

第38回市民総合スポーツ大会

# 第29回福岡市障がい者スポーツ大会 大会要綱・申込書

- 総 合 開 会 式
- 陸 上 競 技 大 会
- フライニングディスク競技大会

会期 令和6年9月29日（日）[小雨決行]  
9時30分～15時20分（予定）

会場 東平尾公園博多の森陸上競技場  
補助競技場

- レクリエーション大会

会期 令和6年11月23日（祝土）  
10時30分～15時20分（予定）

会場 福岡市総合体育館 メインアリーナ  
（照葉積水ハウスアリーナ）

主 催

福岡市障がい者スポーツ協会、福岡市、福岡市教育委員会  
（公財）福岡市スポーツ協会、NPO 法人福岡市レクリエーション協会  
福岡市スポーツ推進委員協議会、各区体育振興会  
（社福）福岡市身体障害者福祉協会、（社福）福岡市手をつなぐ育成会  
（社福）福岡市社会福祉協議会、（社福）福岡市社会福祉事業団

# 大会要綱

## 1. 目的

障がいのある人が、初心者から上級者のレベルの人まで幅広い年齢層にわたって、各種スポーツとレクリエーションに参加し、健康や体力の維持・増進を図り、自己の可能性へ挑戦するとともに、すべての福岡市民に障がい者スポーツに対する理解を深めるため。

## 2. 主催

福岡市障がい者スポーツ協会、福岡市、福岡市教育委員会、(公財)福岡市スポーツ協会、NPO法人福岡市レクリエーション協会、福岡市スポーツ推進委員協議会、各区体育振興会、(社福)福岡市身体障害者福祉協会、(社福)福岡市手をつなぐ育成会、(社福)福岡市社会福祉協議会、(社福)福岡市社会福祉事業団

## 3. 主管

福岡市障がい者スポーツ大会実行委員会、福岡市陸上競技協会、市民総合スポーツ大会実行委員会

## 4. 後援(予定)

朝日新聞社、毎日新聞社、読売新聞社、西日本新聞社、日本経済新聞社西部支社、産経新聞社、時事通信社福岡支社、(一社)共同通信社福岡支社、NHK福岡放送局、RKB毎日放送、FBS福岡放送、九州朝日放送、TNCテレビ西日本、テレQ(順不同)

## 5. 特別協賛(予定) 福岡NOZライオンズクラブ、福岡筑前ライオンズクラブ

## 6. 協賛企業(予定) 20社

## 7. 総合開会式(小雨決行)

- (1) 開催日時 令和6年9月29日(日) 9時30分から10時00分終了予定
- (2) 会場 東平尾公園博多の森陸上競技場(〒812-0852 博多区東平尾公園2丁目1-2)

## 8. 陸上競技大会(雨天決行)

- (1) 開催日時 令和6年9月29日(日) 10時30分から15時00分競技終了予定

- (2) 会場 東平尾公園博多の森陸上競技場

### (3) 競技種目

#### ①個人競技

競技種目表(別表1)の該当区分の競技種目から、一人2種目まで申込むことができる。

なお、身体障がい者、内部障がい者(ぼうこう又は直腸機能障がい)、知的障がい者の障がい区分や、年齢区分に応じた競技種目については、令和6年度第23回全国障害者スポーツ大会と同じものを採用する。

その他の障がい者(精神障がい者)と20m競走については、全国障害者スポーツ大会の出場種目ではないため、全国障害者スポーツ大会の予選は兼ねない。

#### ②団体競技

学校、施設、作業所等の対抗400mリレー(100m×4人)を立位の部、車いすの部(電動含む)、混成の部(立位と車いす(電動含む))に分けて行う。各団体2チームまで申込むことができる。リレーについては、全国障害者スポーツ大会の予選を兼ねない。

