



明るく、いきいき。



健康と生きがいづくりに、人と出会い、仲間と集う。
スポーツ吹矢を通して、社会参加をサポートします。



スポーツ吹矢は、高齢者や障がいをお持ちの方も、誰でも無理なくできる健康スポーツです。息を使って5~10m離れた円形の的をめがけて矢を放ち、その得点を競います。スポーツ吹矢式呼吸法が健康を促進すると注目されています。

スポーツ吹矢を始めませんか



荒井和子 (理事・障がい者サポート部長)

私は平成11年より、地元の東京・港区の障がい者施設で、スポーツ吹矢を取り入れたボランティア活動を行なってきました。皆さん大変喜んでくださり、そこから障がい者の自主クラブ、支部として立ち上げ、今では級・段位を取得したり、公認指導員の資格取得者まで生まれました。今までスポーツに縁のなかった方々がスポーツ吹矢に出会い、生きがいと目標を見出し、元気に社会参加されている姿をずっと間近で見してきました。平成20年には初の全国大会「障がい者スポーツ吹矢競技会」を開催できたのも大きな喜びです。そしてもう一つのテーマは、介護予防運動です。高齢になっても家に閉じこもらず、スポーツ吹矢を通して仲間と集い、いつまでも元気に楽しくいきいきと生活しましょうと呼びかけています。



(介護予防運動/体操)

障がい者サポート部では…

- ①指導者の育成と研修をはじめ、障がいをお持ちの会員が在籍する支部の活動支援や各地での体験会のサポートなど、情報交換・共有を図るべく連絡協議会を設置しています。
- ②高齢者が要介護にならないための介護予防運動として、スポーツ吹矢を通して地域行政と連動し、社会参加の基盤作りを積極的に支援しています。



(第1回障がい者サポート部研修会にて)



(健康長寿2009inみなと)

社団法人 日本スポーツ吹矢協会

所在地 〒104-0061 東京都中央区銀座3-8-12 大広朝日ビル

会長 青柳 清

最高顧問 日野原重明 (聖路加国際病院 理事長)

※財団法人 日本レクリエーション協会 (<http://www.recreation.or.jp/>) 加盟

社団法人 日本スポーツ吹矢協会

TEL.03-3538-5837 FAX.03-3538-5836

<http://www.fukiya.net>

誰でもできるスポーツです！

第1回 障がい者スポーツ吹矢競技会

平成20年9月19日／東京都港区スポーツセンター

障がい者を対象に、
初の全国規模の
公式大会を開催しました。



主催：(社)日本スポーツ吹矢協会
後援：文部科学省、港区教育委員会、港区スポーツふれあい文化健康財団

スポーツ吹矢は リハビリテーションにも 取り入れられております。



●福島県八子病院では、併設のリハビリテーション施設「YAGOメディカルフィットネスクラブ」のプログラムに取り入れ、**スポーツ吹矢式呼吸法**による肺機能の改善に効果が現れております。

●公害病などの呼吸器系疾患にも効果を上げています。

群馬県伊勢崎市
(上州伊勢崎支部)

東京都墨田区社会福祉協議会

障がい者も健常者も一緒に参加

平成18年から毎週木曜日に10～13人くらいでスポーツ吹矢の同好会でスタートしました。ここでは障がい者だけでなく健常者も一緒にやっております。手足の不自由な人、目や耳の不自由な人など様々ですが、出来るだけ他人に頼らず自分で頑張ることを心がけています。



(すみだ福祉保健センター)

埼玉県宮代町健康福祉課福祉支援室

社会参加のきっかけに…

スポーツ吹矢を通じて、障がいをお持ちの方に社会参加のきっかけをいただきました。指導員の皆さんの丁寧な指導があり、参加者の方々も日々上達し、楽しんでいただくと感じられます。精神障がいの方がほとんどでしたが、1回で終わらないで続けたいと希望しています。今後ともご協力よろしくお祈いします。

(宮代町コミュニティセンター)



(東京都港区いちょう学級／知的障がい者)

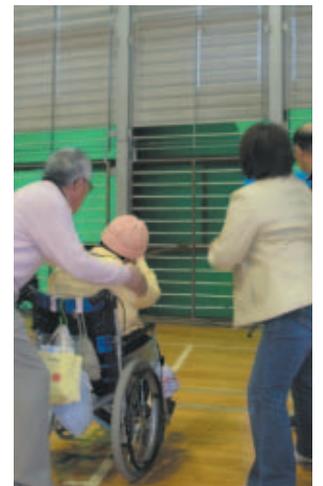
柏木公認指導員(渋谷支部長)

指導する側も一体となって…

障がいをお持ちの方、30名を対象にした教室で指導しました。スポーツ吹矢式呼吸法を共通で教え、後はそれぞれの障

がいの程度に合わせて個々に工夫しながらサポートしました。しかし皆さん、苦勞しながらも「自力で吹きたい」という意思是強く、それゆえに的に当たったときは体全体で喜びが溢れて感動的でした。指導する側も特別なこととせず、これからも一体となって成長していけたらすばらしいと思う。

(東京都多摩障害者スポーツセンター)



スポーツ吹矢を取り入れていただいている行政、及び各種団体等 ※順不同

- 宮城県身体障害者福祉協会 ● 神奈川県生涯スポーツ推進課 ● 山梨県生涯学習センター ● 埼玉県障害者交流センター
- 滋賀県立障害者福祉センター ● 群馬県障害者スポーツ指導競技会 ● 神奈川県立藤沢養護学校 ● 福島県立会津養護学校
- 埼玉県川越市社会福祉協議会 ● 東京都国立市健康福祉部高齢者支援課 ● 東京都多摩市障害者社会福祉協会
- 東京都あきる野市社会福祉協議会 ● 茨城県土浦市教育委員会 ● 広島県尾道市社会福祉協議会 ● 宮崎県宮崎市介護長寿課
- 千葉県我孫子市長寿大学 ● 群馬県伊勢崎市ふくしプラザ ● 東京都港区障害者福祉課 ● 東京都板橋区障害者社会課
- 東京都足立区住区推進課 ● (財)仙台市身障者福祉協会 ● (財)草加市スポーツ体育協会 他