

第2章 パラスポーツについて

1 パラスポーツとは？

「パラスポーツ」という言葉があるからと言って、障がいのある人のための特別なスポーツがあるわけではありません。障がいのない人を基準に行われているスポーツのルールや方法をそのまま適用することが、「困難」、「危険」、もしくは「障がいを悪化させる」などの恐れを解消し、障がいのある人も安全に楽しく、かつ公平にスポーツを行うことができるよう、障がいの状態に合わせて、競技規則や用具を一部変更したスポーツを、広く「パラスポーツ」といいます。

2 パラリンピックについて

国際的なパラスポーツ大会の代表的なものとして、オリンピックと同じ年に同じ場所で開催されるパラリンピックがあります。

パラリンピックは、イギリスの国立戦傷脊髄損傷者病院の院長であった L.グットマン博士が、第2次世界大戦で障がいを負った兵士たちのリハビリとして「手術よりスポーツを」の理念で治療にスポーツを採用したのが始まりです。このとき、博士が戦傷者たちに与えた「失ったものを数えるな、残されたものを最大限に生かせ!」という言葉は、障がいのある人々にスポーツを通じて励ます言葉として、現在もなお、世界中で語り継がれています。

もともとは戦傷者のリハビリとして始まったスポーツが、いつしかレクリエーションスポーツ、競技スポーツへと広がり、更には国際的な競技大会が開催されるまでになり、現在のパラリンピックへと発展しました。

3 日本のパラスポーツ大会

わが国におけるパラスポーツは、明治時代から学校体育の中で細々と進められてきましたが、1964年に日本で開催された東京パラリンピックを契機に広まりました。各国の選手たちが力強く活躍し、明るく振る舞う自信に満ちた姿を目にし、日本でも身体障害者スポーツ大会を毎年恒例の行事として実施しようという気運が高まり、翌年の1965年に、国民体育大会が開催された岐阜県で「第1回全国身体障害者スポーツ大会」が開催され、以降も国民体育大会にあわせて毎年行われるようになりました。

このように、パラスポーツが広まるにつれ、障がいのある人自身のスポーツに対する意識も、リハビリの延長としてではなく、「楽しむスポーツ」「競技するスポーツ」へと広がり、1998年に、わが国で開催された長野パラリンピック冬季大会は、パラスポーツを通して、障がい者の自立と社会参加の推進、障がいに対する国民の理解促進に大きな役割を果たしました。

全国障害者スポーツ大会は、そのような障がい者の自立と社会参加、国民の理解促進などを目的として、1965年から身体障がいのある人を対象に開催されてきた「全国身体障害者スポーツ大会」と、1992年から知的障がいのある人を対象に開催されてきた「全国知的障害者スポーツ大

