

地域共生社会の実現に資する 障害者スポーツ・ユニバーサルスポーツの 推進について

●国や都の動向

改正スポーツ基本法の 基本理念に「**スポーツによる共生社会の実現**」が規定

スポーツは、障害者をはじめとする全ての国民が自主的かつ積極的にスポーツを行うことができるよう、障害の種類及び程度その他の事由に応じ必要な配慮をしつつ、共生社会の実現に資することを旨として、推進されなければならない（第2条第5項）

第4次スポーツ基本計画の重点施策 （スポーツ審議会における中間報告より）

- 地域におけるパラスポーツ振興のさらなる充実
- パラスポーツを担う人材の指導力強化 等

東京都スポーツ推進総合計画 （令和7年3月改定）

4つの政策の柱の1つに「共生社会（スポーツでつながる）」を掲げ、重点政策テーマのうちの具体的な取組の1つとして、障害者のスポーツ振興を挙げている。

- 身近な場でスポーツができる環境の拡大やパラスポーツの普及など区市町村が実施するスポーツ振興事業に対して支援
【支援の例】
 - ・ 区市町村策定の計画等によるスポーツ推進、都の計画の視点で都の方向性に沿ったスポーツ推進
 - ・ 区市町村におけるスポーツ・福祉・医療等の分野の協働
 - ・ パラスポーツの普及・障害者のスポーツ実施を促進する取組、地域における連携体制の構築、障害者のスポーツ施設利用を促進する取組
- パラリンピックやデフリンピックで高まった気運を未来へ継承 等

●中野区の現状①（中野区基本計画）

施策の方向性

- ▶ 区民が身近な場所で運動・スポーツ活動を行うことができる機会・環境を整えるとともに、運動・スポーツを通じた区民同士の交流や地域コミュニティの形成を進めます。
- ▶ 様々なスポーツに関係する団体・事業者と協働・連携しながら、区民・スポーツ関係者の自発的な運動・スポーツ活動を推進するとともに、健康づくりや障害者スポーツの普及を進めます。
- ▶ 子どもの運動習慣の定着や、健康の維持、体力の向上等に向けた取組を進め、運動習慣の形成を図ります。

② スポーツを通じたコミュニティの形成、障害者スポーツの推進

スポーツ振興課

区民が主体的に運営する総合型地域スポーツクラブを目指すため、クラブの育成や支援に取り組みます。障害の有無に関わらず、様々なスポーツに親しむなど、共生社会の推進に寄与するため、障害者スポーツ、ユニバーサルスポーツの普及啓発に取り組みます。

主な事業

◎地域スポーツクラブ事業 ◎障害者スポーツ事業 ○スポーツ推進委員事業

事業の展開

前 期	後 期
2026 ～ 2027	2028 ～ 2030
障害者スポーツ事業	
●デフリンピック開催を踏まえた事業の再構築	推 進
●参加者の障害特性に応じた種目、プログラムの改善・拡充	推 進

今回の改定で、交流及び共生社会の推進の観点を加えた。

●中野区の現状②（中野区基本計画）

障害者のスポーツに関する指標

【障害者の外出の主な目的における趣味・スポーツの割合の合計】※

年度	2022年度	2025年度	2030年度 (目標値)
数値	28.7	30.4	36.7

※障害福祉サービス意向調査

【経年比較】上位5項目 外出の主な目的

(%)

	第1位	第2位	第3位	第4位	第5位
2025年度 n=682	買物 58.7	通院 56.2	散歩 32.1	通勤や通学 26.8	趣味 22.3
2022年度 n=673	買物 63.9	通院 55.3	散歩 39.1	通勤や通学 26.0	趣味 21.1
2020年度 n=865	買物 56.8	通院 54.2	散歩 39.0	通勤や通学 22.4	趣味・スポーツ など 19.7
2017年度 n=645	買物 51.5	通院 46.2	通勤や通学 37.7	散歩 30.9	趣味・スポーツ など 27.1
2014年度 n=772	買物 58.2	通院 56.3	散歩 41.1	趣味・スポーツ など 24.1	通勤や通学 23.1