## 9. フライングディスク競技大会(雨天決行)

- (1) 開催日時 令和6年9月29日(日) 10時30分から15時00分競技終了予定

- (2) 会場 東平尾公園博多の森陸上競技場 補助競技場

### (3) 競技種目

①身体障がい者と知的障がい者及び内部障がい者(ぼうこう又は直腸機能障がい)及び精神障がい者の競技種目とする。ただし、その他の障がい者(精神障がい者)については全国障害者スポーツ大会の予選を兼ねない。

②アキュラシー(正確性)とディスタンス(飛距離)の2種目を行う。

③アキュラシーはディスリート5(5m)かディスリート7(7m)のどちらかを選択する。

④アキュラシーは全障がい男女同一区分で実施し、ディスタンスは全障がいを座位、立位に分け男女別を実施する。

## 10. レクリエーション大会（屋内開催）

- (1) 開催日時 令和6年11月23日（祝土）10時30分から15時00分競技終了予定
- (2) 会場 福岡市総合体育館メインアリーナ（〒813-0017 東区香椎照葉6-1-1）
- (3) 種目 1. ボール運び 2. ボール転がし 3. 玉入れ 4. 物干しゲーム 5. じゃんけん列車  
※午後から団体によるダンス発表と参加者全員でダンスを行う。  
注）全種目において施設職員、ボランティア等との共同参加とする。

## 11. 参加資格

### 【陸上競技・フライングディスク競技大会】

以下（1）～（3）の条件を満たす者。

- (1) 福岡市内在住または福岡市内の施設、学校に入所及び通所並びに通学している者。
- (2) 下記の障害者手帳のいずれかの交付を受けた者。
  - ①身体障害者手帳（内部障がいはぼうこう又は直腸機能障がいのみ）の交付を受けた者。
  - ②療育手帳の交付を受けた者。あるいは、その取得の対象に準ずる障がいのある者。
  - ③精神障害者保健福祉手帳の交付を受けた者。あるいは、その取得の対象に準ずる障害のある者。※②または③の手帳を所持していない場合は、その取得の対象に準ずる障がいのあることを証明することができれば参加可能。（例：支援学級、支援学校に在籍。自立支援医療（精神通院）受給者証の取得。）
- (3) 中学生以上の方

### 【レクリエーション大会】

以下（1）～（3）の条件を満たす者。

- (1) 福岡市内在住または福岡市内の施設、学校に入所及び通所並びに通学している者。  
ただし、レクリエーション大会に限り当協会の正会員に登録している団体（サークル含む）であれば、市外でも可。
- (2) 下記の障害者手帳のいずれかの交付を受けた者。
  - ①身体障害者手帳（内部障がいぼうこう又は直腸機能障がいのみ）の交付を受けた者。
  - ②療育手帳の交付を受けた者。あるいは、その取得の対象に準ずる障がいのある者。
  - ③精神障害者保健福祉手帳の交付を受けた者。あるいは、その取得の対象に準ずる障害のある者。※②または③の手帳を所持していない場合は、その取得の対象に準ずる障がいのあることを証明することができれば参加可能。（例：支援学級、支援学校に在籍。自立支援医療（精神通院）受給者証の取得。）
- (3) 小学生以上の方

## 12. 申込方法

原則として施設、学校、作業所、クラブ・サークル等の団体で取りまとめて、各競技の総括申込書と一緒に添付して申込むこと。団体等に所属していない方は個人で申込みができる。不足分の申込書はコピーするか、ホームページからもダウンロード可能。

申込書は、下記申込み先に持参又は郵送、FAX、メールのみとし、電話による申込みは受け付けないものとする。ただし、FAXの場合は必ず送信確認をすること。メールの場合は平日開所日3日以内に返事がない場合は電話で確認すること。

- (1) 申込み期間 ※期間を過ぎての申込みはできません。  
《陸上競技大会・フライングディスク競技大会》 令和6年6月12日（水）～令和6年7月3日（水）必着  
《レクリエーション大会》 令和6年6月12日（水）～令和6年8月30日（金）必着
- (2) 申込み先 福岡市障がい者スポーツ協会  
〒810-0062 福岡市中央区荒戸3-3-39福岡市市民福祉プラザ3階  
電話 781-0561 FAX 781-0565  
メール fukuoka@suporeku-fuku.com  
ホームページ <https://www.suporeku-fuku.com/>