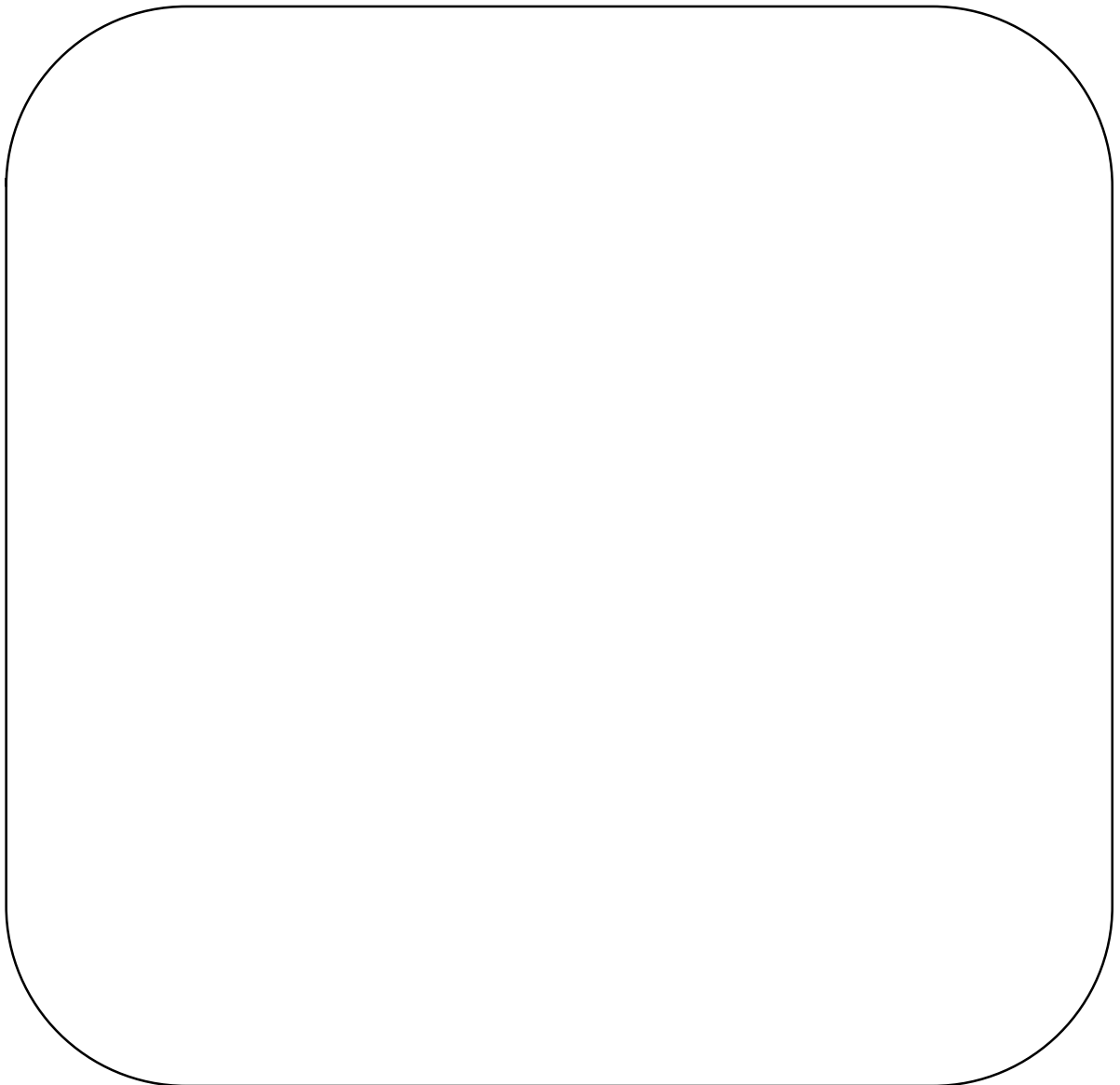
会」が統合された国内最大のパラスポーツの祭典で、2001年に宮城県で第1回大会が開催されました。2024(令和6)年に開催される「SAGA2024全障スポ」は、第23回大会にあたります。

4 最近のパラスポーツ

日本においても、パラスポーツの「高度化」が進展し、さまざまな問題が生じるようになりました。例えば、スポーツ競技は身体的な優劣を競うものであるため、パラスポーツが競技スポーツとして発展すればするほど、より重い障がいがある人が参加しにくくなっていくという問題が起こっていると指摘されています。

そのような中、近年注目されているのが「アダプテッド・スポーツ (adapted sports)」という考え方です。障がいのある人や女性、子どもなど、対象を限らず全ての人々が参加できるスポーツ(レクリエーションも含みます。)などの身体活動をいいます。

メモ欄



【日本におけるパラスポーツの歴史】

年	できごと
1951年	東京都で身体障がい者のスポーツ大会開催
1962年	国際ストック・マンデビル大会(イギリス)への日本選手団初参加
1963年	日本ろうあ体育協会(日本ろう者スポーツ協会)設立 厚生省社会局長通知「身体障害者スポーツ振興について」で身体障がい者のスポーツの振興を図る(補助制度設立など)。
1964年	第2回パラリンピック競技大会開催(東京都) *車いす使用者の大会。 パラリンピック終了後、2部として国内のスポーツ大会を開催。
1965年	第1回全国身体障害者スポーツ大会開催(岐阜県) 日本身体障害者スポーツ協会設立
1966年	身体障害者スポーツ指導者講習会開始
1970年	第1回日本車いすバスケットボール選手権大会開催 *競技別の大会
1975年	第1回極東・南太平洋障害者スポーツ大会開催(大分県) 通称:フェスピック(対象は内部障がいを除く身体障がいと知的障がい)
1981年	第1回スペシャルオリンピック全国大会開催(神奈川県) *知的障がい者国内初の全国規模の競技大会 第1回大分国際車いすマラソン大会開催 *国際障がい者年記念事業
1985年	日本身体障害者スポーツ協会公認身体障害者スポーツ指導者制度設立
1991年	ジャパンパラリンピック開催(東京都/陸上競技・水泳) 日本身体障害者陸上競技選手権大会開催(大阪府) *競技性を高める。
1992年	第1回全国知的障害者スポーツ大会(ゆうあいピック)開催(東京都) *知的障がい者の全国大会