※2022年度からは「趣味」と「スポーツ」の選択肢を分けて調査。
(2014～2020年度の選択肢は「趣味・スポーツなど」)

●中野区の現状③（健康福祉に関する意識調査結果）

パラリンピックや障害者スポーツを理解し広めるために区が重点的に行うべきこと

◆「区報やホームページ等に障害者スポーツを紹介するなどの普及・宣伝活動」が約5割

（全員の方に）

問 18 パラリンピックや障害者スポーツ（ユニバーサルスポーツ）を理解し広めるために、区はどのようなことを重点的に行えば良いと思いますか。

（あてはまるものすべてに○）

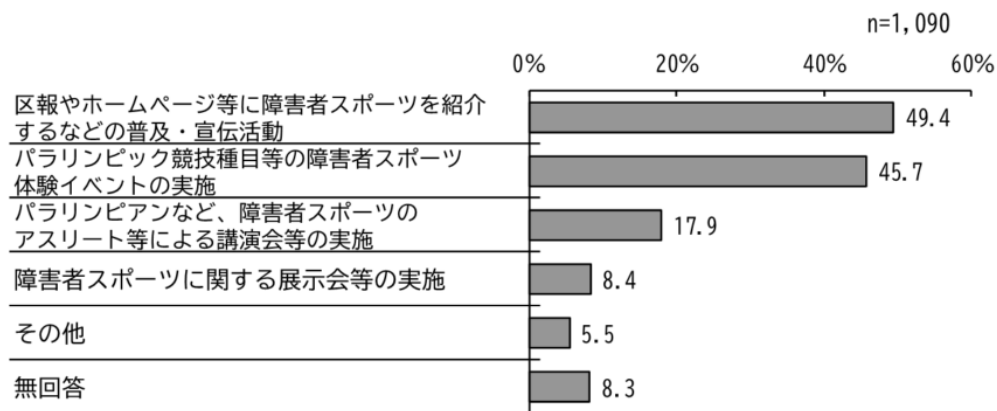


図 2-12 パラリンピックや障害者スポーツを理解し広めるために区が重点的に行うべきこと

パラリンピックや障害者スポーツを理解し広めるために区が重点的に行うべきことは、「区報やホームページ等に障害者スポーツを紹介するなどの普及・宣伝活動」が49.4%で最も高く、次いで「パラリンピック競技種目等の障害者スポーツ体験イベントの実施」(45.7%)、「パラリンピアンなど、障害者スポーツのアスリート等による講演会等の実施」(17.9%)となっている。