## 13. 参加料 無料とする。（ただし、参加に要する諸費用は、参加者の負担とする。）

#### 14. 表彰

陸上競技の個人競技及びフライングディスク競技の各組毎に行う。各組3位までの入賞者にはメダルを授与する。  
また、陸上競技の団体競技である施設・団体対抗400mリレーについては、各組3位までの入賞チームにトロフィーを授与する。

#### 15. 記録

陸上競技及びフライングディスク競技記録は、当日場内に掲示するとともに、大会終了後、福岡市障がい者スポーツ協会ホームページ <https://www.suporeku-fuku.com/> に掲載する。

#### 16. 健康・安全管理

- (1) 参加者は、十分な健康、安全管理に努める。
- (2) 競技中に事故が発生した場合の治療費は原則として、本人の負担とし、主催者は応急処置のみ行う。なお、主催者において傷害保険に一括加入する。

#### 17. その他

##### 【陸上競技・フライングディスク競技大会】

- (1) 身体障がい者、知的障がい者の陸上競技及び、フライングディスク競技については、令和7年度第24回全国障害者スポーツ大会（滋賀大会）の予選を兼ねるものとする。
- (2) 陸上競技とフライングディスク競技の両方への申込みは出来ない。
- (3) 市内各所から（往路、復路）の大会送迎バス（無料）を運行予定。バスの乗車については、後日調査の上、乗車券を発行予定。
- (4) 駐車場には限りがあるので、後日調査の上、駐車許可証を発行予定。
- (5) 競技場内への入退場は、係員の指示に従うこと。出場選手の介助等のため競技場内に入場できる者は予め許可を受けた者に限る。介助者による競技場内での写真撮影等は原則禁止とする。

##### 【レクリエーション大会】

- (1) 千早駅と福岡市総合体育館の間において大会送迎バス（無料）を運行予定。事前調査等は実施しない。  
運行時間については、申込者に後日案内予定。
- (2) 大会専用駐車場には限りがあるので、後日調査の上、駐車許可証を発行予定。
- (3) 一般駐車場を利用することもできる。（1時間100円 1日最大500円）※令和6年5月現在  
※市内居住の方で、障害者手帳をお持ちの方は、体育館の総合受付に駐車券と手帳を提示で減免可。
- (4) アリーナ内での写真撮影等は進行の妨げにならないようにすること。

##### 【共通】

- (1) 個人情報については、大会当日、報道機関等の取材が予想されるため、選手の写真・映像・氏名等がテレビや新聞等で報道されることがある。また、大会プログラム及び大会記録集には、障がい区分、年齢区分、氏名、所属団体等を掲載し、主催者のカメラマンが撮影した写真を協会ニュース及び協会ホームページ、次年度ポスター等に掲載し、市や関係団体の催し等に展示することがあり、これらのことについては、参加申込書類が手出されたことをもって同意があったものとする。
- (2) 不測の事態により、規模の縮小や開催を中止する場合がある。その際は申込みをいただいた代表の方にお知らせするとともに、当協会のホームページでも掲載する。

## 福岡市独自の競技及びルールについて

### 【陸上競技大会・フライングディスク競技大会 共通】

#### ＜精神障がいクラスについて＞

○全国障害者スポーツ大会の出場種目がない（予選を兼ねない）ため、福岡市独自に種目を設定している。

### 【陸上競技】

#### ＜競技運営について＞

○全国大会出場希望の有無により組み合わせを行う。全国大会出場希望者については、競技規則に準じて競技を行い、希望しない組については若干の緩和措置を設ける。

○20m競走については、全国障害者スポーツ大会の出場種目ではないため、福岡市独自に種目を設定している。組毎に上位3名を表彰する。

#### ＜介助者について＞

○介助者の内容はスタート位置までの声かけや誘導等となっており、スタート準備が整い次第、介助者はゴールの場で待機する。

#### ＜伴走者について＞

○原則、伴走者は視覚障がいの区分24・25の競走競技において認める。ただし、区分24の50m走については音響走のため、伴走者は認められないが、視覚と聴覚の障がい重複している競技者は音源を使わずに伴走者との競技を認める。

