



障害者スポーツを知ろう！



たつの市では、スポーツ推進計画に基づき「誰もが、いつでもどこでも楽しめる、生涯スポーツ社会の実現」を目標に年齢、性別や障害の有無に関係なく、誰もが一緒に楽しむことができる障害者スポーツの普及を行っています。

▼スポーツ振興課(龍野体育館(☎63・2261))

たつの市と障害者スポーツ

本市の障害者スポーツに対する取り組みや各種イベント等について紹介します。

障害者スポーツ大会

毎年5月には兵庫県主催で「兵庫県障害者のじぎくスポーツ大会」が開催されています。本市からも多くの方が参加され、県内各地の選手とともに汗を流されています。本大会は全国障害者スポーツ大会の予選を兼ねていることから、参加者

の中には兵庫県代表として全国大会へ出場される方もいます。全国大会に出場される選手については、本市から激励金を支給し、全国大会での活躍を応援しています。

障害者レクリエーション・スポーツ交流事業

障害者への理解を深めることを目的に「障害者レクリエーション・スポーツ交流事業」を実施しています。本事業では、ボッチャやモルックといった障害者スポーツやレクリエー

ション等を通じた障害体験を行い、参加者が障害への気づきや理解を深めるきっかけ作りを行っています。

障害者&健常者モルック交流大会

令和4年度には、「第1回障害者&健常者モルック交流大会」を開催しました。本大会では12チーム総勢36名の参加があり、障害の有無に関係なく皆で「モルック」を楽しむことができました。なお、今年度も同大会を開催する予定です。詳細が決まり次第、広報でお知らせします。



障害者&健常者モルック交流大会

障害者スポーツ指導者の養成

地域スポーツの推進等を目的として、市民の方を「スポーツ推進委員」として委嘱し、地域でのスポーツ活動の実施や指導を依頼しています。

令和3年度には、スポーツ推進委員に、障害者スポーツへの理解を深めていただくため、障害者スポーツに関する研修会やモルック講習会を、令和4年度には講演会や車いすバスケットボール等を体験していただきました。

また、スポーツ推進委員に、障害者スポーツの専門的な知識を学んでいただけるよう「障害者スポーツ指導者資格」の取得費用を助成し、地域にお



車いすバスケットボール体験

各種体験会等の実施

障害者スポーツを一人でも多くの方に知っていただくため、モルックやボッチャ等の各種体験会や出前講座を実施しています。

また、障害者団体への支援として、障害者団体にて「ボッチャ大会」が開催された際には、ルール説明や審判等の大会補助を実施しました。



ボッチャ大会

モルック体験会

本市から全国大会(兵庫県代表)への出場状況

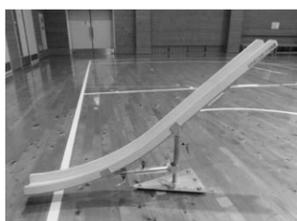
| 年度 | 開催地 | 種目 | 人数 |
|-------|------|------------|----|
| 平成30年 | 福井県 | 車いす(スラローム) | 2名 |
| | | 水泳 | 1名 |
| | | 卓球 | 1名 |
| 令和元年 | 茨城県 | 陸上(砲丸投げ) | 1名 |
| | | 陸上(100m) | 2名 |
| | | 卓球 | 1名 |
| 令和3年 | 三重県 | 陸上(100m) | 2名 |
| | | 陸上(200m) | 1名 |
| 令和4年 | 栃木県 | 陸上(100m) | 2名 |
| | | 陸上(200m) | 2名 |
| 令和5年 | 鹿児島県 | 陸上(100m) | 1名 |
| | | 陸上(200m) | 1名 |
| | | 卓球 | 1名 |

障害者スポーツを紹介！

障害者スポーツは年齢や性別、障害の有無に関係なく、誰もが一緒に楽しむことができるよう考案されています。ここでは障害者スポーツである「ボッチャ」および「モルック」を紹介いたします。

ボッチャ

ボッチャはヨーロッパで考案されたスポーツで、パラリンピックの正式種目としても採用されています。基本ルールは簡単に「ジャックボール」と呼ばれる白いボール(目標球)に自



「ランプ」スロープの長さや角度を調整して使用します。

身のボールをいかに近づけることができるかを競う競技です。ボールの投げ方に決まりはなく、上投げや下投げ、手で投げられない場合はボールを蹴ることも可能です。

また、自ら投球できない方は、「ランプ」と呼ばれる滑り台のような勾配器具を用いて競技を行います。

ルール(ボッチャ)



対戦は2チームまたは2人以上で行います。各チームが6球ずつ投球し、ジャックボールにいに近づけるかを競います。

- 試合の流れ
 - ① 先行と後攻の決定
 - ② 先行が「ジャックボール」(白色)を投球
 - ③ 先行が自身のカラーボールを投球
 - ④ 後攻が自身のカラーボールを投球
 - ⑤ 「ジャックボール」(白色)からカラーボールが遠いチームが、相手よりも近づくか、ボールが無くなるまで投球
 - ⑥ 両チームが6球全てを投球後、審判が得点を判定
 - ⑦ 先行と後攻を入替、②～⑥を繰り返す。
 - ⑧ 個人・ペア戦は4回、チーム戦は6回実施。合計得点で勝敗を決定
- ポイント

カーリングのように、他のボールを弾くことで自身により有利な状況を作ります。

ルール(モルック)



対戦は2人以上で行います。

- 試合の流れ
 - ① 先行と後攻の決定
 - ② 先行が「スキttl」(ピン)に向けて、モルック(木の棒)を投てき
 - ③ 倒れた「スキttl」(ピン)に応じて合計得点を記録

1本のみ倒れた…スキttlに書かれた数字が得点

複数本倒れた…倒れたスキttlの数が得点
 - ④ 後攻がスキttl(ピン)に向けて、モルック(木の棒)を投てき
 - ⑤ ③と同様に得点を記録
 - ⑥ ②～⑤を繰り返し、得点の合計が先に50点ちょうどとなった者が勝利。得点の合計が50点を超過した場合は、25点から再スタートを行います。
- ポイント

試合後半には、スキttlが離れ離れになるため、モルックの正確な投てきが勝敗のカギです。

モルック

モルックは「モルック」と呼ばれる木製の棒を投げ、「スキttl」と呼ばれる数字が書かれたピンを倒す競技です。「スキttl」が1本のみ倒れた場合は「スキttl」に書かれた数字を、複数本倒れた場合は、倒れた「スキttl」の数を合計し、50点ちょうどを目指します。フィンランド発祥のニュースポーツで、パラリンピック正式種目としての採用を目指し、全国各地で体験会や大会等が開催されています。



どちらが近いか計測中



投球の様子



モルックの様子

障害者スポーツを体験してみませんか

新たな取り組みとして、今年度は日本でもトップクラスの選手を招き、誰でも参加可能な「フレスコボール体験会」を10月22日(日)および令和6年2月4日(日)に開催する予定です。

また、今回ご紹介した「ボッチャ」、「モルック」等の障害者スポーツは出前講座にて体験可能です。費用は無料で、競技に必要な道具や会場準備等もスポーツ振興課で行います。自治会や子ども会等の行事で実施することも可能ですので、ぜひご利用ください。

※フレスコボールとは、ペアで向き合い、ラケットでゴム製ボールを落とさないように打ち合う競技です。