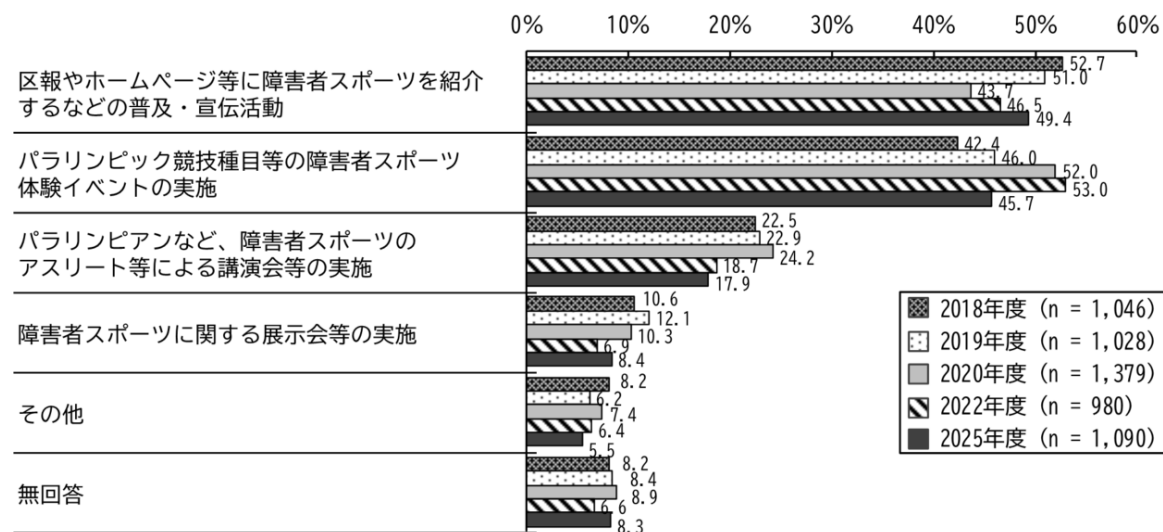


図 2-13 【経年比較】パラリンピックや障害者スポーツを理解し広めるために区が重点的に行うべきこと

経年で比較すると、「区報やホームページ等に障害者スポーツを紹介するなどの普及・宣伝活動」が2020年度から増加傾向にある。

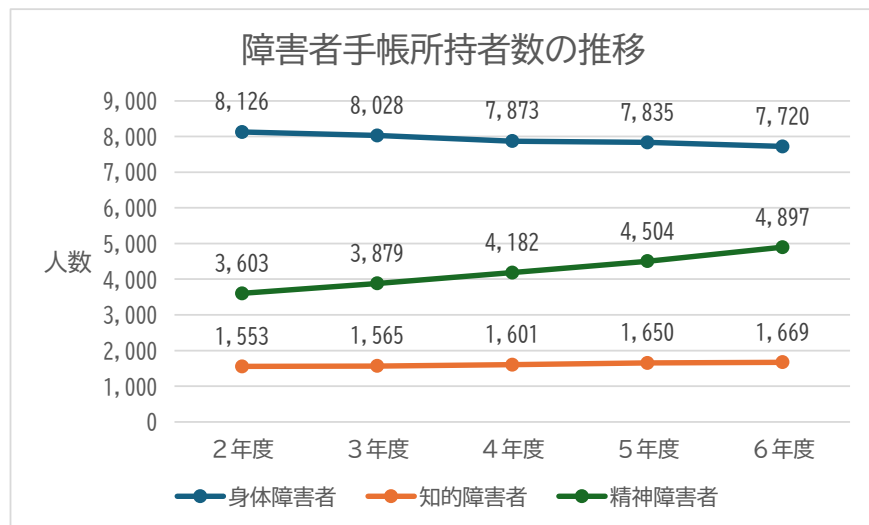
●中野区の現状④（障害者手帳所持者の現状）

※第11期第2回（2026年5月26日開催）
障害部会資料より

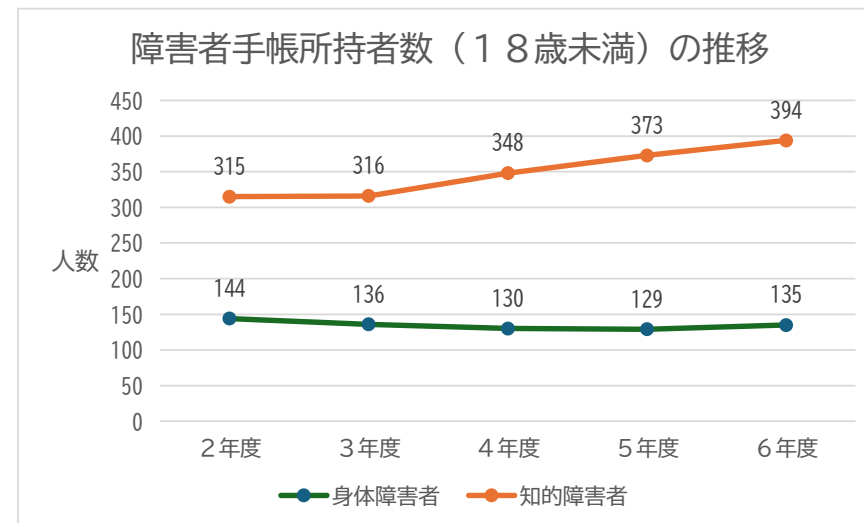
○ 障害者手帳所持者の現状

（１）障害者手帳所持者数の推移

	2年度	3年度	4年度	5年度	6年度
身体障害者	8,126	8,028	7,873	7,835	7,720
知的障害者	1,553	1,565	1,601	1,650	1,669
精神障害者	3,603	3,879	4,182	4,504	4,897
合計	13,282	13,472	13,656	13,989	14,286



（２）障害者手帳所持者数（18歳未満）の推移



18歳未満の障害者手帳所持者についても増加傾向にあり、身体障害者手帳所持者はほぼ横ばいであるが、愛の手帳所持者は毎年増加しており、年間30名程増加している。

障害者手帳所持者の総数は引き続き増加傾向にある。身体障害者手帳の所持者は微減、愛の手帳所持者はほぼ横ばいであるが、精神障害者保健福祉手帳は増加が著しく、年間300名程増加している。

●中野区の現状⑤（近年の障害関係団体の声）