○伴走者は非伸縮性の50cm以内の紐などを持ち（選手と伴走者の間の距離は50cm以内となる）、スタートからゴールまで離してはならない。ただし、転倒などにより一時的に離す事態が生じた場合は除く。

○いかなる場合も、伴走者は競技者を引っ張る、押して前進させるといった推進を助けるようなことはしてはならない。

○本大会では視覚障がい以外の障がいでも、障がいで上の理由がある場合には伴走者をつけての出場を認める。その場合、同じ障がい区分で年齢区分なしの表彰組とする。

その場合の伴走については、並走しての声かけ等は認めるが、競技者を引っ張る、押して前進させるといった推進を助けるようなことはしてはならない。

○伴走者については申込時に申請するもの。レーンの組み合わせ上、申込み後の伴走者の申請は認めない。

○事前に伴走の申請をせずに、競技者と並走して声かけ等をおこなった場合は伴走とみなす。その際は失格となる。

#### ＜競走競技について＞

○1500mについては、競技運営上、1レースの競技時間を10分程度とし、10分を経過した時点でレースを中止し、ゴールしていない選手は失格となる場合がある。

#### ＜跳躍競技について＞

○立幅跳の踏切は、踏切板を使用せず、砂場近くに踏切線を設ける。

○走幅跳は1m以上の跳躍力がないと踏切板から砂場に届かず危険なため、申し込む際には注意する。

○走高跳のバーの高さの上げ幅は審判長が決定する。選手はあらかじめ跳び始める高さを決めておく。ただし、1m以下は測定不能とする。

#### ＜団体競技について＞

○学校、施設、作業所等の対抗400mリレーは全国障害者スポーツ大会の予選を兼ねない。

○車いすの部（電動含む）と混成の部（立位と車いす（電動含む））については、1チーム4名で400mを走っても良い。（距離の選択可）

○チーム編成については、男女別、男女混成は問わない。

○競技運営上、1レースの競技時間を10分と定める。10分を経過した時点でレースを中止し、フィニッシュしていないチームは失格となる場合がある。

### 【フライングディスク競技】

#### ＜アキュラシー競技について＞

○競技規則ではサイトの設置は追い風を原則としているが、運営上、サイトの方向変更はおこなわない。

※吹き流しは設置

○競技規則では試技の時間はプレーヤーが1投目のディスクを受け取ってから5分としているが、競技進行上、今大会では3分とする。3分をこえた試技は無効とする。

○競技規則ではいくつかの条件でも順位が決定しない場合、再投は最大5セットとしているが、競技進行上最大2セット（1セット3投）とする。

#### ＜ディスタンス競技について＞

○競技規則では1サイトは横20m以上、縦60m以上としているが、運営上、この限りではない。

＜別表1＞第29回福岡市障がい者スポーツ大会個人競技・種目

1. 陸上競技

◎男女別・年齢区分別 ▲男女別・年齢区分なし ○男子のみ・年齢区分なし △女子のみ・年齢区分なし

年齢区分については 令和6年9月29日現在		競走								跳躍			投てき							
【身体・内部障がい者】 1部 39歳以下 2部 40歳以上	【知的障がい者】 少年 13～19歳 青年 20～35歳 壮年 36歳以上	区分番号	障がい区分	20m	50m	100m	200m	400m	800m	1500m	スラローム	走高跳	立幅跳	走幅跳	砲丸投	ソフトボール投	ジャベリックスロー	ビーイング投		
				※1 ※7	※1															
肢体不自由	1	上肢	1 手部切断 片前腕切断または、片上肢不完全 片上腕切断または、片上肢完全		◎	◎					◎※3		◎	◎	◎	◎	◎			
			2 両前腕切断または、片前腕および片上腕切断 両上肢不完全		◎	◎							▲	◎	◎					
			3 両上腕切断または、両上肢完全		◎	◎							▲	◎	◎					
