

しょう しゃ たい けん  
障がい者スポーツを体験しよう!

# つくパラ 2020

しょう しゃ けんじょうしゃ きょうせい ちいき しゃかい  
障がい者と健全者が共生する地域社会を目指して

みんなが一緒にいきいき暮らせる共生社会実現を目指すため  
つくば市を中心とした地域で活動する人々や企業・団体などが集まり  
メッセージを発信していくイベントです。



車椅子バスケット体験



ブラインドサッカー体験



卓球バレー体験



ボッチャ体験



ハンドアーチェリー体験



盲導犬ふれあいコーナー

2020年 **2月9日(日)**

10:00~16:00

(体験ブースは15:30終了)

つくば市 **桜総合体育館**

(茨城県つくば市流星台63)

参加費  
**無料**

※12:15~12:45▶大会セレモニー (主催者あいさつ、各競技団体のご紹介)

主催：株式会社カスミ／共催：つくば市／特別協賛：関彰商事株式会社、東京ガス株式会社

協賛：キリンビバレッジ株式会社、UCC上島珈琲株式会社、サントリーフーズ株式会社

協力：一般社団法人 シットイングスポーツ協会、株式会社全肢連事業部、公益財団法人 日本盲導犬協会、チャレンジいばらき県民運動、常磐大学・常磐短期大学(TSSボランティア TRICOLOR)、つくばネットワークの会、鹿島アントラーズ、筑波技術大学Avanzareつくば

パラスポーツ体験プログラム

# 1 車いすバスケット体験 \*

時間▶10:15~11:00、11:00~11:45 場所▶アリーナA

シッティングスポーツ協会による体験会。使用するコートやリングの高さなどは一般のバスケットボールと同じ。激しくスピーディーなパラスポーツの花形を体験しよう！

パラスポーツ体験プログラム

# 3 ブラインドサッカー体験 \*

時間▶10:15~11:45、13:30~15:30 場所▶アリーナA・B

筑波技術大学のブラインドサッカーチーム「アヴァンツァーレ」のメンバーが競技の実演、競技説明、体験会を実施。サッカー元日本代表鹿島アントラーズの中田浩二さんも参加。

パラスポーツ体験プログラム

# 5 卓球バレー体験 \*

時間▶10:15~11:45、13:30~15:30 場所▶アリーナB

6対6で競うチームスポーツ。卓球台とピンポン球を使ってバレーボールのように戦う卓球バレーを体験。障がい者、高齢者、子どもも一緒になってプレーできるのが魅力です。

パラスポーツ体験プログラム

# 2 ボッチャ体験 \*

時間▶10:15~11:45、13:30~15:30 場所▶アリーナB

パラリンピックの正式種目で、脳性麻痺などにより運動能力に障がいがある競技者向けに考案されたパラスポーツ。ヨーロッパ生まれのボッチャを体験してみよう！

パラスポーツ体験プログラム

# 4 ハンドアーチェリー体験 \*

時間▶10:15~11:45、13:30~15:30 場所▶アリーナB

的に針のついていないピンをあて、得点を競う「ハンドアーチェリー」の体験会。障がい者や高齢者も楽しめる新しいレクリエーションスポーツとして注目されています。

交流プログラム

# 6 常磐大学ワークショップ \*

時間▶10:15~12:15、13:30~15:30 場所▶柔剣道場



常磐大学の皆さんがハンドアーチェリーのピンをつくったり、応援を盛り上げるフェイスペイントをしてくれます。ツイッター顔出しボードで記念撮影もしてネ！

活動紹介プログラム

# 7 カスミヘルスサポート \*

時間▶10:15~12:15、13:30~15:30 場所▶柔剣道場



カスミの管理栄養士が血圧など4種類の測定結果をもとに健康アドバイスを行うヘルスサポート。ふだんは一部店舗のイトインコーナー等で実施しているプログラムを体験してください。

交流プログラム

# プチマルシェ

時間▶10:15~12:15、13:30~15:30 場所▶柔剣道場

つくば市内の福祉団体が集まり、障がい者がつくった手づくりクッキーやお菓子を販売します。パラスポーツ体験の休憩時間に、お土産に、甘くて優しい味をどうぞ。

交流プログラム

# 盲導犬ふれあいコーナー

盲導犬デモンストレーション 時間▶12:45~13:30 場所▶ステージ  
盲導犬歩行体験 時間▶13:30~14:30 場所▶2階ロビー

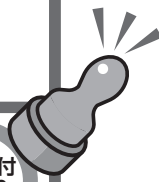
アイマスクをしてお体験歩行や盲導犬とのふれあいコーナーなど、楽しみながら盲導犬への理解を深めてください。カスミが推進する盲導犬支援活動もご紹介します。

時間▶10:15~15:30 場所▶屋外

## 体験スタンプラリー 7つの体験スタンプを集めてプレゼントをもらおう!

\*印の1~7コーナーを体験してスタンプを集めるとプレゼントがもらえるよ

1	2	3	4
5	6	7	体験受付 15:00 終了



※当日は体育館用の上履きをご持参ください。

### 桜総合体育館案内図



問い合わせ

株式会社カスミ 環境社会貢献部

TEL.029-850-1824

<https://www.kasumi.co.jp/kankyo/ibento.html>