主な内容	区の対応
障害の特性を踏まえた専門的なスポーツ指導者の派遣制度の創設	スポーツ推進委員（パラスポーツ指導員資格等）の施設支援事業を開始
障害種別を限定せずに、肢体不自由児者及びより多くの障害者がパラスポーツや音楽や文化活動を体験し楽しめるような事業の新設	知的障害者が対象の障害者文化スポーツ事業の対象の拡大
重度・重複の肢体不自由児者が参加しやすい内容の検討。肢体不自由児者が地域でスポーツに親しめる、パラスポーツ事業のさらなる新設・拡充	重度障害者向けプール事業の試行実施
パラスポーツの紹介や体験の場の提供とコミュニティの構築。また、誰でも参加できるボッチャ大会等の開催の継続	各種普及啓発事業の実施・継続
重度障害者向けのプール事業やスイッチを使ったeスポーツの普及啓発など、重症心身障害児者がスポーツをとおして地域で社会参加ができるプログラムの検討・推進	検討中

●区の障害者スポーツ事業①

※令和7年度実績は速報値

水泳

従来から、障害者指導に取り組んでいる体育協会（加盟団体）に委託、補助により実施

（１）夏季障害児水泳教室

年度	5		6		7	
会場	回数	参加人員	回数	参加人員	回数	参加人員
第二中学校 温水プール	5	109	5	98	5	108

（２）障害児向け水泳教室（通年）

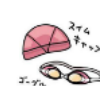
年度		5		6		7	
会場		回数	参加人員	回数	参加人員	回数	参加人員
第二中学校 温水プール	知的障害者	3	21	5	34	5	45
	身体障害者	3	13	5	30	5	44

