

パラスポーツ体験会

パラスポーツを通して笑顔が生まれる

弘前スポレク祭

パラスポーツは、障がいのある人が行うスポーツのことで、競技人口が野球やサッカーなどのメジャースポーツと比べて少なく、認知度が低いと思われる。しかし、健常者の人たちがパラスポーツを体験することで、その楽しさを知ることができ、健常者と障がい者がスポーツを通して共存するきっかけをつくれるのがパラスポーツにおける一つの役割だと考える。そんなパラスポーツを実



際に体験することを目的として、10月9日に弘前市民体育館でパラスポーツ体験会が行われた。このイベントでは、車椅子バスケットボール、フライングディスクの4

目を体験することができた。子どもから大人まで誰でも体験することができ、子ども連れの家族などが多数来場され、初めて体験する競技を楽しんでいた。突き詰めていくと奥が深いパラスポーツだが、基本的なルールはシンプルであり、ルールを知らない小さな子どもたちが純粋に楽しんでいる様子が何よりも印象に残った。



取材先
NPO 法人スポ
ネット弘前

実際に体験してみて…

実際に私たちもパラスポーツを体験した。その一つであるゴールボールは、サッカーのPKのようなかたちで、一人が鈴の入ったボールを転がしもう一人が目隠しをしてそのボールをとめるのだが、止める側は音で方向などを判断しなければならぬのが難しかった。この体験により、パラスポーツへの関心が高まった。

青森とパラスポーツのこれから



本体験会を主催した金崎裕貴さんは、2026年に、約49年ぶりに開催される青森国体に向けて、「パラスポーツをもっとたくさんの人に知っ

てもらい、関わる人を増やしたい」と話す。弘前市では、フライングディスクと、ボッチャが開催される予定であるが、現時点では、青森県のチームが少なく、まだまだたくさんの人への普及が必要である。そのためにこのような活動を通して認知してもらい、青森県は、パラスポーツが盛んだと感じてもらい盛り上げていきたいと話す。

編集後記

私たちも実際にパラスポーツを体験してみて、身体の不自由な人だけでなく、健常者でも楽しめるスポーツが多く、とても貴重な経験となった。

たくさんの人にパラスポーツの楽しさを知ってほしいと感じた。

