

障スポ競技紹介

〔4競技〕



- ① 陸上競技(身・知)
- ② 水泳(身・知)
- ③ 卓球(身・知・精)[サウンドテーブルテニス(身)を含む]
- ④ アーチェリー(身)

※大会運営の都合により、入場を制限する場合があります。
※天候等により、日程が変更となる場合があります。
※最新情報は、県実行委員会ホームページでご確認ください。

障スポ競技紹介 ①

多彩な種目、光る個性!
それぞれの挑戦が輝く瞬間に心が動かされる!



陸上競技(身・知)



日程 10月23日(金)～10月25日(日)

会場 カクヒログループアスレチックスタジアム

この競技の魅力を
1分動画でチェック!



こんな競技です!

身体障がいのある選手と知的障がいのある選手が出場する競技です。100m競走や砲丸投などの一般的な種目と、スラローム、ビーンバッグ投など、障がい者スポーツ特有の種目を設け、使用する用具を工夫するなどして、全15種目が行われます。

ここが見どころ!

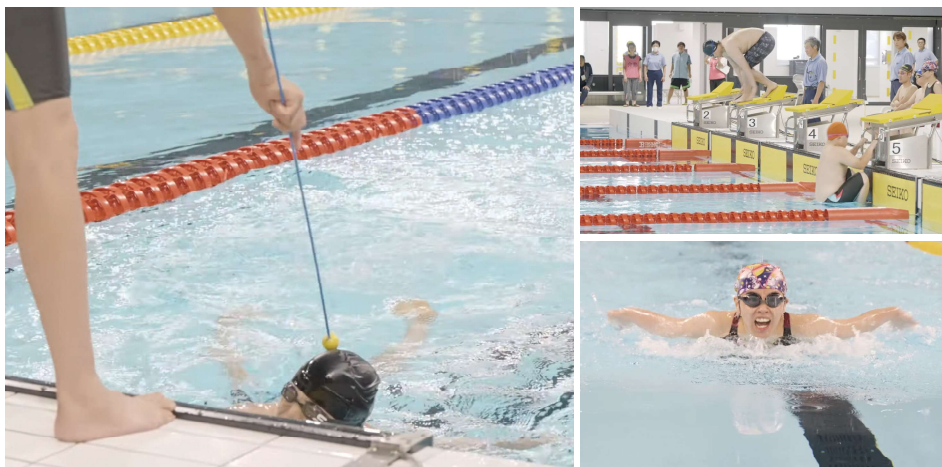
音を頼りにして走る競技や華麗な車いす操作が必要なスラロームなど、多くの種目があり見どころ満載です。

障害区分

身:身体障がいの方が参加できる競技
知:知的障がいの方が参加できる競技
精:精神障がいの方が参加できる競技

水泳(身・知)

多様なスタイルで目指すゴール!
力強い泳ぎに引き込まれる!



日程 10月23日(金)～10月25日(日)

会場 マエダアリーナ50mプール

この競技の魅力を
1分動画でチェック!



こんな競技です!

身体障がいのある選手と知的障がいのある選手が出場する競技です。自由形、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライの各25mおよび50m、4×50mフリーリレー、4×50mメドレーリレーを実施します。

ここが見どころ!

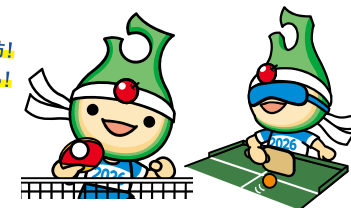
水中からのスタートであったり、浮具の使用があったりなど、さまざまな泳ぎ方があるので必見です。

障害区分

身:身体障がいの方が参加できる競技
知:知的障がいの方が参加できる競技
精:精神障がいの方が参加できる競技

卓球(身・知・精)

白熱の攻防!
勝負を決める一打に手に汗握る!



(サウンドテーブルテニス(身)を含む)



日程 10月24日(土)～10月25日(日)

会場 カクヒログループスーパーアリーナ

この競技の魅力を
1分動画でチェック!



こんな競技です!

- 一般卓球: 身体障がい、知的障がい、精神障がいのある選手が出場する競技です。一般の卓球とほぼ同じルールで行われます。
- サウンドテーブルテニス: 視覚障がいのある選手が出場する競技です。金属球の入ったボールの転がる音を頼りに、ラバーの貼られていないラケットで打ち合います。

ここが見どころ!

