

ゴールボールを体験しよう！

世界大会日本代表選手からゴールボールを学べる！

★参加費無料 / どなたでも参加可能★

※小学生以下は保護者同伴

※介助が必要な方は介助者同伴

ゴールボールってどんな競技？

ゴールボールは、鈴の入ったボールを転がしてゴールを狙うスポーツです。選手全員がアイマスクをつけ、音や床の感覚を頼りにプレーします。音を聞き分けてボールを止めるドキドキ感と、チームで力を合わせる楽しさが魅力のパラスポーツです。



会場

東京体育館 サブアリーナ

JR 総武線「千駄ヶ谷駅」徒歩1分

都営大江戸線「国立競技場駅」A4 出口徒歩1分

定員

各回 60 名（先着順）

持ち物

運動のできる服装・タオル・飲料
室内用シューズ（靴底が飴色か白色）

2025 年 9 月 27 日（土）

【第1部】 12:30~13:30（60分）受付 12:00 ~**ゴールボールの基礎知識・基本動作を学び、**

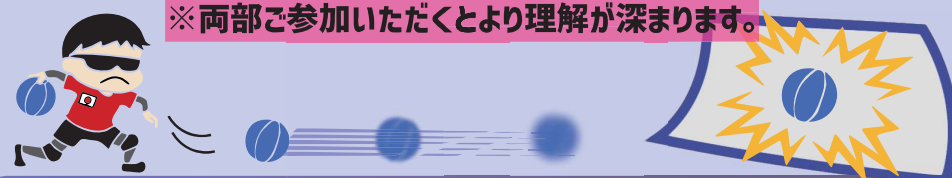
ゴールボールについて選手から直接お話を聞くことができます。

2部で行うミニゲームに向けて、攻守のコツを楽しく学びましょう！

【第2部】 14:00~15:30（90分）受付 13:30 ~1部で学んだことを活かし、**実際にゴールボールを体験します。**

アイマスクをつけ、音と自分の感覚に全集中。

奥深いパラスポーツの魅力を体験しましょう！

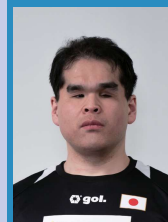
※両部で参加いただくとより理解が深まります。**申し込み受付****【インターネット】****<https://smilesports.jp>**

スマイルスポーツ HP を経由して「Peatix」からお申込みください。

【電話】 平日 10:00 ~ 17:00**0120-612-001**

携帯電話からは 03-6380-4243 まで

講師プロフィール

のぶさわ
信澤ようしゅう
用秀 氏

16歳の時に盲学校の部活でゴールボールと出会う。19歳で初めて日本代表選手に選出され、それ以来、2025年3月まで日本代表強化指定選手として活動し、長期間にわたりチームの精神的支柱となる。両ウイングを守る安定したディフェンスと多彩な攻撃が特徴。

2013年 北京 アジア・パシフィック選手権大会 銅メダル

2014年 仁川 アジアパラゲームス 銅メダル

2017年 バンコク アジア・パシフィック選手権 銅メダル

2023 IBSA World Games 優勝

（パリ 2024 パラリンピックの出場権を獲得）

東京のスポーツ案内サイト

SPOPITA
スポビタ

「スポーツしたい！」をアシストする

スポーツ案内サイト



【個人情報の取り扱いについて】 お預かりした個人情報は、スマイルスポーツ教室案内、各種アンケート、サービス提供及び教室の実施・運営に必要な範囲内で利用いたします。利用目的にご同意の上申してください。

個人情報に関する各種問合せは当事業団ホームページ「個人情報の取り扱いについて」を参照ください。また、当事業団の様子は記録用にスタッフが撮影させていただいております。撮影した写真は当事業団のホームページや

今後の事業告知チラシ等で使用させていただく場合がありますので、予めご了承ください。写真の使用を許可しない方は、当日受付スタッフまで申し出てくださいようお願いいたします。公益財団法人東京都スポーツ文化事業団



目からはじめる健康習慣！

シニア世代からの「見る力」アップ スポーツビジョントレーニング



スマートフォン中心の生活で
目を動かす機会が減っていませんか？



「見る力」の衰えは、身体の反応の遅れや転倒などのリスクにもつながります。

①第1部

「見る力」の大切さと、自宅で誰でもできる簡単なスポーツビジョントレーニングを、日本スポーツビジョン協会顧問・理学療法士の須藤大輔氏から学びます。

②第2部

専用機器でご自身の「見る力」レベルの測定体験ができます。また、身の回りにあるモノを使った楽しいスポーツビジョントレーニングを、日本スポーツビジョン協会・エグゼクティブインストラクターの上坂実氏から学びます。

