



②

いろいろなパラスポーツ

パラスポーツとはいろいろな困り感がある方でも楽しくできるスポーツのことです。私たちはたくさんのパラスポーツを体験しました。

① ゴールボール

鈴入りの音が鳴るボールを使って楽しみます。アイマスクをして見えない中でやるので、「そっちに行ったよ」や「点が入りました!」などの声かけや実況など音声の工夫が大事です!

② ボッチャ

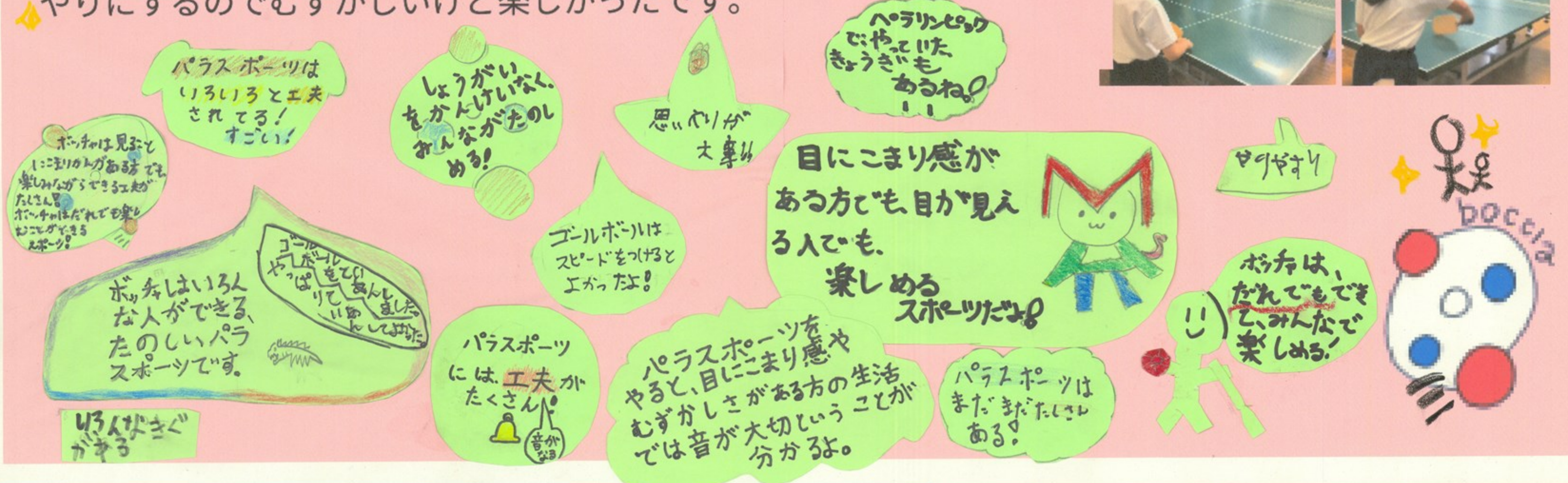
インクルボッチャラボの佐塚さんが学校に来てボッチャを教えてくださいました。ボッチャは見るのが難しくても、車椅子の方でも、小さい子でもみんなが楽しめるスポーツです。

③ フロアバレーボール

盲学校で体験しました。前衛と後衛各3人の計6人で行います。ネットが床に30センチにはられ、ボールをその下に通過させます。前衛は全員がアイマスクをして、見えない状態で楽しみます。

④ サウンドテーブルテニス

盲学校で体験しました。音が鳴る卓球のボールを使います。音をたやりにするのでむずかしいけど楽しかったです。



身の回りの「バリアフリー」の工夫

① マスが大きいノート

見ることにむずかしさがあっても字を書きやすいです。見やすい線の色になっていて色の工夫もあります。



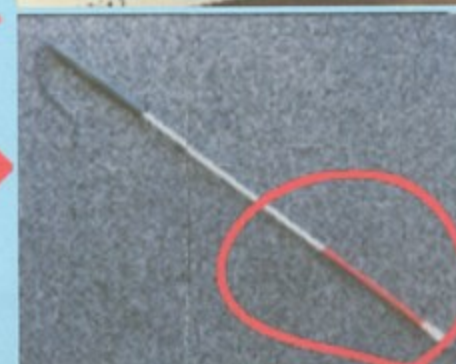
② 拡大教科書

大きな字で書かれています。字が大きいので、教科書1冊が拡大教科書になると、4冊になります!



③ 白杖

見ることに難しさがある方が使う杖です。歩くときにしょうがい物がないかかくにんしたり、階段で転ばないようにかくにんしたりする役割をします。



MAKsにかかわるSDGs

10.人や国の不平等をなくそう
11.住み続けられるまちづくりを