年	できごと
1998年	<p>第7回パラリンピック冬季大会開催(長野県)</p> <p>*知的障がい者が初参加</p>
1999年	<p>「日本身体障害者スポーツ協会」が「日本障害者スポーツ協会」と名称変更(身体と知的を統合)</p> <p>日本パラリンピック委員会設立(JPC)</p>
2000年	<p>日本知的障害者スポーツ連盟設立</p> <p>日本障害者スポーツ協会が日本体育協会に加盟</p>
2001年	<p>第1回全国障害者スポーツ大会開催(宮城県)</p> <p>*身体と知的を統合</p>
2008年	<p>第8回全国障害者スポーツ大会開催(大分県)</p> <p>*精神障害者バレーボールが正式競技となる。</p>
2011年	<p>スポーツ基本法施行</p> <p>昭和36年に制定されたスポーツ振興法が改正され、「全国障害者スポーツ大会」が、法に明記されることとなった。</p>
2014年	<p>国におけるパラスポーツに関する事業の移管</p> <p>スポーツ振興の観点から一層推進していくため、厚生労働省から文部科学省に移管することとなった。</p>
2021年	<p>東京2020パラリンピック競技大会開催</p> <p>「日本障がい者スポーツ協会」が「日本パラスポーツ協会」と名称変更</p>
2024年	<p>第23回全国障害者スポーツ大会開催(佐賀県)</p>

【佐賀県におけるパラスポーツのあゆみ】

年	できごと
1976年	第12回全国身体障害者スポーツ大会(若楠大会)開催
1979年	佐賀県身体障害者スポーツ協会設立
1983年	佐賀県総合福祉センター(体育館)供用開始
2000年	佐賀県障がい者スポーツ指導者協議会設立
2001年	佐賀県障がい者スポーツ協会設立
2002年	第1回佐賀県障害者スポーツ大会開催
2014年	一般社団法人佐賀県障がい者スポーツ協会へ法人化
2022年	一般社団法人佐賀県パラスポーツ協会へ名称変更
2024年	第23回全国障害者スポーツ大会(SAGA2024全障スポ)開催

5 全国障害者スポーツ大会における障がい区分(クラス分け)