		下肢	4 片下腿切断または、片下肢不完全	▲	◎	◎								◎	◎	◎	◎	◎		
			5 片大腿切断または、片下肢完全	▲	◎	◎								◎	◎	◎	◎	◎		
			6 両下腿切断	▲	◎	◎								◎		◎	◎	◎		
			7 片下腿および片大腿切断 両下肢不完全	▲	◎									◎		◎	◎	◎		
		体幹	8 両大腿切断または、両下肢完全														◎	◎	◎	
	9 体幹 ※2		▲	◎	◎								◎	◎	◎	◎	◎			
	2	脳原性麻痺 以外で車いす 常用、使用	10 第6頸髄まで残存	▲	◎	◎						◎							◎	
			11 第7頸髄まで残存									◎							◎	
			12 第8頸髄まで残存			◎※3	◎※3			◎※3	◎※3	◎					◎	◎	◎	
			13 下肢麻痺で座位バランスなし			◎	◎			◎	◎						◎	◎	◎	
			14 下肢麻痺で座位バランスあり			◎	◎			◎	◎	◎※3					◎	◎	◎	
	15 その他の車いす			◎※3	◎※3			◎※3	◎						◎	◎	◎			
	3	脳原性麻痺 (脳性麻痺、 脳血管疾患、 脳外傷等)	16 四肢麻痺で車いす使用	▲	◎							◎							◎	
			17 けて移動	▲	◎							◎							◎	
			18 片上下肢または片上肢で車いす使用	▲	◎							◎						◎	◎	
			19 上肢で車いす使用	▲	◎	◎	◎		◎	◎	◎	◎					◎	◎	◎	
			20 その他走不能														◎	◎	◎	
			21 上肢に不随意運動を伴う走可能	▲	◎	◎	◎				◎	◎		◎	◎	◎	◎	◎	◎	
			22 その他走可能	▲	◎	◎	◎				◎	◎		◎	◎	◎	◎	◎	◎	
	4	23 電動車いす常用	▲								◎							◎		
視覚障がい ※5	24 視力0から0.01まで ※6		◎	◎	◎		◎	◎				◎	◎	◎	◎	◎				
	25 その他の視覚障がい		◎	◎	◎		◎	◎			▲	◎	◎	◎	◎	◎				
聴覚・平衡機能障がい、 音声・言語・そしゃく機能障がい	26 聴覚障がい		◎	◎	◎		◎	◎			▲	◎	◎	◎	◎	◎				
知的障がい	27 知的障がい	▲	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎		▲	◎	◎		◎	◎				
内部障がい	28 ぼうこう又は直腸機能障がい		◎						◎			◎	◎		◎	◎				
その他の障がい	29 精神障がい ※4			▲	▲				○		○		△		▲					

- ※1 20m競走と50m競走で使用する車いすは日常生活用とする。
  - ※2 体幹とは頸部・胸部・腹部及び腰部（脊柱）のみに変形がある者（脊椎カリエス等による体幹の障がい）が該当する。ただし、四肢の機能障がいを伴う場合は体幹の機能障がいがあってもこの区分には該当しない。
  - ※3 複数の障がい区分にわたり1つの◎がついている場合は、一つの区分として競技をおこない、順位を決定する。
  - ※4 その他の障がい（精神障がい）については全国障害者スポーツ大会の予選を兼ねない。（該当競技ではないため。）
  - ※5 視力は「矯正後の良い方の視力」で判定する。
  - ※6 障がい区分24は光を通さないアイマスクまたはアイシェードを装着する。
  - ※7 20m競走については全国障害者スポーツ大会の予選を兼ねない。（該当競技ではないため。）
- 【注】競走競技は50mと100m、跳躍競技は立幅跳と走幅跳、投てき競技は障がい区分8を除き、ソフトボール投とジャベリックスローの両方に申込むことはできない。

