

パラウェーブNAGANOプロジェクト

長野県・日本財団パラリンピックサポートセンター（パラサポ）の協働プロジェクト



東京2020パラリンピックが開催され、2028年には国民スポーツ大会とともに、全国障害者スポーツ大会が長野県で開催（内々定）されます。そこで、県では障がいの有無や年齢、性別を問わず誰もが一緒に楽しむことができるパラスポーツをツールとして共生社会を創造するプロジェクト「パラウェーブNAGANOプロジェクト」を推進しています。

中でも今回展開するパラ学は、県内の学校（主に小学校）で継続的かつ幅広く利用していただける事業として位置付け、学校教育の面から共生社会への意識醸成を促す事業として推進していきます。

ホームページ <https://parawave.nagano.jp>

パラ学 推奨プログラム例

種類	費用	提供	プログラム	形式	概要	対象
体験	無料	長野県	車いすポートボールゴールチャレンジ	出前授業	県独自のパラスポーツ体験プログラム 県出身パラリンピアンを講師派遣	小4～6年
			ポッチャ用具貸出	教員による授業等	県が無償でポッチャセットを貸出 I'mPOSSIBLEを参考に各自で実施	小・中・高等学校、 特別支援学校
座学 体験	無料	I'mPOSSIBLE 日本版 事務局	I'mPOSSIBLE 日本版	教員による授業等	国際パラリンピック委員会公認教材 『I'mPOSSIBLE』日本版 活用	小4～6年・中・高等学校、 特別支援学校

体験プログラム



車いすポートボール ゴールチャレンジ

台の上に乗るゴール役の味方選手にボールが渡ると得点になるオリジナル競技です。

長野県出身のパラリンピックのメダリストを講師として学校に派遣します。
(学校体育館で実施、原則小学4～6年生対象、45分 or 90分授業)

【講師】加藤正さん

伊那市出身、車いすバスケットボール、
アイススレッジスピードレース

【講師】馬島誠さん

辰野町出身、パラアイスホッケー、
パラ・パワーリフティング

ポッチャ用具を借りて 体験してみよう

ポッチャは、老若男女、障がいの
あるなしに関わらず、すべての人
と一緒に競い合えるスポーツです。



パラ学

PARAWAVE NAGANO

パラ学とは

座学、パラスポーツ体験及び出前授業等を通して、児童の「多様性」と「しなやかな心」を育むことを目的としたプロジェクトです。

パラスポーツは性別や年齢、障がいのあるなしにかかわらず、誰もが一緒に参加できるように様々な創意工夫がされており、多様性を考える上で重要なヒントが詰まっています。

パラ学で得られる学び

- 障がいをつくり出している「環境」や、障がいに対する「考え方」への気づき
- 多様性を理解し、尊重する姿勢
- 広い視野と好奇心をもってチャレンジする大切さ
- パラリンピック、パラスポーツが持つ魅力や面白さ

国際パラリンピック委員会公認教材

アイムポッシブル

『I'm POSSIBLE』について

『I'mPOSSIBLE』日本版は、パラリンピックを題材に共生社会への気づきを子どもたちに与える教材です

座学と実技の2部で構成されており、障がい当事者や、パラリンピック関係者がいなくても授業ができるよう、必要なものが全てセットになっています。

配布教材は、以下からダウンロードできます。

公式サイト：<https://www.parasapo.tokyo/iampossible/>



教材の名前『I'mPOSSIBLE』には、「不可能 (Impossible) だと思えたことも、ちょっと考えて工夫さえすればできるようになる (I'm possible)」という、パラリンピックの選手たちが体現するメッセージが込められています。

(開発：日本パラリンピック委員会/日本財団パラリンピックサポートセンター)。

誰でもパラスポーツの体験ができます



パラスポーツの普及、交流促進

長野県障がい者福祉センター（通称サンアップル）は、スポーツ、レクリエーション、文化活動等を通じて障がいのある方の健康増進と社会参加の促進を図るとともに、障がいのある方もない方も親しく交流するための施設として、平成10年に長野県が設置しました。サンアップルは長野市に所在し、屋内施設（体育館、プール、ホール等）と屋外施設（陸上競技場、アーチェリー場、テニスコート）を有しており、障がいのある方はもちろん、障がいのない方もご利用いただけます。

各種イベント（納涼祭、いきいき運動フェスティバル、障がい者文化芸術祭等）を通じた交流促進も積極的に行っています。また、県内4地域にはサテライト施設としてサンスポーツ（ながの・まつもと・佐久・駒ヶ根）を設置しており、各地域でのスポーツ活動を支援しています。

小中学校向けにも、ポッチャ、ゴールボール、アキュラシー、スポーツ用車いす（車いすバスケットボール・車いすテニス）などの障がい者スポーツ用具の貸出しを行っておりますので、お気軽にお問い合わせください。

長野県障がい者福祉センター 〒381-0008 長野市下駒沢586
TEL.026-295-3111 HP <http://www.avis.ne.jp/~sunapple/>

パラスポーツの授業を取り入れたい先生は、長野県までお気軽にご相談ください！

連絡先：長野県健康福祉部 障がい者支援課 障がい者スポーツ支援係

TEL.026-235-7108 FAX.026-234-2369 Eメール parawave@pref.nagano.lg.jp

各プログラムの活用方法（組合せ例）

下記は一例ですので、まずは取り組みやすいプログラムから始めていただくことをお勧めします。