（３）区民スポーツ事業（補助事業）

区の社会体育事業補助を受けて「支援教室」として実施

★6/30 締切 夏季障害児水泳教室 参加者募集

7/27(月)～7/31(金) 全5回



会場：区立二中プール



中野区水泳協会の指導員がお教えます

○対象：知的障害がある区内在住・在学の小・中学生

○日時：7月27日（月）～7月31日（金）午後1時30分～3時（全5回）

○会場：中野区立第二中学校（中野区本町5-25-1）温水プール

アクセス：▽東京メトロ 丸の内線 中野新橋駅から徒歩7分

▽JR 中野駅南口より、京王バス 渋63系統「中野車庫」下車 徒歩約4分

○定員：30人（初心者向け教室のため、応募者多数の場合は泳力2.5メートル以下程度の方を優先し、7月1日以降に抽選で決定します。）

○内容：初心者を対象に水慣れ、水泳指導を行います

○参加費：無料

○申込方法・期限：6月30日（必着）までに

下記①または②のいずれかの方法で

①中野区体育協会ホームページから（右の2次元コード）



②申込書と参加者カードに記入して、封筒に「夏季水泳教室申込書在中」と書き、

直接または郵送で中野区体育協会へ送付

申込書と参加者カードは中野区体育協会ホームページからダウンロードできます。

ダウンロードや印刷ができない方は書類をお送りしますので、中野区体育協会へご連絡を。直接お持ちいただく場合は事前にご連絡ください。

① 夏季障害児水泳教室案内

令和8年度 障害者向け水泳教室参加者募集



会場：区立二中プール



【障害者向け水泳教室】

○対象：下記①～⑤をすべて満たしているかた

①小学生以上で、愛の手帳または身体障害者手帳（3～6級）をお持ちの中野区在住・在学・在勤者

②「1人でプールに入ることができる」または「介助者1人とともにプールに入ることができる」

③参加当日に、保護者もしくは介助者の付添いができる

④医師から水泳を許可されている

⑤紙おむつを使用していない

○会場：中野区立第二中学校（中野区本町5-25-1）温水プール

アクセス：▽東京メトロ 丸の内線 中野新橋駅から徒歩7分

▽JR 中野駅南口より、京王バス 渋63系統「中野車庫」下車 徒歩約4分

○申込み：4月30日（必着）までに下記（裏面）申込方法で中野区体育協会へ【知的】【身体】抽選で各10人。当選・落選については5月7日以降ご連絡します

○内容：初心者を対象に水慣れ、水泳指導を行います

○参加費：無料

○日程：各5回、いずれも土曜日午前10時～11時30分

【知的障害者向け】	【身体障害者向け】
5月30日（土）	6月27日（土）
7月25日（土）	9月26日（土）
10月24日（土）	11月28日（土）
12月19日（土）	来年1月23日（土）
来年2月27日（土）	来年3月27日（土）

② 障害者向け水泳教室案内

●区の障害者スポーツ事業②

※令和7年度実績は速報値

障害者文化スポーツ事業

令和8年(2026年)度 中野区主催

障害者文化スポーツ事業

～仲間とともに地域で健康に生き生きと～

第2期

7月～9月

軽体操・音楽・ダンス・ゲーム・文化活動など
多様な活動を仲間と一緒に体験しましょう！

■ 申込み方法

- ・「電子申請」…表面に記載の二次元コードまたはURLから申請
- ・「窓口申請」…裏面の「参加申込書」をご参照ください

■ 対象

知的障害者向けプログラム … 愛の手帳を所持する小学生以上の方
身体障害者向けプログラム … 身体障害者手帳を所持する中学生以上の方

■ 場所

中部スポーツ・コミュニティプラザ 体育館
中部区こやか福祉センター 会議室
南部スポーツ・コミュニティプラザ 体育館
南部区こやか福祉センター 会議室
鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ 体育館
鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ 多目的室
区立総合体育館 多目的室1、多目的室2、武道場2



■ 定員

各回25名

■ 参加費

無料

■ 申請URL

<https://ngdform.jp/form/Trnd/1585594>

■ 持ち物

動きやすい服装・飲み物(水分補給用)・タオル・室内履き

■ 内容

- ・運動プログラム
ストレッチや簡単な筋力トレーニング、体幹トレーニングを通じて運動不足やストレスの解消を促します。また、ドッチビーやボールを使って身体のコントロール能力の向上を促します。
- ・音楽プログラム
簡単な楽器を使ってリズム遊びやゲームをすることで仲間との協調性を養います。
- ・コミュニケーションプログラム
即興演劇(インプロ)を行って仲間とのコミュニケーション力を養います。

※プログラムの内容は、各回ごと参加者の状況に合わせて変えていきます。



デフバドミントン 体験会参加者募集！

参加無料
先着20名！

7月20日(月・祝) 10:00～11:30

特別講師

やかば 矢ヶ部 紋可選手

2025年 第25回夏季デフリンピック
女子ダブルス 金メダリスト



会場

中野区立総合体育館
(中野区新井3-37-78)