- 一般卓球: 圧倒的なスピード感とさまざまなプレースタイルが魅力です。
- サウンドテーブルテニス: 音を頼りにプレーするため、静寂の中でプレーする姿から緊張感が漂います。

障害区分

身:身体障がいの方が参加できる競技
知:知的障がいの方が参加できる競技
精:精神障がいの方が参加できる競技

アーチェリー(身)

集中力を高めて放つ一矢!
多様なプレースタイルに魅せられる!



日程 10月25日(日)

会場 新青森県総合運動公園
投てき・アーチェリー場

この競技の魅力を
1分動画でチェック!



こんな競技です!

視覚障がいを除く身体障がいのある選手が出場する競技です。弓の違いによって、「リカーブ部門」と「コンパウンド部門」があります。それぞれの部門で50m・30mラウンドと、30mダブルラウンドを実施します。

ここが見どころ!

弓の打ち方が手だけでなく、足や口などいろいろな打ち方があるので必見です。

障害区分

身: 身体障がいの方が参加できる競技
知: 知的障がいの方が参加できる競技
精: 精神障がいの方が参加できる競技

デモスポって、
どんな競技が
あるの?



デモンストレーションスポーツ 競技紹介〔11競技〕



①ダンススポーツ

従来の「社交ダンス」と呼ばれるダンスをベースとしつつ、スポーツ性を追求して独自に発展した競技です。原則として男女がペアとなり音楽に合わせてながらステップの正確さや表現力を競い合います。

日程 … 6月14日(日)

会場 … 青森市はまなす会館



②ドッジボール

2つのチームに分かれて、相手チーム選手の頭部以外の身体にボールを当てるスポーツです。ボールを当てられた選手はアウトとなります。内野と外野に選手を配置し、パスを回したりしながら相手チームの内野選手を全員アウトにするか、試合終了時に相手チームより内野の選手が多い場合勝ちとなります。

日程 … 6月28日(日)

会場 … 青森市浪岡体育館



③ソフトバレーボール

既存のバドミントンのコートを使用して、ゴム製の軽く柔らかいボールで、ラリーを楽しみます。ボールをソフト化することで「パス」が安全にしかも容易にできます。年齢、体力、経験、技術等のレベルに応じて、初歩的なゲームから、各種の戦術を駆使した高度なゲームまで、多様な楽しみ方ができて奥が深いスポーツです。

日程 … 7月4日(土)
会場 … マエダアリーナ



④ウォークビンゴ

コース内に設けられたチェックポイントを、コース図を見て探し歩き、ポイントにセットされた課題(クイズやゲーム)をクリアしながらビンゴナンバーと合わせて得点し、チームでウォークを楽しむ競技です。軽い運動ができる方であればどなたでも参加できます。

日程 … 7月5日(日)
会場 … 青森駅前公園～新町商店街周辺



⑤ターゲット・バードゴルフ

老若男女、どなたでも気軽にゴルフの醍醐味が味わえるスポーツです。ゴルフボールにバドミントンの羽のようなものを取付けたボールを、ゴルフクラブ(ピッチングウェッジ)で打ち、傘を逆さにしたようなホールまたはその下の輪に、何打で入れるかを競い合います。

日程 … 7月5日(日)
会場 … オカでんアリーナ多目的広場



⑥年齢別ソフトテニス

ソフトテニスは、以前は「軟式庭球」という呼び名で親しまれ、平成4年にソフトテニスと改名された幅広い年齢層で楽しめるスポーツです。日本で生まれ育ったスポーツですが、現在は海外でも盛んに行われています。

日程 … 7月5日(日)
会場 … 新青森県総合運動公園テニスコート



⑦年齢別テニス

テニスは、プレーヤーがお互いにネットを挟んで反対側に立ち、交互にラケットでボールを打ち合うゲームで、11世紀にフランスの修道院で行われていた「ジュ・ドゥ・ポーム(手のひらのゲームの意)」が原型といわれています。しなやかな体から打ち出される強烈なサーブ、コースを狙った正確なストローク、ネット際での激しいボレー戦など、白熱したラリーの応酬が見どころです。

