

2026.03

Vol. 12

# ちばし パラスポーツ コンシェルジュ通信

Chiba City Para Sports Concierge Magazine

## はじめよう パラスポーツ!

2026年3月1日開催!!  
みんなで交流チャレンジ大会特集  
教室参加者が「卓球大会」に出場!!  
ピックルボールのご紹介  
令和8年度パラスポーツ教室 開催日程



昨年の「みんなで交流チャレンジ大会」の様子

photo by 千葉市スポーツ協会職員



千葉開府 900年

千の葉に 時を刻んで 900年

CPSC

Chiba City Para Sports Concierge

発行元:公益財団法人 千葉市スポーツ協会

2026年3月1日(日)千葉ポートアリーナで開催!!

千葉市スポーツ協会主催 令和7年度パラスポーツ教室

## みんなで交流チャレンジ大会

会場 千葉ポートアリーナ(メインアリーナ、サブアリーナ)

大会日後に  
どなたでも参加できる  
**体験会**  
も!!

### ボッチャ



#### 前年度参加者の声

- たくさんの方が出てほかの人と試合をすることが出来て楽しかったです。
- もっと練習して良い成績をおさめたいです。

### フライングディスク



#### 前年度参加者の声

- 学校行事以外でスポーツ大会に参加したのが初めてで良い経験になりました。
- 通常の練習とは違う「大会」といった雰囲気で楽しめました。
- 子どもがとても楽しんでいました。

### バドミントン



#### 前年度参加者の声

- ダブルスの試合がたくさん出来てよかったです。
- スタッフさんがとても優しく接してくれて安心して試合ができました。
- 皆と楽しくできました。

### バスケットボール



#### 前年度参加者の声

- みんなと楽しい交流試合ができました。
- Bリーグの会場でできたことが励みになりました。
- 子どもがすごく楽しみにしていて、大会に参加できて喜んでいました。



今大会は、今年で3回目の開催で、教室卒業生を含むパラスポーツ教室参加者が、これまでの練習の成果を発揮し多くの方に見ていただく機会とともに、普段行うことのできない別競技を体験する時間も設けています。参加者の皆さんが思いっきりパラスポーツを楽しむ姿をご覧ください。

※見学自由(2階席)。これからパラスポーツを始めてみたい方、また再開してみたいとお考えの方のご観覧をお待ちしております。

## 卓球



### 前年度参加者の声

- 楽しくてそして笑顔がたくさんありました。
- 試合は負けましたが、とても楽しくできたので参加してよかったです。
- 様々な人と交流することができてよかったです。

## ビームライフル



### 前年度参加者の声

- 練習より点数を競った方が楽しいので参加してよかったです。
- 次回も参加したいと思います。
- 他の種目も見ることができてよかったです。知り合いの方の競技も見られてよかったです。

## レクスポーツ



### 今年度参加予定者の声

- 初めて参加するので今からわくわくしています。
- 普段教室でやっているボウリングやカーリングの楽しさを他の人にも知ってもらえればと思っています。

## 大会スケジュール

- 9:20 開会式  
9:40 競技 開始  
11:20 競技 終了  
11:25 体験会 開始  
12:55 体験会 終了

※上記は予定であり、変更もあります。

### ① 大会(試合)は、メインアリーナ・サブアリーナで開催。

- メインアリーナ: ボッチャ、フライングディスク、バドミントン、卓球、ビームライフル、レクスポーツ
- サブアリーナ: バスケットボール

**参加対象** 千葉市スポーツ協会主催パラスポーツ教室の参加者、また過去に参加経験のある方。(事前申込みが必要)

### ② 体験会は、全種目ともメインアリーナで開催。

体験会は全種目ともどなたでも参加可能です。

※体験会に参加する際には室内用シューズが必要となります。

# パラスポーツ教室参加者が 『卓球大会』に出席!!

千葉市スポーツ協会主催「パラ卓球教室」の参加者2名(子安さん・仲森さん)が、「千葉ネオライオンズクラブ卓球大会」に出場し、日頃の練習の成果を発揮し奮闘した様子をお届けします。



