

## 報道資料

## 第11回 全国障がい者スポーツ吹矢大会 開催

(一社)日本スポーツ吹矢協会(東京都中央区/理事長:中村一磨呂)は、この度、第11回 全国障がい者スポーツ吹矢大会を開催します。

本大会は障がい者会員を対象とした全国大会で、日頃の練習の成果を発揮する場として、障がいの部門別に個人戦を競います。首都圏ほか、北は北海道、南は鹿児島県、23都道府県からの177人の選手が出場します。

当協会は現在、会員数約6万人(うち、障がい者会員1,500人)、地域支部は国内外1,300支部を超え、「誰でも」「いつでも」手軽にできる生涯スポーツとして世代を問わず親しまれています。

障害者スポーツとしては、「スポーツ祭東京2013」第13回全国障がい者スポーツ大会にオープン競技として、初の国民的行事に参加を果たしました。また、2019年「いきいき茨城ゆめ大会」第19回全国障がい者スポーツ大会オープン競技にも参加予定です。(公財)日本障がい者スポーツ協会にも加盟しております。全国に600人の障がい者サポート公認指導員を擁し、指導者育成にも取り組んでいます。

### ◆第11回全国障がい者スポーツ吹矢大会 概要

開催日時 : 平成30年9月14日(金) 12時正午(午前11時受付開始)

開催会場 : みなとパーク芝浦(港区スポーツセンター 5階アリーナ

東京都港区芝浦1-16-1 JRほか「田町」駅徒歩7分)

開催内容 : <競技会個人戦> 4ラウンド(1ラウンド=5本)の合計で得点化します

【部門】座位、座位片麻痺、立位片麻痺、立位の4部門 【距離】6・8・10m

会場内に、無料体験コーナーも設置します

参加資格 : ①協会員 ②障がい者手帳交付者、あるいはその対象に準ずる障がいのある方  
③介助が必要な方は必ず同席のこと

参加人数 : 177人

特別共催 : 公益財団法人 港区スポーツふれあい文化健康財団

後援 : スポーツ庁/東京都港区/港区教育委員会

公益財団法人日本障がい者スポーツ協会



(競技風景 : 左・中央

右 : 第13回全国障害者スポーツ大会 金メダル3人衆)

### ■この件に関するお問い合わせ■

一般社団法人日本スポーツ吹矢協会 広報室

TEL: 03-3543-1071 FAX: 03-3543-1072

## 参考資料

### ◆スポーツ吹矢とは？

スポーツ吹矢とは、筒に矢を入れて人間の呼吸で円形の的をめがけて矢を放つスポーツです。弓道やアーチェリーは腕を動力とするのに対し、吹矢は「息」が動力です。高い運動能力や腕力はいりません。スポーツですから基本動作やルールがあり、その動作の特徴は、腹式呼吸をベースとしたスポーツ吹矢式呼吸法で、集中力と精神力が必要です。

### ◆スポーツ吹矢式呼吸法の健康効果

スポーツ吹矢の最大の特徴は呼吸法です。日常生活で行なう「胸式呼吸」と腹筋を使ってゆっくりと息をする「腹式呼吸」の両方を使うことによって、呼吸に関わる全ての筋肉を活用します。息を静かに細く長く吐き、自然に息を吸い、一瞬止めてからのに向かって「短く一氣」に吐き出す特有の呼吸法がスポーツ吹矢式呼吸法です。スポーツ吹矢の基本動作を行なうことによって、自然にこの呼吸法が実践でき、様々な健康効果が得られることがわかつてきました。