日程 … 7月5日(日)
会場 … 新青森県総合運動公園テニスコート



⑧ふれあいボウリング

約18m先の三角形に並べられた10本のピンへボールを転がし、倒れたピンの数を競います。競技自体はレーンにボールを転がしてピンを何本倒すかという単純なものですが、ピンの位置によりボールや投球方法を変え、狙ったピンを適確にとらえる技術は見逃せません。

日程 … 7月5日(日)
会場 … アオモリボウル



⑨ユニバーサルホッケー

全ての人々がプレーできるように考案されたホッケー競技です。競技に使用するボールはプラスチック製で中が空洞で穴が開いているためスピードが出にくくなっており、また身体接触が禁止されているため安全性が高く、年齢を問わず楽しめるスポーツです。

日程 … 7月5日(日)

会場 … 青森県立保健大学体育館



⑩ラージボール卓球

硬式ボールよりもやや大きくて軽い専用のボールを使ってプレーします。硬式に比べボールの回転が少なく球速が抑えられるので、卓球の本来の楽しさであるラリーが続けられるようになっています。生涯スポーツとして親しまれており、老若男女どなたでも楽しめます。

日程 … 7月5日(日)

会場 … カクヒログループスーパーアリーナ



⑪カーリング

氷上で行われるスポーツで、高度な戦略が必要なことから「氷上のチェス」とも呼ばれています。4人1組のチームで、約20kgの石(ストーン)を滑らせ、約40m先の円(ハウス)の中心に近づけます。ブラシで氷を掃き石の速度や曲がり方を調整して得点を競います。

日程 … 7月11日(土)

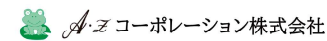
会場 … オカでんアリーナカーリング場

協賛企業 (順不同・敬称略)

令和8年5月31日現在



有限会社 **タイムプラン**



ヤマモト食品
Yamamoto Foods



株式会社エイ・ワンド

成邦商事株式会社

株式会社翁屋



青森三菱自動車
青森スズキ自動車

青森市新町商店街振興組合

青森市緑化事業協同組合



青森市造園協同組合

青森市アメニティ事業協同組合



青森米本部



スポーツネット&体育器具総合メーカー



有限会社松栄堂

小田桐錦石研究所合同会社

株式会社じじみちゃん本舗

株式会社CUTE UP

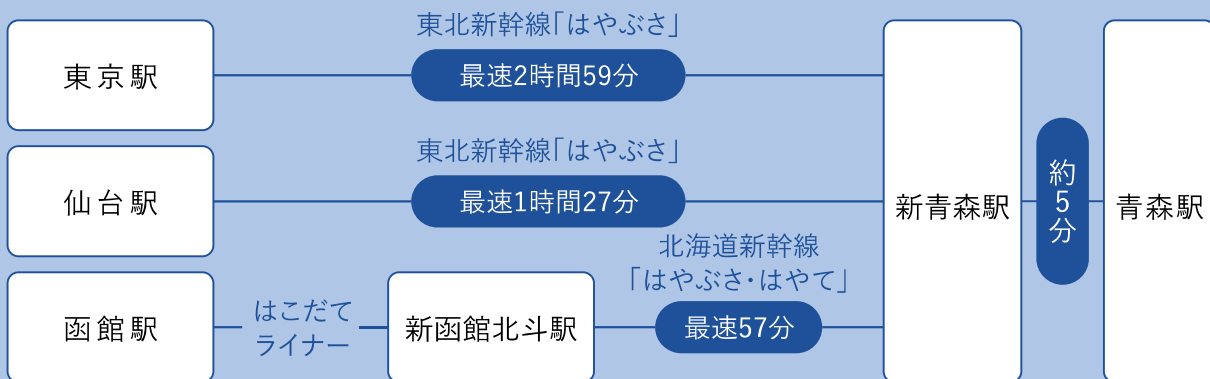
青森市へのアクセス



空路の所要時間



鉄道の所要時間



Official Site



Facebook



Instagram



X

青の煌めきあおもり国スポ・障スポ青森市実行委員会事務局

(青森市経済部 国スポ・障スポ総務課 国スポ・障スポ競技課)

〒038-8505 青森市柳川二丁目1番1号 青森市役所柳川庁舎2階 電話番号:017-718-0268 FAX:017-761-4182

公式ホームページ:<https://www.aomoricity-kokuspo2026.jp/>