



ユニバーサルスポーツってなんだろ?

ユニバーサルスポーツは、

障がいのある人も子どもも大人も、お年寄りも、

だれもが一緒に楽しめるスポーツです。

今回は、そのユニバーサルスポーツについて取材しました。



ユニバーサルスポーツについて

もともとは、けがをした人などがリハビリのときにするスポーツでした。そのため、座ったままできるなど体の負担が少なく、体が不自由な人も対等に楽しめます。また、ルールが簡単なため、小さい子どもでも勝てるチャンスがあります。そして、誰でもできるので、いろいろな人とプレイを通じてお互いを理解して、仲良くなれるのがいいところです。



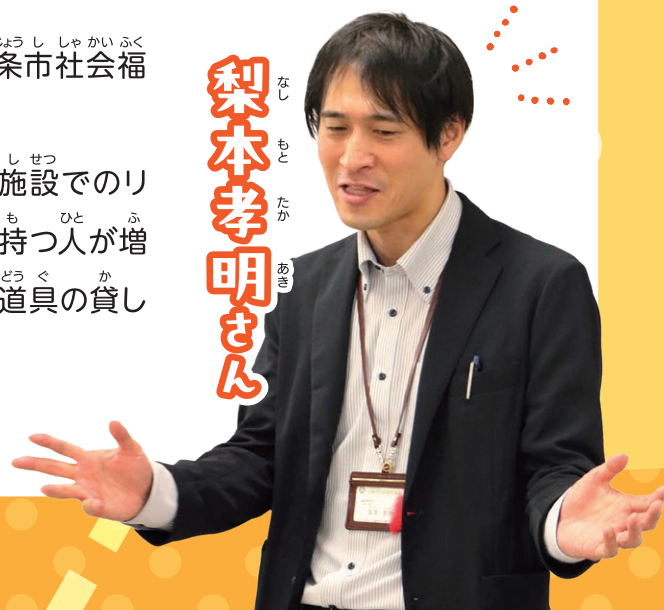
三条市社会福祉協議会の人に取材しました

ユニバーサルスポーツを広める活動をしている、三条市社会福祉協議会の梨本孝明さんにお話を聞きました。

ユニバーサルスポーツは、学校の授業や、高れい者施設でのリハビリとしても行われているそうです。最近では興味を持つ人が増えていて、市内でときどきイベントを行っているほか、道具の貸し出しもしているとのことでした。

(イベントについて詳しくは4ページをご覧ください。)

梨本孝明さん



卓球バレーを体験しました

卓球バレーは座ってします。2チームに分かれて卓球台の周りに座り、ラケットという木の板で球を打って転がして対戦します。卓球台から球が落ちるか、3打以内に相手のコートに返せなかったら、相手チームに点数が入ります。先に15点を取ったチームが勝ちです。立ち上がっているからおしりを浮かせるとファウルになります。卓球台がなくてもテーブルでもできます。



転がすと音が出る球

ラケット



*今回の取材は「ユニバーサルスポーツフェスタ2023inたいぶん」に参加して行いました。

体験して、障がいのある人の気持ちが少し分かったような気がしました。いすから立ってはいけないというルールは、体の不自由な人が不利にならないためだと思いました。このルールがあるので、他の人のことを気にしすぎることなく楽しめました。参加していた人も「やりやすくて、楽しい。」と話していました。

その他のユニバーサルスポーツ

ボッチャ



力のない人はランプという球を転がす道具を使います。

目標のボールに自分のボールを投げたり転がしたりして、どれだけ近づけられるかを競います。

車いすバスケットボール



競技用の車いすを使います。

車いすに乗っているバスケットボールです。