## 第9回千葉ネオライオンズクラブ卓球大会

### 日 時

2025年12月6日(土) 9:30~15:00

午前:予選リーグ、午後:予選順位ごとのトーナメント

### 会 場

千葉県スポーツ科学センター4F多目的アリーナ

### 内 容

障がいの区分に関係なく主催者の組み合わせにより対戦。

子安さん

予選Fリーグ  
1勝3敗(4位)



4位トーナメント 準決勝進出



### コメント

サーブが好調で得点源となりました。一方で、チャンスボールが来た時に焦ってしまい、接戦を落としてしまったのが反省点です。ただ何より、楽しく参加することができて良かったです。

仲森さん

予選Kリーグ  
2勝(1位)



1位トーナメント 準々決勝進出



### コメント

攻められた時にコースをもっと考えて打てばよかったです。これまでのキャリアで学生たちのパワーをかわすことが出来たが、最後は自らのミスで負けてしまいました。次また頑張ります。

## 大>会>を>ふ>り>返>っ>て

日頃の教室では卓球を楽しんでもらうことを目的に開催していますが、勝敗を意識した大会となると厳しいコースを狙ったり、ボールに様々な変化をかけたりと競技性が非常に高くなり、必死にくらいついている様子が見受けられました。両名の選手とも予選から順位トーナメントまで複数勝利を収めることができたことは良かったですし、今後も貪欲にチャレンジを続けてほしいと思います。

# サークル・団体紹介 ピックルボール



全米では人気No.1、日本国内でも人気沸騰中のニュースポーツ「ピックルボール」!! テニス、バドミントン、卓球の要素が交ざった楽しいスポーツです。今回は、千葉市内で活動中の障がいのある方が参加しているサークル、競技団体をご紹介します。

## ピックルボール千葉クラブ

活動場所:千葉市ハーモニープラザ

練習日:月2回(土日いずれか) ※体験お待ちしております。



TVやSNSで見かけ『楽しそう』と感じました。以前、テニス経験はありました。移動範囲が広く難しさを感じるようになってきたので、コート面積の狭いピックルボールなら自分でも楽しめると思いました。ボールを打った時の音が爽快感があって楽しいです。



以前、体験会に参加して楽しかったので、また体験にきました。(高田)  
男女で差が生じずに楽しめるところが良い。2~3時間練習すると初心者の方でもラリーができるようになります。年齢を重ねても楽しめますよ。(鈴木)



### 練習会参加要件

千葉市在住・在勤のピックルボールに興味のある人。障害のある人は手帳をお持ちください。

※体験会は無料で実施しています。

### 初心者でも基礎から丁寧に教えます。



Youtubeで見たのがきっかけ。自分自身、テニスをやっていたが年齢や体の変化によってテニスができなくなつて辞めていく人を見て、『何かもっと皆ができるスポーツはないか』と思っていた時に出会つて『これは楽しめるスポーツだ』と感じたためピックルボールを始め、サークルを立ち上げました。障害の有無に関係なく皆で楽しめるサークルになることが目標です。参加者の皆さんに「できた」「やつた」と喜ぶ姿を見られることも楽しさの一つになっています。



パドルタップ  
パドル(ラケット)をコツンと合わせハイタッチ代わりに試合開始前、終了後等に行う。



日本パラ  
ピックルボール  
協会

全国各地でピックルボールの体験会を実施しています。

(競技用車いす、パドルの貸出無料)

- ピックルボールとは、テニス・卓球・バドミントンの要素を取り入れたラケット競技です。
- ボールはプラスチック製の穴あきボールで、スピードが抑えられ簡単に打ち合うことができます。
- ユニアイドダブルス(健常者と障害者がペアを組む)が魅力の1つです。
- ※当協会ホームページには、体験会情報が掲載されていますのでご覧ください。