2. フライングディスク

◇区分なし ●男女別

	アキュラシー		ディスタンス	
	ディスリート5	ディスリート7	座位	立位
肢 体 不 自 由				
視 覚 障 が い				
聴 覚 障 が い	◇	◇	●	●
知 的 障 が い				
内部障がい(ぼうこう又は直腸機能障がい)				
精 神 障 が い ※1				

※1 精神障がいについては全国障害者スポーツ大会の予選を兼ねない。（該当競技ではないため。）

〈参考〉障がい区分の解説

■肢体不自由1

		障がい区分名	解 説	
切断または機能障がい	立位	切断	手部	片側および両側の手部切断
			片前腕	手関節の離断を含む片側の前腕の切断者
			片上腕	肘関節の離断を含む片側の上腕の切断者
			両前腕	両側手関節離断を含む両側の前腕の切断者
			両上腕	両上腕の切断者
		片前腕および片上腕	片前腕の切断および片上腕の切断者	
		機能障がい	片上肢不完全	片側の肩・肘・手関節のうちまたは二関節に機能障がいがある者
			片上肢完全	片側の肩・肘・手関節のすべてに機能障がいがある者
			両上肢不完全	両側の肩・肘・手関節のうちまたは二関節に機能障がいがある者
			両上肢完全	両側の肩・肘・手関節のすべてに機能障がいがある者
	下肢		切断	片下腿
		片大腿		膝関節の離断を含む片大腿の切断者
		両下腿		両側の下腿の切断者
		機能障がい	両大腿	両側の大腿の切断者
			片下腿および片大腿	片下腿の切断および片大腿の切断者
	上下肢	切断	片下肢不完全	片側の股・膝・足関節のうちまたは二関節に機能障がいがある者
			片下肢完全	片側の股・膝・足関節のすべてに機能障がいがある者
			両下肢不完全	片側の股・膝・足関節のうちまたは二関節に機能障がいがあり、両側にそれぞれある者
		機能障がい	両下肢完全	両側の股・膝・足関節のすべてに機能障がいがある者
			片上肢および片下肢	片上肢の切断および片下肢の切断者
体幹	多肢切断	三肢以上の切断者		
	片上肢不完全および片下肢不完全	片上肢不完全および片下肢不完全の者		
	片上肢完全および片下肢完全	片上肢完全および片下肢完全の者		
		体幹	頸部・胸部・腹部および腰部(脊柱)のみに変形がある者(脊椎カリエス等による体幹の障がい該当する)【注1】	

【注1】四肢の機能障がいを伴う場合は体幹の機能障がいがあってもこの区分には該当しない。

■肢体不自由2

		障がい区分名	解 説
脊髄損傷等	脳原性麻痺以外で車いす常用または使用	第6頸髄まで残存	肩関節周囲の筋力はほぼ正常な四肢麻痺者(肘関節の屈曲と手関節の背屈は正常)
		第7頸髄まで残存	肩関節周囲と肘関節周囲の筋力がほぼ正常な四肢麻痺者(肩関節と肘関節、手関節の背屈と掌屈が正常だが、物がにぎれない)
		第8頸髄まで残存	肩関節周囲と肘関節周囲と手関節周囲の筋力はほぼ正常で指の曲げ伸ばしも可能な四肢麻痺者(把持能力はあるが、指を強く開いたり閉じたりできない)
		下肢麻痺で座位バランスなし	【注2】
		下肢麻痺で座位バランスあり	
		その他の車いす	脳原性麻痺や脊髄麻痺以外の車いす使用者(例：両下肢切断のため車いすを使用し競技する者)

【注2】「座位バランス」の判定は、「へそ」の位置の知覚レベルの有無が一つの判断基準となり、背もたれのない座位の状態であらゆる支えなく座ることができる場合は「座位バランスあり」と判断する。

