申込不要
参加無料

えどがわ パラスポーツ体験会

スポーツ in センター

14種類のスポーツ体験や運動相談ができます！

対　象

障害のある方と保護者・関係者

（障害の種別を問いません。手帳をお持ちでなくても参加できます）



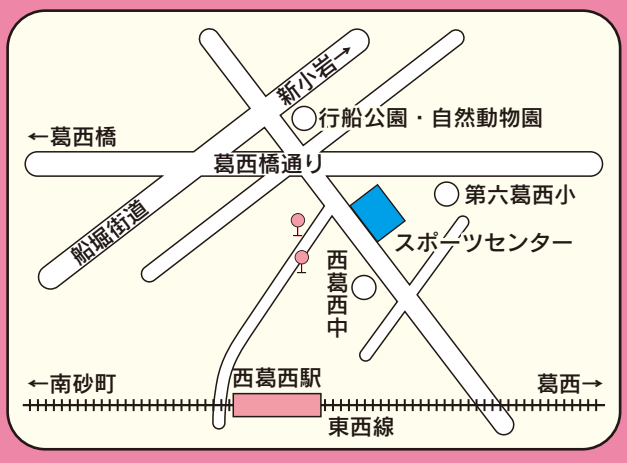
令和8年

11月22日(日)

10時～16時



会場：江戸川区スポーツセンター
大体育室・小体育室
住所：江戸川区西葛西 4-2-20





室内履きを
お持ちください



手話通訳・理学療法士
看護師 が体験をサポート！



詳細は
ホームページへ

江戸川区 PR キャラクター エドリバー

●主催：江戸川区
●協力：一般社団法人日本車いすスポーツ協会、NPO法人障害者スポーツサポート·江戸川、T.T Labo、
江戸川区トランポリン連盟、江戸川区ライフル射撃連盟、株式会社西川精機製作所、
東京都身体障害者アーチェリー協会、一般社団法人日本ユニバーサルボッチャ連盟、
東京メディカル·スポーツ専門学校、江戸川区フェンシング協会、樋口健太郎、一般社団法人みらぷる、
一般社団法人MUCHU、江戸川区ローイング協会、公益社団法人東京都理学療法士協会、
えどがわパラスポアンバサダー

●問い合わせ：スポーツ振興課パラスポーツ係　☎03-5662-1523

⇒裏面で競技紹介！

ともに、生きる。江戸川区

えどがわパラスポーツ体験会 in スポーツセンター

体験できる14競技をご紹介！

ボッチャ



簡単なルールで誰でも楽しめる！
ランプの用意もあります。

車いすスポーツ



試合でも使用する競技用車いすを自在に操作！

卓　球



車いすのままでも楽しめる！

トランポリン



関節への負荷も少なく、非日常の浮遊感を楽しめる！

エンジョイアーチェリー

安全な矢を使うので、誰でも楽しく安心して体験できる！





ビームライフル



光を放つので安全に射撃を楽しめる！

フライングディスク



軽い力で投げられる！
ゴールに入る爽快感を体験！

パラパワーリフティング





日本記録保持者の樋口健太郎選手が優しくレクチャー！

陸上競技用車いす展示

パラ陸上競技で使用する競技用車いす「レーサー」を展示。



体　操



いろいろな道具を使って楽しく体を動かそう！

各回の10分前から受付します（先着順）

	時　間	対　象	定　員
①	10時30分～11時	小学生～中学生	各回10名 ※③のみ 10組
②	11時30分～12時	高校生相当以上	
③	12時30分～13時	未就学児と保護者	
④	13時30分～14時	小学生～中学生	
⑤	14時30分～15時	高校生相当以上	

ストレッチ

東京メディカル・スポーツ専門学校の学生によるストレッチを体験！



パラフェンシング



一瞬の駆け引きを楽しもう！

ローイング

初登場!!



ボートで速さを競う水上スポーツを陸上で体験！

ダンスタイム



みんなでダンスタイム！
①11時　②13時　③15時

パラスポーツクラブ えどがわ

イベントが終わっても、スポーツを楽しもう！

区内でパラスポーツ教室を多数開催中！

今回体験できる競技の多くは、定期的に教室などを開催しています。「楽しかった」「もっとやってみたい！」と思う競技が見つかったら、教室などにご参加いただき、これからもスポーツを楽しんでいきましょう！
ほかにも、体験会では紹介しきれないたくさんの競技の教室等も開催しています。

⇦ 区ホームページ