上記サークルへの参加(体験)をご希望の方は、ちばしパラスポーツコンシェルジュまでご連絡ください。

千葉市スポーツ協会主催

# 令和8年度 パラスポーツ教室 開催日程

知的・発達・精神に障害のある方対象の教室

## ①フライングディスク教室



会場 磯辺スポーツセンター

土曜	4/18 10/3 1/30	5/16 11/28 2/20	6/20 12/19 3/20
----	----------------------	-----------------------	-----------------------

チャレンジコース 13:30～15:00

ステップアップコース 15:15～16:45

## ②バドミントン教室



会場 千葉市ハーモニープラザ

土曜	5/23 9/19 1/16	6/13 10/24 2/6	7/4 11/21 3/20
----	----------------------	----------------------	----------------------

チャレンジコース 13:20～15:00

ステップアップコース 15:10～16:50

## ③バスケットボール教室



会場 高洲スポーツセンター

日曜	4/26 10/11 1/10	5/10 11/22 2/14	6/14 12/13 3/14
----	-----------------------	-----------------------	-----------------------

チャレンジコース 9:45～11:45

ステップアップコース 13:30～15:30

## ④ボッチャ教室(知的)



会場 千葉市ハーモニープラザ

土曜	5/23 9/19 1/16	6/13 10/24 2/6	7/4 11/21 3/20
----	----------------------	----------------------	----------------------

9:30～11:00

## 身体に障害のある方対象の教室

### ⑤レクスポーツ教室



会場 千葉市ハーモニープラザ

5/24 6/21 9/20  
11/8 1/24

14:30~16:00

### ⑥ボッチャ教室(身体)



会場 千葉市ハーモニープラザ

4/19 5/24 6/21  
9/20 10/18 11/8  
1/24 2/21

9:30~11:00

### ⑦ビームライフル教室



会場 千葉市ハーモニープラザ

4/19 5/24 6/21  
9/20 10/18 11/8  
1/24 2/21

10:00~11:30

### ⑧卓球教室



会場 千葉ポートアリーナ

火曜  
日程は決定次第、  
当協会ホームページ等で  
発表します。

18:30~20:00

体験をご希望される方は、ちばしパラスポーツコンシェルジュまでご連絡ください。

スポーツを始めたい方はご相談ください!  
パラスポーツコンシェルジュがサポートします

## 「パラスポーツコンシェルジュ」ってなに???

障害のある方に対して、障害の種類や程度に合わせたおすすめスポーツの紹介から、実際にスポーツ講座や団体・サークルとのマッチングまでを行い、皆様の日常的なスポーツ活動への参加をサポートします。

どんな  
スポーツがあるか  
知りたい

スポーツを  
体験したい

スポーツを  
始めたい

自分にできる  
スポーツを  
見つけたい

そんな障害のある方に…アドバイス、サポートさせていただくのが

## 「パラスポーツコンシェルジュ」です。

【対象者】千葉市在住・在勤・在学を基本とする、身体・知的・精神障害のある方



お問い合わせ・ご相談お待ちしております  
お気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ **043-312-0605**  
FAX 043-312-7076

公益財団法人  
千葉市スポーツ協会

ちばしパラスポーツコンシェルジュ



千葉市中央区問屋町1-20 千葉ポートアリーナ3階

火～日曜日 9:00～17:00 《休業日》月曜日・祝日・年末年始 <https://chibacity.spo-sin.or.jp/parasports/>

### 千葉ポートアリーナまでのアクセス

#### モノレール利用の場合

千葉都市モノレール「市役所前駅」下車、改札出て左側木更津方面徒歩8分

#### 電車利用の場合

京成電鉄京成線「千葉中央駅」下車、改札出て左側国道357号方面徒歩12分

#### お車でお越しの方へ

地下1階の「グリーンのエリア B21～B34」に駐めて頂くと便利です。

ポートアリーナ入口エレベーターで3階で降りていただくと事務所になります。

※駐車券を一緒にお持ちください。

障害者手帳をお持ちの方は無料です。



地下1階駐車場図

