

## 愛媛県総合運動公園で「生涯スポーツ」と「パラスポーツ (障がいスポーツ)」について学ぶ レクチャー+みんなのできるニュースポーツ体験

### すべての方々に豊かなスポーツ体験を提供する愛媛県総合運動公園

生涯スポーツとは、健康の保持増進やレクリエーションを目的として、いつでも、誰でも、どこでも気軽にスポーツに参加できるスポーツのことをいいます。自分のライフスタイルや興味に応じてスポーツに取り組むことは、健康の保持増進に加え、毎日の充実や生きがいに結びつきます。パラスポーツ(障がいスポーツ)とは、一般のスポーツをベースに障がいの種類や程度に応じてルール等を工夫しているスポーツ、障がいのある人のために考案されたスポーツ、障がいの有無に関係なく、ともに楽しめるスポーツなどの総称。教育や福祉、リハビリテーションや楽しみのためなどさまざまな目的で行われている。ダイバーシティ(多種多様な人が互いの考え方の違いや個性を發揮し、受け入れながら、ともに成長する共生社会)の実現の必要性を学びます。

愛媛県総合運動公園は愛媛県のスポーツ事業の核として県内外の方々に親しまれています。スポーツには、多くの人に夢や感動を与える力があります。施設運営を通して、アスリートの方々はもちろん、スポーツを愛するすべての方々に豊かなスポーツ体験を提供することを目指しています。このプログラムでは我々の活動を題材としてレクチャーと体験を通じ、学習効果を高めます。



当プログラムを通して、SDGs目標「③すべての人に健康と福祉を」  
「④質の高い教育をみんなに」「⑩人や国の不平等をなくそう」を学びます。



体育館(イメージ)



陸上競技場(イメージ)



相撲場(イメージ)



テニスコート(イメージ)

### ▶ならではポイント

愛媛県総合運動公園は豊かな自然の中に一流の競技施設を有しており、単にレクチャーだけで終わらず、施設を活用して体感することが可能。車イスバスケットボール用の車いすの台数や公認のモルックなどの器具がそろっていることならではポイントです。ミニスポーツ教室やイベントで培った経験、トレーニング指導士、健康運動指導士、レクリエーションインストラクター等のいずれかの資格を持つスタッフがレクチャー致します。

レストハウスでは昼食の手配も可能です。レストハウスもダイバーシティに取り組んでおります。学校のサイズが大きくても、とべ動物園、えひめこどもの城、えひめ森林公園もプログラムを有していますので連携して受入れ可能です。

愛媛県総合運動公園のオリジナル企画です。

### ▶プログラムの流れ・タイムスケジュール・メニュー等

#### ●スケジュール

〔午前パターン 9:00～11:00 120分〕 駐車場からの移動時間を含む

#### 9:10～9:50 あいさつ・レクチャー (40分)

会議室または研修室にて運動公園の活動と生涯スポーツ、パラスポーツとの関わり、必要性のレクチャー

#### 着替え・準備 (10分)

運動のできる服装に着替える

#### 10:00～10:50 ニュースポーツ① (50分)

##### 車いすバスケットボール

ルール説明、練習、ミニ競技

人数が10名以上と多い場合はモルック体験となります。

#### 10:50～11:00 まとめ・あいさつ (5分) 着替え(5分)

#### ■持参物・服装：筆記用具、学校指定の運動できる服装（指定がない場合は動きやすい服装）

屋内用体育館シューズ ペットボトルなどの水分補給用のお飲み物



車いすバスケットボール(イメージ)



モルック(イメージ)



レクチャー(イメージ)

### ▶その他補足情報

- ・所要時間120分  
レクチャー40分+ニュースポーツ50分
- ・対応可能人員:10～20名  
(10名以下又は20名以上の場合は応相談)
- 設定時間：目安として  
午前 9:00～11:00 午後 13:00～15:00
- ・設定期間 2023年4月～2024年3月
- ・設定除外日 土、日、祝日  
お盆、年末年始(12/29-1/1)

### ▶交通アクセス

- 松山空港より車で約30分
- JR松山駅より車で約35分
- 松山観光港より車で約40分
- 道後温泉より車で約35分
- 大街道より車で約35分



レストハウス(イメージ)