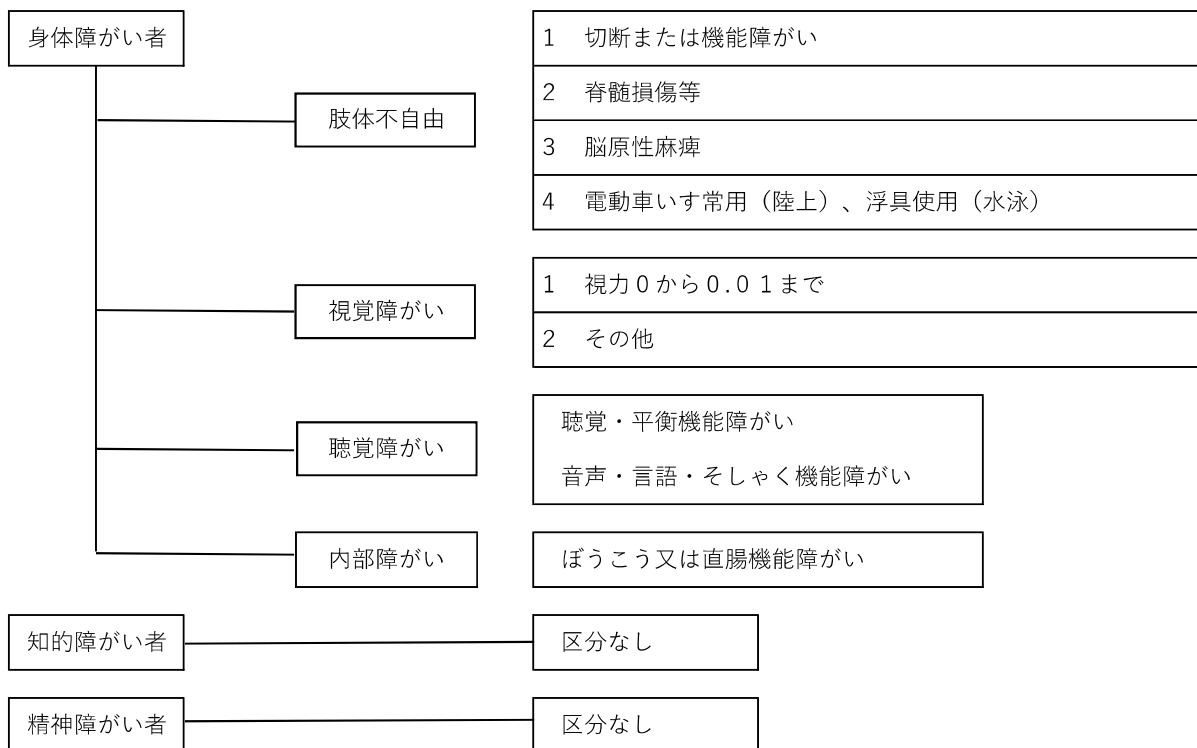
障がいのある人の競技は、障がいの種類や程度によって競技成績が大きく左右されます。このため、競技毎に障がいをいくつかに分け、同じ障がい区分の人たちの中で競技することとしています。

競技者の年齢も、競技成績に影響があると考えられるため、年齢による区分を、身体障がい者は2区分、知的障がい者は3区分としています。

身体障がい者:1部(39才以下) 2部(40才以上)
 知的障がい者:少年の部(19才以下) 青年の部(20~35才)
 壮年の部(36才以上)

(注)上記の区分は、全国障害者スポーツ大会のために制定されており、国際大会や各競技団体が実施する競技会とは異なります。

<障がい区分>



(1) 陸上競技

◎男女別・年齢区分別 △男女混合・年齢区分なし ▲男女別・年齢区分なし

区分番号	障害区分	競走					跳躍			投てき						
		※2 50m	100m	200m	400m	800m	1500m	※1 4×100m リレー	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	ビーントバグ投
1	上肢	1	◎	◎							◎	◎	◎	◎	◎	
		2	◎	◎						▲	◎	◎				
		3	◎	◎						▲	◎	◎				
	下肢	4	◎	◎							◎	◎	◎	◎	◎	
		5	◎	◎							◎	◎	◎	◎	◎	
		6	◎	◎							◎		◎	◎	◎	
		7	◎								◎		◎	◎	◎	
		8											◎	◎	◎	
	体幹	9	◎	◎							◎	◎	◎	◎	◎	
2	で脳原性麻痺 車いす 使用 以外	10	◎	◎				◎							◎	
		11		◎	◎		◎	◎							◎	
		12		◎	◎		◎	◎					◎	◎	◎	
		13		◎	◎		◎	◎					◎	◎	◎	
		14		◎	◎		◎	◎					◎	◎	◎	
		15		◎	◎		◎	◎					◎	◎	◎	
3	(脳性麻痺、脳原性麻痺、脳外傷等)	16	◎					◎							◎	
		17	◎					◎							◎	
		18	◎					◎					◎	◎		
		19	◎	◎	◎		◎	◎					◎	◎	◎	
		20											◎	◎	◎	
		21	◎	◎	◎		◎				◎	◎	◎	◎	◎	
		22	◎	◎	◎		◎				◎	◎	◎	◎	◎	
4	23						◎							◎		
視覚障害 ※5	24	◎	◎	◎		◎	◎			◎	◎	◎	◎	◎		
	25	◎	◎	◎		◎	◎			▲	◎	◎	◎	◎		
聴覚・平衡機能障害、音声・言語・そしゃく機能障害	26	◎	◎	◎		◎	◎			▲	◎	◎	◎	◎		
知的障害	27	◎	◎	◎	◎	◎	◎		△	▲	◎	◎	◎	◎		
内部障害	28	◎					◎				◎	◎	◎	◎		