対象

身体障害者手帳(聴覚障害)を
お持ちの中学生以上の方

持ち物

動きやすい服装・室内履き・飲み物

お申し込みは
こちら▼

7月18日(土)締切



初心者大歓迎

ラケットの持ち方から、丁寧に教えてもらうことができます。
バドミントン未経験の方も、お気軽にご参加ください！

主催：中野区スポーツ振興課 お問い合わせ先：詳細は区HPをチェック▶



運動プログラム(球技、軽体操など)、音楽プログラム(リズムゲーム、合奏、ダンスなど)、コミュニケーションプログラム(文化活動、コミュニケーションゲームなど)を実施。平成30年度より、知的障害のある人を対象に、地域で健康に暮らしていくための支援を行うことを目的とし、「知的障害者文化スポーツ事業」として実施。

令和5年度から、身体障害のある人を対象に加え、「障害者文化スポーツ事業」として実施している。また、令和8年度より、より特性に応じた内容を拡充していく。

年度	5		6		7	
会場	回数	参加人員	回数	参加人員	回数	参加人員
中部スポーツ・コミュニティプラザ等	24	172	31	136	30	161
南部スポーツ・コミュニティプラザ等	30	86	30	91	30	113
鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ	30	221	25	155	30	155
中野区立総合体育館	24	149	30	156	30	160

●区の障害者スポーツ事業③

※令和7年度実績は速報値

スポーツ推進委員

【令和8年4月1日現在】

定数及び現員 32名

内、パラスポーツ指導員資格取得者

16人（初級11人、中級5人）

スポーツ基本法に基づき、2年の任期で委嘱される非常勤公務員。役割は、地域におけるスポーツの普及・振興を図るための実技指導やスポーツに関する指導助言、スポーツ推進のための事業実施に係るコーディネーター（調整役）としてスポーツ振興に寄与することとされている。

従来から、「中野区民ふれあい運動会」の運営に参加してきたことに加え、事業を企画・運営し、障害者スポーツ及びユニバーサルスポーツの普及啓発を進めている。

（1）なかのボッチャフェスタ

小学生を対象とした大会や一般参加のオープン大会を実施し、ボッチャを含むスポーツ体験コーナーを設置している。

年度	5	6	7
参加人員	125	147	135

（2）スポコミDAY

区内3か所のスポーツ・コミュニティプラザを拠点に、誰もが気軽に参加できるスポーツやレクリエーション活動を通じて、多世代の交流や健康づくりを促進するとともに、地域コミュニティの活性化を図っている。

会場	中部			南部			鷺宮		
年度	5	6	7	5	6	7	5	6	7
参加人員	45	58	65	40	61	122	167	122	152

（3）ニュースポーツ体験会

ボッチャやモルック、ピックルボールなどのニュースポーツを体験し、その魅力や楽しさを普及していく事業である。初心者や未経験者でも参加しやすい環境のもと、多様なスポーツへの関心を高めるとともに、スポーツを始めるきっかけづくりや継続的なスポーツ活動の促進を図っている。

年度	6	7
参加人員	117	80

（4）障害者施設支援

自らスポーツ施設に出向くことができない障害をもつ方のために、スポーツ推進委員が区内障害者施設に出向き、パラスポーツや運動、体を使った遊びの体験会等を実施している。

年度	5	6	7
対象施設	2	2	5
回数	4	10	14

●区の障害者スポーツ事業④

※令和7年度実績は速報値

スポーツ施設における事業

従来より、障害者への指導経験のある講師や、資格保有者による各種障害者事業を展開している。スポーツ・コミュニティプラザにおいては、公認クラブやスポーツ推進委員と連携した取組を行っている。