※①・②共に動きやすい服装でお越しください。

日 時

令和7年 9月30日 (火)

(受付開始は①は30分前から、②は15分前から)

①13:00～14:00 座学

②14:15～15:45 実技

①座学、②実技のうち、どちらか一方、もしくは両方のお申込みが可能です。

※①・②通してご参加いただくと、より分かりやすくなります。

会 場 東京体育館 第一会議室

●JR総武線「千駄ヶ谷駅」徒歩1分、
●都営地下鉄大江戸線「国立競技場駅」A4出口徒歩1分
※各駅エレベーターあり
(国立競技場駅エレベーターはA2出口となり徒歩3分)

定員・対象 各回 60名・おおむね50歳以上

持 ち 物 筆記用具、飲料

参 加 費 各回 1,000 円 ①②両方に参加される方は2,000円となります。

◎本事業の開催にあたっては、必要な感染症対策を講じておりますので、予めご協力をいただきますよう、何卒よろしくお願い申し上げます。

お申込みは、スマイルスポーツ事業センターまで お申込み・応募ページ▶



<https://smilesports.jp>



0120-612-001

03-6380-4243

◎申込受付は7/18(金)10:00amより開始

◎お電話でのお申込み・お問い合わせは平日10:00～17:00

◎携帯電話・スマートフォンからフリーダイヤルへの通話はできません



「スポーツしたい！」をアシストする
スポーツ案内サイト

東京のスポーツ案内サイト

SPOPITA

スポビタ



【個人情報の取り扱いについて】お預かりした個人情報は、スマイルスポーツ教室案内、各種アンケート、サービス提供及び教室の実施・運営に必要な範囲内で利用いたします。利用目的にご同意の上申込ください。個人情報に関する各種問合せは当事業団ホームページ「個人情報の取扱いについて」を参照ください。また、当事業の様子を記録用にスタッフが撮影させていただくことがあります。撮影した写真は当事業団のホームページや今後の事業告知チラシ等で使用させていただく場合がありますので、予めご了承ください。写真の使用を許可しない方は、当日受付スタッフまでお申し出くださいようお願いいたします。

2025.
10.5 日

会場 東京体育館 サブアリーナ

- JR総武線「千駄ヶ谷駅」徒歩1分
- 都営地下鉄大江戸線「国立競技場駅」A4出口徒歩1分
- ※各駅エレベーターあり
- (国立競技場駅エレベーターはA2出口となり徒歩3分)

第1部 13:45-14:45

対象 4歳～小学2年生と
その保護者

第2部 15:15-16:15

対象 小学3年生～6年生
※保護者の参加も可

各部 40名 ※先着順

参加費(各回)

子供1人 ¥500
大人1人 ¥1,000

持ち物

動きやすい服装(スカートや
ジーンズ以外。裸足で行います)、
飲み物、タオル

※裸足が苦手な方は、滑り止め付き靴下の
着用可。

どんなポーズが
できるかな？

KIDS

キ ッ ズ ヨ ガ

YOGA

た い け ん

～つよく、しなやかな心と体づくり～



まつばら なつほ

講師 松原 夏穂 氏
ヨガファミリー代表。

2012年より地元品川区を中心に、
自主教室、学童保育、児童センター
などでキッズ・親子ヨガ、マタニティヨガ、
シニアヨガを指導。ヨガを通して、親子が
「なかよく」いられるように、家族が笑顔で
健康に過ごせるようになることを目指
している。



◎本事業の開催にあたっては、必要な感染症対策を講じておりますので、予めご協力をいただきますようお願い申し上げます。

申込受付

【インターネット】 <https://smilesports.jp>

スマイルスポーツHPを経由して「Peatix」からお手続きください。

【電 話】 0120-612-001 ※平日10:00～17:00
(携帯電話からは 03-6380-4243)

「スポーツしたい！」をアシストする
スポーツ案内サイト

東京のスポーツ案内サイト
SPOPITA



【個人情報の取り扱いについて】 お預かりした個人情報は、スマイルスポーツ教室案内、各種アンケート、サービス提供及び教室の実施・運営に必要な範囲内で利用いたします。利用目的にご同意の上申してください。個人情報に関する各種問合せは当事業団ホームページ「個人情報の取扱いについて」を参照ください。また、当事業の様子は記録用にスタッフが撮影させていただくことがあります。撮影した写真は当事業団のホームページや今後の事業告知チラシ等で使用させていただく場合がありますので、予めご了承ください。写真の使用を許可しない方は、当日受付スタッフまでお申し出くださいようお願いいたします。