- ※1 4×100mリレーは男女混合とする。
- ※2 50m競走で使用する車いすは日常生活用とする。
- ※3 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害が該当すただし、四肢の機能障害を伴う場合は体幹の機能障害であってもこの区分には該当しない。
- ※4 複数の障害区分にわたり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
- ※5 視力は「矯正後の良い方の視力」で判定する。
- ※6 障害区分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。
- 【注】 競争競技は50mと100m、跳躍競技は立幅跳と走幅跳、投てき競技は障害区分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し込むことはできない。

(2) 水泳

◎男女別・年齢区分別 ○男女別・1部 ●男女別・2部 △男女混合・年齢区分なし

	区分番号	障害区分	自由形		背泳ぎ		平泳ぎ		バタフライ		※1 フリ ーリ レー 50 m	※1 メド レー リ レー 50 m		
			2 5 m	5 0 m	2 5 m	5 0 m	2 5 m	5 0 m	2 5 m	5 0 m				
肢体不自由	1	上肢	1	手部切断	◎	◎	●	○	●	○	●	○		
			2	片前腕切断または、片上肢不完全	◎	◎	●	○	●	○	●	○		
			3	片上腕切断または、片上肢完全	◎	◎	●	○	●	○	●	○		
			4	両前腕切断または、両上肢不完全	◎	◎	●	○	●	○	●	○		
			5	両上腕切断または、両上肢完全 片前腕および片上腕切断	◎	◎	●	○	●	○	●	○		
	2	下肢	6	片下腿切断または、片下肢不完全	◎	◎	●	○	●	○	●	○		
			7	片大腿切断または、片下肢完全	◎	◎	●	○	●	○	●	○		
			8	両下腿切断または、両下肢不完全	◎	◎	●	○	●	○	●	○		
			9	両大腿切断または、両下肢完全 片下腿および片大腿切断	◎	◎	●	○	●	○	◎			
	3	上下肢	10	片上肢切断および片下肢切断 片上肢不完全および片下肢不完全	◎	◎	●	○	●	○	◎			
			11	多肢切断または、片上肢完全および片下肢完全 両上肢不完全および両下肢不完全	◎	◎	●	○	●	○	◎			
	4	体幹	12	体幹	◎	◎	●	○	●	○	●	○		
13			第7頸髄まで残存	◎	◎	◎		◎						
14			第8頸髄まで残存	◎	◎	●	○	●	○	●	○			
15			下肢麻痺で座位バランスなし	◎	◎	●	○	●	○	●	○			
16			下肢麻痺で座位バランスあり	◎	◎	●	○	●	○	●	○			
3	(脳性脳原性麻痺、脳外傷等)	17	四肢麻痺(車いす常用)または、 上肢に著しい不随意運動を伴う走不能	◎	◎	◎		◎						
		18	両下肢麻痺または、 上肢に軽度の不随意運動を伴う走不能	◎	◎	●	○	●	○	●	○			
		19	片側障害で片上肢機能全廃	◎	◎	●	○	●	○	◎				
		20	その他の片側障害で走不能	◎	◎	●	○	●	○	●	○			
		21	その他走可能	◎	◎	●	○	●	○	●	○			
視覚障害 ※2	23	視力0から0.01まで ※3	◎	◎	●	○	●	○	●	○				
		24	その他の視覚障害	◎	◎	●	○	●	○	●	○			
聴覚・平衡機能障害、音声・言語・そしゃく機能障害	25	聴覚障害	◎	◎	●	○	●	○	●	○				
知的障害	26	知的障害	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	△	△		

※1 リレー、メドレーリレーは男女混合とする。障害区分のスタートは、水中スタートをしなくてはならない。

※2 視力は「矯正後の良い方の視力」で判定する。

※3 障害区分23は光を通さないゴーグルを装着する。

(3) アーチェリー

●男女別

	区分番号	障害区分	リカーブ		コンパウンド	
			50m・30m	30m・30m	50m・30m	30m・30m
肢体不自由	脳原性麻痺以外で 車椅子常用	1 第8頸髄まで残存	●	●	●	●
		2 その他の車椅子	●	●		
		3 上肢障害	●	●		
	切断・機能障害	4 下肢障害(椅子・車椅子使用を含む)	●	●		
		5 体幹	●	●		
	脳原性麻痺 (脳性麻痺、脳血管 疾患、脳外傷等)	6 脳原性麻痺	●	●	●	●
聴覚・平衡機能障害 音声・言語・そしゃく機能障害 内部障害	7 聴覚障害	●	●			
	8 ぼうこう又は直腸機能障害	●	●			