## <日本スポーツ吹矢協会の歩み>

|               |                                  |
|---------------|----------------------------------|
| ■1998年(平成10年) | 4月1日 「日本スポーツ吹矢協会」設立              |
| □2006年12月     | 障がい者サポート部設立                      |
| ■2007年1月      | 会員数1万人を突破。                       |
| □2007年4月      | 設立創立10周年、社団法人の認可が下りる             |
| ■2008年5月      | (公財)日本レクリエーション協会 加盟              |
| 9月            | 「第1回障害者スポーツ吹矢競技会」開催              |
| ■2013年9月      | 「スポーツ祭東京2013」デモンストレーションスポーツ行事に参加 |
| 10月           | 第13回全国障害者スポーツ大会 オープン競技に参加        |
| ■2014年4月      | 一般社団法人に移行認可が下りる                  |
| ■2015年4月      | 地域支部1000支部を突破                    |
| 11月           | 公益財団法人日本障がい者スポーツ協会に加盟            |
| ■2018年4月      | 協会設立20周年を迎える                     |

## 【一般社団法人 日本スポーツ吹矢協会】

|      |                                    |
|------|------------------------------------|
| □所在地 | 〒104-0061 東京都中央区銀座3-10-9 KEC銀座ビル9階 |
| □理事長 | 中村 一磨呂                             |
| □会員数 | 60,000人 年齢3歳~98歳                   |
| □支部数 | 全国 1310(海外4カ国10)                   |

<2018年8月付>

### ◆障がい者サポート部、及び本協会の障がい者向け活動状況について

#### 【障害者サポート部】

当協会障がい者サポート部は平成2006年12月に発足。障がい者スポーツとして、スポーツ吹矢の普及活動をはじめ、障がい者をサポートするための指導者の育成にも力を注いでいます  
2008年9月、「第1回障がい者スポーツ吹矢競技会」を開催。

2015年5月、「第1回障がい者サポート公認指導員」認定制度導入

●障害者サポート部長 荒井和子(当協会 常務理事)

### 障害者スポーツとしてのスポーツ吹矢

#### ①リハビリテーションの一環としてのスポーツ吹矢

スポーツ吹矢は、「誰でも」できるスポーツです。

障がい者も健常者と同じように練習を重ねており、その人に合った補助具を用いたり、指導の工夫をしております。障がい者の段級位保持者や公認指導員も増えてきており、また各地で障がい者向けの体験会も活発に行われています。

<これまでの体験指導の実績>

脳梗塞・くも膜下等による半身不随、片麻痺

喘息、公害病など呼吸器系疾患

パーキンソン病

聴覚・視覚障がい者

知的・精神障がい者

等

#### ※医療関係者より注目を集めています

スポーツ吹矢の特長である「誰でもできる」と「スポーツ吹矢式呼吸法」を使ったスポーツであることが、多くの医療関係者の注目を集めております。呼吸器の専門医である協会顧問の荒井他嘉司先生(国立病院機構災害医療センター名誉院長)、早くからリハビリテーションとしてクリニックのプログラムに取り入れていただいている八子芳樹先生(理事/YAGOメディカルクリニック・スポーツドクター・健康運動指導士/福島県)をはじめ、臨床の現場での導入や研究など、スポーツ吹矢の健康的・精神的な効果に着目していただいております。また他、介護・福祉関連の大学でもスポーツ吹矢のもつ医学的・精神的効果に着目され、研究が進められています。

○パーキンソン病 (川嶋乃里子/会員/川嶋クリニック 神奈川県)

○地域統合医療 (山本竜隆/会員/朝霧高原診療所 静岡県)

○リハビリテーションとしての医学的効果(川崎医療福祉大学/岡山県)ほか

#### ②介護予防としてのスポーツ吹矢 ~高齢者にも最適

介護予防運動とは、いつまでも自分の手足で元気に動けるよう、足腰の衰えや頭の衰えを予防する考えで、自治体での導入が進んでいます。病気の予防ではなく、要介護の予防としてこれからの中高齢化社会に必要とされ注目を集めている「元気に長生き」の新しい概念です。

スポーツ吹矢を通して健康長寿をめざそうと、地域行政と連動しながら積極的に支援しています。

#### ③名称変更について

当協会は2019年4月から、一般社団法人日本スポーツウエルネス吹矢協会に名称変更します。