なく、誰もが自分の力を発揮できる社会のあり方を私たちに示しており、障がいについて「理解への一步」に繋がっています。

例えば、手話で挨拶する人が増えることで、聴覚障がいのある人が安心して意思を伝えられます。字幕や文字情報を添えるだけで、もっと多くの人に届きます。このような、小さな「理解への一步」が、やがて大きな「共生の輪」へと広がっていきます。

手話でつながろう！講座も実施

手話の普及を目的として、6月25日に「手話施策推進法」が施行されました。

市では手話を学べる講座を開催していますので、ぜひご参加ください。

<大垣市の手話に関する取り組み>

- ・「夏休み親子手話講座」
- ・「障がい者サポーター研修会」(年4回)



「夏休み親子手話講座」の様子 (令和7年8月)

誰でも一緒にできる！

スポーツは誰もが楽しめるものですが、特にパラスポーツは、障がいの種類や程度に合わせてルールが工夫されており、年齢や体力、障がいの有無を問わず、気軽に楽しめます。

最近では、パラスポーツを通して、体を動かす喜びを分かち合いながら、障がいへの理解やつながりを育む活動が進んでいます。

<気軽に楽しめるパラスポーツ競技例>

①フライングディスク

「投げる、狙う、飛ばす」正確さと距離の頂点を目指す、身体障がいのある選手と知的障がいのある選手が出場可能な競技で、「ディスタンス」と「アキュラシー」の種目がある

・ディスタンス

男女別に、立位（立って投げる）と、座位（車いすなどに座って投げる）の4区分に分かれて、ディスクを3回投げ、最も距離の遠い着地点までの飛距離を競う競技

・アキュラシー

障がい区分や男女の区別なく、5mまたは7m離れたところから直径91.5cmの円を狙って10投し、通過した数から投球の正確さを競う競技

②ボッチャ

特に重度の脳性麻痺者や四肢麻痺者のために考案された誰もが参加できる頭脳スポーツで、的となる白いボールに、自分のカラーボールを投げたり転がしたりしてできるだけ近づける競技



挑戦の舞台で輝いた大垣市の選手

「わたSHIGA輝く障スポ」の愛称で、滋賀県において開催された「全国障害者スポーツ大会」(10月25～27日)で活躍した、大垣市の選手のうち、2人を紹介します。



後藤比斗司選手

▶出場競技／水泳

▶大会結果／25m平泳ぎ 1位 30秒74
25m自由形 2位 42秒19

▶コメント／事故に遭い、ショックを受けていた時に水泳に出会い、今ではのめりこんでいます。人とのつながりも財産です。今後も長く続けたい。



平松薫選手

▶出場競技／フライングディスク

▶大会結果／ディスタンス 4位 25m00cm
アキュラシー 5位 6投

▶コメント／大垣市の障がい者仲間に誘われたのが、競技を始めたきっかけ。たくさんの仲間ができて、4回目の国体に参加できて、感謝いっぱいです。

市内でも体験できます！

市内でもパラスポーツや軽スポーツの体験ができます。

詳しくは、岐阜県身体障害者福祉協会大垣支部（☎75-5405）へ。

①フライングディスク

- ・とき／土曜日（年4回不定期） 午前10時～正午
- ・ところ／赤坂スポーツ公園

②グラウンドゴルフ

- ・とき／毎月第1・3水曜日 午前9時～正午
- ・ところ／総合体育館芝生広場

③軽スポーツ（モルックを中心に全般）

- ・とき／随時（年2～3回）
- ・ところ／綾里地区センター多目的ホール