※ 「第8頸髄まで残存」には、「第6頸髄まで残存」および「第7頸髄まで残存」は出場できるものとする。

(4) 卓球 (サウンドテーブルテニス (STT) を含む)

◎男女別、年齢区分別 ●男女別

		区分番号		卓球	STT
肢体不自由	1	上肢障害	1 片上肢障害	◎	
			2 両上肢障害	◎	
		下肢障害	3 片下腿切断または、片下肢不完全	◎	
			4 片大腿切断または、両下腿切断 片下肢完全または、両下肢不完	◎	
			5 片下腿および片大腿切断 両大腿切断または、両下肢切断	◎	
			6 体幹	◎	
	2	脳原性麻痺以外で 車椅子常用、使用	7 第8頸髄まで残存 ※1	◎	
			8 座位バランスなし	◎	
			9 その他の車椅子	◎	
	3	脳原性麻痺 (脳性麻痺、脳血 管疾患、脳外傷等)	10 車椅子使用	◎	
			11 杖または、松葉杖使用	◎	
			12 上肢に不随意運動あり	◎	
			13 上肢に不随意運動なし	◎	
			14 片側障害	◎	
視覚障害 ※2		15 アイマスク有り ※3		◎	
		16 アイマスク無し	◎		
聴覚・平衡機能障害、音声・言語機能 障害、そしゃく機能障害		17 聴覚障害	◎		
知的障害		18 知的障害	◎		
精神障害		19 精神障害	●		

※1 「第8頸髄まで残存」には、「第6頸髄まで残存」および「第7頸髄まで残存」は出場できるものとする。

※2 視力・視野の程度に関わらず、アイマスクの有無で出場競技を分ける。

※3 STTの選手が使用するアイマスクは、各自で用意することとする。また、アイシェードの使用を可とする。

(5) 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				
視覚障害				
聴覚障害	◎	◎	●	●
知的障害				
内部障害(ぼうこう又は直腸機能障害)				

(6) ボウリング

知的障がい者で男女別、年齢区分別に実施する。

(7) ボッチャ

△男女混合・年齢区別なし

	区分番号	障害区分	競技スタイル		
			立位	座位	
肢体不自由	1	切断・機能障害	△		
	2	脳原性麻痺以外で車いす常用、使用	2	第6頸髄まで残存	△
			3	第7頸髄まで残存	△
			4	第8頸髄まで残存	△
			5	多肢切断	△
	3	脳原性麻痺 (脳性麻痺、脳血管疾患、脳外傷等)	6	四肢麻痺で車いす常用または、使用	△
			7	けって移動	△
			8	片上下肢で車いす常用または、使用	△
			9	その他走行不能	△
	4		10	電動車いす常用	△

※座位とは、車いす及び椅子に座った競技スタイルを言う。

※座位で競技する選手(区分2～8及び10)の選手で、移動したり、方向を変えたりすることが機能的に困難な者に競技アシスタントを、ランプ使用者にはランプオペレーターをそれぞれ選手1名につき1名を認める。

※立位で競技する選手については、安全上の配慮から、投球時以外はボックス内に椅子を用意し、座位にて待機してもよい。

(8) バスケットボール

知的障がい者で、男女別を実施する。

(9) 車いすバスケットボール

肢体不自由者の車いす使用者で、競技規則第9部第3条の規定に該当する者。

(10) ソフトボール

知的障がい者のみの競技とする。

(11) グランドソフトボール

視覚障がい者のみの競技とする。

(12) バレーボール

聴覚障がい者と知的障がい者は、男女別を実施する。

精神障がい者は、男女混合とする。

(13) サッカー

知的障がい者のみの競技とする。

(14) フットソフトボール

知的障がい者のみの競技とする。