

レッツチャレンジ・パラスポーツ

さまざまなパラスポーツを一度に体験。一緒に楽しみましょう!!



ふうせんバレー



吹き矢



ボッチャ



フライングディスク



輪投げ



車いすバスケットボール

とき: 2026(令和8)年9月12日(土)
10:00~12:00(受付9:30~)
ばしょ: 宝塚市立スポーツセンター
総合体育館メインアリーナ

申し込みはいりません。
直接会場におこしてください。

(動きやすい服装で。
屋内用靴と水分を
お持ち下さい。)

参加費無料・参加賞あり
(先着150名)

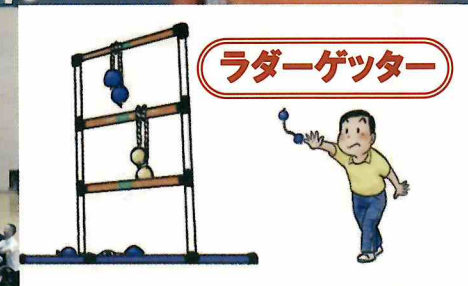
お問い合わせ:
宝塚市障害者スポーツ協会
(井上携帯: 090-3709-1939)



卓球バレー



5×5(ゴ-ゴ-)ビンゴ



ラダーゲッター

試合の
デモンストレーションもあり!

主催: 宝塚市障害者スポーツ協会
宝塚市 宝塚市教育委員会
宝塚市スポーツ協会
後援: 宝塚市社会福祉協議会
協力: 宝塚医療大学
宝塚市立看護専門学校

スポーツをひとつ
チャレンジすると
スタンプがもらえ
ます。4つ以上貯め
たら景品あり
(数量限定)



宝塚市障害者スポーツ協会の
情報はこちら



宝塚市内で活動中の障害者スポーツ団体紹介

(2026年6月現在)

☆サウンドテーブルテニス☆

(ピンポン球の中の金属の球が鳴る音を聞いてプレーします)

対象者

視力に障害のある方

活動場所

宝塚市総合福祉センター

活動日時

第1、第3木曜日 10時～15時

連絡先

090-5246-8110 (代表 田中)

☆宝塚市障害者スポーツクラブ・ボッチャ部☆

パラスポーツボッチャを楽しもう！

対象者

障害のある方 (障害種別は問いません)

練習場所

宝塚市立たからづか支援学校 体育館

宝塚市立くらんど人権文化センター

練習日時

毎週土曜日 14:00～17:00

連絡先

TEL 0797-61-4525 FAX 0797-61-8845

(特定非営利活動法人 れいんぼう)

部員募集中!

☆宝塚吹き矢クラブ☆

吹き矢”仲間 募集 !!

年齢や身体的ハンディがあっても、誰でも気楽～に楽しめる遊びのスポーツです。しかも肺機能活性化、精神集中力向上、ストレス解消になります。

離れたところ (10m、8m、6m) から撃って得点を争う簡単な競技です。

吹き方は1分間でわかりますが、完全にマスターするのに一生かかるほど奥の深い神秘的な魅力があります。

ふっと吹いて矢が的の中心に“ズバー!”と刺さった時の快感は最高です。

あなたも一緒に吹き矢しませんか！

練習場所：宝塚市総合福祉センター (安倉) 3階

練習日：毎月第3、第4土曜日 13時～15時

年会費：1,000円 道具一式：1,000～1,500円

連絡先：090-3926-8387(松本)

Email:matsujj@me.com

☆認定NPO法人ぽっかぽかランナーズ☆

マラソンを通じて、年齢・障害・文化などの違いに関わりなく、だれもが支え合うことで、主体的に参加できる社会をめざします。

活動内容と練習日時

- ・宝塚で月に1回～2回の練習会
- ・身体障害者への足こぎ車いすの貸し出し
- ・ぽっかぽか共生マラソン大会開催

(今年は11月22日。ボランティア募集中)

<https://marathon.pokarun.com/>

会費：障害者ランナー年会費 3,000円

連絡先：(FAX) 0797-85-8847

メール npo@pokarun.com

HP <https://www.pokarun.com/>

障害者ランナー・伴走ランナー募集中!

まずは体験にいらしてください。