障害者スポーツ普及啓発事業参加者数

	中部	南部	鷺宮
5年度	82人	237人	544人
6年度	69人	699人	535人
7年度	85人	401人	535人

地域スポーツクラブ事業（障害者スポーツ普及啓発事業）

施設	事業名	内容
中部	ボッチャ体験会	【内容】 ・障害者スポーツの普及啓発事業を実施 ・健全者も障害者も参加でき、双方の交流を促進 【回数】 ・概ね月1回程度
	ふわふわトランポリン運動広場	
	ピックルボール体験会	
	モルック体験会	
南部	ボッチャ体験会	【内容】 ・障害者スポーツの体験会等の普及啓発事業を実施 ・健全者も障害者も参加でき、双方の交流を促進 【回数】 ・概ね月1回程度
	風船バレー体験会	
	サッカー体験会	
	ボッチャ大会	
	障害者水泳教室	【内容】 重度障害者向けの水泳体験会 【実施】 年1回（換水前日）
鷺宮	重度障害者水泳体験会	
	たのしい水泳教室	【内容】 区内在住・在勤・在学の小学生以上の知的障害がある方を対象とした水泳教室 【回数】 全10回
	障害者水泳教室	【内容】 区内在住・在勤・在学の小学生以上の障害がある方を対象とした水泳教室 【回数】 年3期 全18回
	障害者初心者水泳教室	【内容】 区内在住・在勤・在学の中学生以上の身体的な障害がある方を対象とした初心者水泳教室 【回数】 年3期 全18回
	みんなで楽しむスポーツ教室	【内容】 区内在住・在勤・在学の中学生以上の主に身体的な障害がある方を対象とした教室 【回数】 全10回
	重度障害者水泳体験会	【内容】 重度障害者向けの水泳体験会 【回数】 年1回（換水前日）

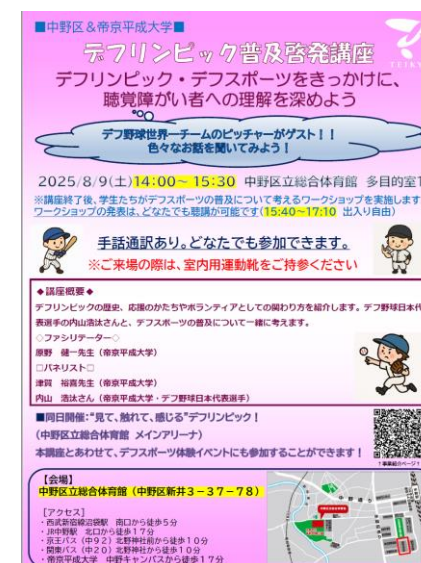
●区の障害者スポーツ事業⑤

※令和7年度実績は速報値

デフリンピック気運醸成事業

中野区立総合体育館が、デフ（きこえない・きこえにくい）アスリートのための国際的なスポーツ大会である東京2025デフリンピックの会場となったことから、令和7（2025）年度には、デフスポーツやその他の障害者スポーツの体験・普及啓発イベント等を実施し、開催気運を高め、障害者スポーツへの理解を促進する取組を行った。

- (1) デフリンピック気運醸成イベント（参加者337人）
 - ・デフスポーツ体験（卓球・テコンドー・バドミントン・陸上）
 - ・アスリートによるトークショー
 - ・ダンスパフォーマンス
- (2) デフリンピック普及啓発講座
大学と連携したデフアスリートによる講座 2回 合計 104人
- (3) 東京2025デフリンピックテコンドー体験・観戦イベント（参加者62人）
 - ・テコンドー体験、観戦、サインエール体験（東京都共催）



●ご議論いただきたい事項

- (1) 個々の特性に応じたプログラム、種目を改善、拡大していく方策、取組について
- (2) 障害特性に配慮して指導・サポートできる担い手の確保や医療・福祉などの分野の人材と連携するための取組や考え方について
- (3) 障害者スポーツ・ユニバーサルスポーツの普及を区民の交流、相互理解促進につなげていくための取組の方向性、考え方について