(公財) 東京都スポーツ文化事業団

スポーツボランティア
最前線！

8月22日（金）
より募集開始！！



スポーツボランティア

2025年

スキルアップ講座

10月16日（木）

19:00-20:30

東京体育館

第一会議室

会場

- アクセス／千駄ヶ谷駅（JR総武線）徒歩1分
国立競技場駅（都営地下鉄大江戸線）A4出口徒歩1分
※各駅エレベーターあり（国立競技場駅エレベーターはA2出口となり徒歩3分）
- 参加料／1,000円
障害者手帳又はミライIDのご提示で無料となります
- 対象／スポーツボランティア経験者や興味のある人
（18歳以上の方※高校生を除く）
- 定員／80名（定員になり次第締切）
- 持ち物／筆記用具等

第1部：パネルディスカッション

スポーツボランティア経験者がエピソード
などを交えて熱く語ります！

ファシリテーター 川俣郁美（かわまた いくみ）氏
パネリスト



延與桂（えんよ かつら）氏

（公社）東京都障害者スポーツ協会会長

2024冬季デフリンピックエルズルム大会
（トルコ）オブザーバー・パリパラリンピック
ボランティア参加者



三浦弘賢（みうら ひろかた）氏

東京都交通安全担当課長

リオパラリンピック・東京2020オリンピック・
パラリンピック・パリオリンピック・東京2025
世界陸上選手権（予定）ボランティア参加者

第2部：すぐに使える実践編！国際手話にチャレンジ！

■ レクチャー ペギー プロザー氏 川俣郁美氏
「国際手話＋接遇ポイント」解説

■ ロールプレイ ペギー プロザー氏 川俣郁美氏
空港到着時、宿舎や会場案内時など具体的な場面
のロールプレイ

※情報保障：手話通訳あり

1部・2部講師：かわまた いくみ
川俣 郁美 氏



1989年、栃木県生まれ。3歳でろうに。
日本財団聴覚障害者海外留学奨学金事業5期生として米国に
渡り、ギャロデット大学ソーシャルワーク学部卒業。
その後も同大学院行政・国際開発専攻修士課程に進み修了。
日本財団にてアジアのろう者支援事業のコーディネーター等を
担当。
栃木県聴覚障害者協会理事。デフリンピックサムスン大会に
日本選手団のサポートスタッフとして参加。

TOKYO2025
デフリンピック
応援アンバサダー
日本財団スタッフ

2部講師：ペギー プロザー氏
Peggy Prosser 氏



（一社）撫子寄合副代表
NPO法人YES, DEAF CAN!副代表

アメリカ生まれのろう者、日本に
住33年。ギャロデット大学にて
国際開発学専攻、経営学学士。世界ろう連盟
（WFD）の職員（2013）を経て、現在、言語指
導、手話通訳、観光及び国際開発コンサルティ
ング関係の仕事に携わりながら、日本に住む外
国人ろう者についての講演活動を行う。

◎本事業の開催にあたっては、必要な感染症対策を講じておりますので、予めご協力をいただきますよう、何卒よろしくお願い申し上げます。

お申込みは、スマイルスポーツ事業センターまで お申込み・応募ページ▶

WEB <https://smilesports.jp>

0120-612-001 ◎申込はお電話・ネット・メールで受付しております。
03-6380-4243 ◎お電話でのお申込み・お問い合わせは平日10:00～17:00
◎携帯電話・スマートフォンからフリーダイヤルへの通話はできません。



「スポーツしたい！」をアシストする
スポーツ案内サイト

東京のスポーツ案内サイト
SPOPITA
スポビタ



【個人情報の取り扱いについて】お預かりした個人情報は、スマイルスポーツ教室案内、各種アンケート、サービス提供及び教室の実施・運営に必要な範囲内で利用いたします。利用目的にご同意の上申込ください。個人情報に関する各種問合せは当事業団ホームページ「個人情報の取扱いについて」を参照ください。また、当事業の様子を記録用にスタッフが撮影させていただくことがあります。撮影した写真は当事業団のホームページや今後の事業告知チラシ等で使用させていただく場合がありますので、予めご了承ください。写真の使用を許可しない方は、当日受付スタッフまでお申し出くださいようお願いいたします。