■肢体不自由3

		障がい区分名	解 説
(脳性麻痺・脳血管疾患・脳外傷等) 脳原性麻痺	車いす	四肢麻痺で車いす使用	四肢に著しい可動域制限や協調運動障がいがある者で両上肢駆動による車いす使用者
		けって移動	両上肢の障がいや重度のため両下肢または片下肢で車いすを駆動させる者
		片上下肢または片上肢で車いす使用	片側の上肢と下肢で車いすを操作する者
		上肢で車いす使用	上肢による車いす使用者【注4】
	立位	その他走不能	杖や下肢装具の使用の有無に関わらず、走ることができない者
		上肢に不随意運動を伴う走可能	目的動作に障がいのでの上肢協調運動障がいがあるが、走ることが可能な者
		その他走可能	【注5】
	その他	電動車いす常用	四肢体幹機能障がいにより日常生活で常に電動車いすを使用している者

【注4】ハンドリムを瞬時に把持したり、ハンドリムをプッシュする際に肘関節を完全に伸展させることができるものはこの区分に該当する。

【注5】「上肢に不随意運動を伴う走可能」に該当しない走可能な者すべてがこの区分に該当する。

■視覚障がい

		障がい区分名	解 説
視覚障がい	視力0から0.01まで	【注6】【注7】	
	その他の視覚障がい		

【注6】視力は「矯正後の良い方の視力」で判定する。視力を算出する際、光覚弁、手動弁は視力0、指数弁は視力0.01とする。

【注7】矯正後の良い方の視力が0.02以上の場合は、視野障がいの有無に関わらず、その他の視覚障がいへ区分される。

■聴覚・平衡機能障がい、音声・言語・そしゃく機能障がい

		障がい区分名	解 説
聴覚・平衡機能障がい、音声・言語・そしゃく機能障がい	聴覚障がい	区分しない	

■知的障がい

		障がい区分名	解 説
知的障がい	知的障がい	区分しない	

■内部障がい

		障がい区分名	解 説
内部障がい	ぼうこう又は直腸機能障がい	脊髄損傷等で合併したぼうこう又は直腸機能障がい者は含まない	

■精神障がい

		障がい区分名	解 説
精神障がい	精神障がい	区分しない	

## レクリエーション

### <午前の部>

#### ～準備運動（全員参加）～

##### 1. ボール運び

ブロック対抗。1組6名で大判のシートに、大きなボールを乗せて運ぶレース。  
第一走者から次走者へとシートとボールを渡していくレース式競技。

##### 2. ボール転がし

ブロック対抗。各ブロック、2列で向かい合い、前にいる人と2人でボールを持ち、隣の2人に転がしながらボールを渡し折返し地点まで転がす。最後の2人まで転がしたらそのまま折り返し、行きと同じようにゴールまでボールを転がす。

##### 3. 玉入れ

ブロック対抗。決められた時間内にブロック指定のカゴに玉を入れ、多く入れたブロックの勝ちとする。

#### ～昼休憩～

#### ～ダンス発表～ ※調整中

#### ～みんなでダンス～

### <午後の部>

##### 4. 物干しゲーム

ブロック対抗。1組約5名でカゴに入ったタオル等を物干しロープに干し、空のカゴを次の走者組に渡す。2番目の走者組は干してあるものを取ってカゴに入れ、次の走者組に渡す。  
(走順が奇数組は干す、偶数組は取り込む)

##### 5. じゃんけん列車

ブロック対抗。出場者全員で、身近な人を見つけてじゃんけんをして、負けた人が勝った人の後ろにつき肩に両手をかけ「列車」になる。その後も、先頭同士がじゃんけんをして繰り返していく。(じゃんけんが出来ない人は、口答または介助者や参加団体の方にじゃんけんをしてもらう。)最後は一つ輪になる。

#### ～整理運動（全員参加）～