

インクルーシブスポーツ体験会の種目

種 目	内 容	インクルーシブな点	イメージ
ボッチャ	ジャックボール(目標球)と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当てたりして、いかに近づけるかを競います。	・上から投げてでも下から投げてでも蹴ってもいいルールです。 ・投げることができなければ、ランプ(勾配具)を使うこともできます。 ・障がいによりボールを投げるができなくても、ランプを使い、自分の意思をランプオペレーターに伝えることができれば参加できます。	 インクルーシブ・スポーツ・フェスタ広島2023での体験会の様子
フライングディスク	競技は、プラスチック製の円盤(ディスク: 重さ100g(±5g)直径23.5cm)を使って行います。ゴールに向かってディスクを投げるアキュラシー種目とできるだけ遠に投げることを目指すディスタンス種目があります。	・「どこでも」(場所を選ぶことなく)、「だれでも」(どんな障害があってもなくても)「いつでも」(気軽に)取り組むことができます。 ・視角に障害のある人も、音源を利用して楽しむことができます。	 インクルーシブ・スポーツ・フェスタ広島2023での体験会の様子
モルック	モルックと呼ばれる木製の棒を投げて、スキttlと呼ばれるピンを倒し点数を競うフィンランド発祥のスポーツです。試合は個人やチーム(2~4名)で対戦し先に50点ジャストになった方が勝ちとなります。屋外で自然をたのしみながらプレイすることも醍醐味です。	・シンプルなゲーム性でこどもから高齢者まで気軽に楽しめます。 ・公式のルールはありますが、ゲームをする仲間同士で距離や投げ方などのルールに工夫をすることで小さなこどもや障害のある方も楽しめます。	