

日医発第380号（健Ⅰ）

令和 7 年 6 月 2 日

都道府県医師会

健康スポーツ医学担当理事 殿

日 本 医 師 会

常任理事 長島 公之

（公 印 省 略）

「障害のある方へのスポーツ指導・関わり方 入門ハンドブック」について

スポーツ庁は、令和 6 年度に、障害のある方へのスポーツ指導について、今まで機会がなかった方やこれから始める方などに、まず始めに読んでいただきたいものとして「障害のある方へのスポーツ指導・関わり方 入門ハンドブック」を策定しました。本ハンドブックには、各種障害の基礎的な情報や指導のポイント・コツ、留意点、事例等が幅広く取りまとめられています。

今般、スポーツ庁健康スポーツ課障害者スポーツ振興室より本会宛て、本ハンドブックの積極的な活用について、周知依頼がありました。

ご参考までにチラシを添付させていただきますが、ハンドブック全頁は下記 URL からダウンロード可能となっております。

つきましては、貴会におかれましても、本件についてご了解いただくと共に、貴会管下の郡市区等医師会ならびに会員への周知方につき、ご高配を賜りますようお願い申し上げます。

記

障害のある方へのスポーツ指導・関わり方 入門ハンドブック URL

[https://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/sports/mcatetop06/list/detail/1379526\\_00004.htm](https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop06/list/detail/1379526_00004.htm)

事 務 連 絡

令和7年5月29日

公益社団法人日本医師会 御中

スポーツ庁健康スポーツ課障害者スポーツ振興室

「障害のある方へのスポーツ指導・関わり方 入門ハンドブック」について

平素より、パラスポーツの振興に御尽力賜り厚く御礼申し上げます。

障害の有無に関わらず、運動・スポーツを実施することは、健康の維持、体力の向上等の効果が見込まれます。障害のある方が運動・スポーツを実施するに当たっては、指導者が、障害の有無に関わらず、運動・スポーツを実施する方の特徴を踏まえた多様な指導方法を習得することが重要です。また、このことはインクルーシブな運動・スポーツの実施環境の整備、さらには第3期スポーツ基本計画の目標にも掲げているスポーツを通じた共生社会の実現のために重要です。

また、スポーツ審議会健康スポーツ部会障害者スポーツ振興WGの最終報告書（令和6年7月25日公表）の提言として、「障害者への指導を専門とはしない指導者等が障害者スポーツへの理解を深めるための研修等の充実」が盛り込まれています。

こうしたことを踏まえ、スポーツ庁では、障害のある方へのスポーツ指導について、今まで機会がなかった方やこれから始める方などに、まず始めに読んでいただきたいものとして、下記に記載の「障害のある方へのスポーツ指導・関わり方 入門ハンドブック」を策定しました。

つきましては、本ハンドブックについては是非ご一読いただき、貴会が実施する各種研修等におけるご活用について、ご検討頂けますようお願い申し上げます。

併せて、本事務連絡につきまして、各都道府県医師会に対し、周知いただきますようお願い申し上げます。

## 記

令和6年度に策定した本ハンドブックでは、各種障害の基礎的な情報やポイント・コツ、留意点、事例等を幅広く取りまとめています。また、本ハンドブックを活用することで、障害のある方への指導スキルの向上のみならず、運動の苦手な方への指導や子ども・高齢者への指導等、指導の対象や範囲の拡大にも寄与します。

つきましては、今後実施する各種研修等において、本ハンドブックの積極的なご活用をお願いいたします。

【参考】 障害のある方へのスポーツ指導・関わり方 入門ハンドブック URL

[https://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/sports/mcatetop06/list/detail/1379526\\_00004.htm](https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop06/list/detail/1379526_00004.htm)

### 【担当】

スポーツ庁健康スポーツ課

障害者スポーツ振興室 小野、見供

TEL : 03-5253-4111 (内線 4140)

メール : [yuuri-ono@mext.go.jp](mailto:yuuri-ono@mext.go.jp)

[mitomo@mext.go.jp](mailto:mitomo@mext.go.jp)



スポーツ庁  
JAPAN SPORTS AGENCY

スポーツ指導に携わる方に読んでいただきたい

# 障害のある方への スポーツ指導・関わり方 入門ハンドブック

ー パラスポーツが持つ可能性 ー



皆さん  
これ知ってますか？

障害のある方に初めてスポーツを指導する方や  
したい方の**スポーツ指導の入口**として活用下  
さい！

障害の有無に関わらず、様々な方々への指導に  
も役立つよう作成しました。

また、私が行った、アスリートへのインタビューも  
紹介していますので、是非ご覧ください！



スポーツ庁

ハンドブックのダウンロードはこちらから



## このハンドブックって？

- 運動・スポーツを行うことは、健康の維持増進や体力の向上、**ライフパフォーマンスの向上**※等の効果が期待されている一方で、障害のある方がスポーツに親しむ機会は十分なものとはなっていません。この背景の一つに、指導者など周囲の障害に関する理解不足も考えられます。
- 本ハンドブックは、障害のあるなしに関わらず、指導者がスポーツを実施する方の**特徴を踏まえた多様な指導方法を習得することで、インクルーシブなスポーツ実施環境の整備**の一助となることを目的に、スポーツ庁において作成したものです。

※ライフパフォーマンスの向上：それぞれのライフステージにおいて最高の能力を発揮できる状態

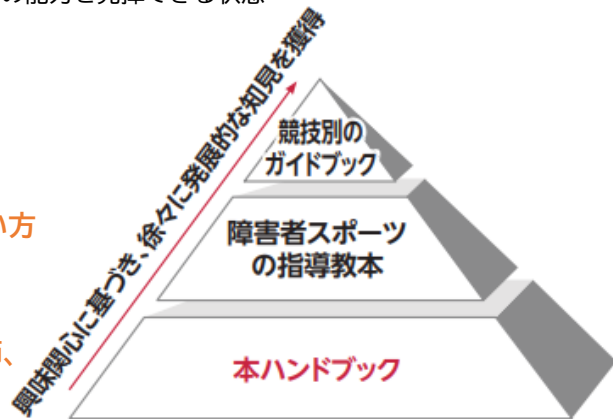


## こんな方・こんな時に読んでほしい！

- ✓ 今まで障害のある方のスポーツに関わる機会がなかった方
- ✓ これから障害のある方のスポーツ指導を始める方
- ✓ 日頃活動しているチームやクラブ等で、障害のある方とないが一緒に参加する時



例えば、地域のスポーツ指導者・ボランティア、学校の教師、リハビリテーション専門職などです。



- 本ハンドブックを**入口**として、障害のある方へのスポーツの指導の興味関心が高まるとともに、障害のある方への指導を通じて、様々なノウハウを得ることにより、**運動の苦手な方や子ども・高齢者への指導等、指導の対象や範囲（年齢や運動レベル等）の拡大**も見込まれます！



## ハンドブックの構成は？

|     |                                                                                                                                                                     |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 第一章 | パラスポーツの基本<br>・スポーツを実施する効果<br>・パラスポーツの現状                                                                                                                             |
| 第二章 | 障害のある方へのスポーツ指導の入口<br>・スポーツを指導する際の心構え<br>・スポーツを実施するための環境整備<br>・スポーツを実施するための工夫<br>・指導対象者とのコミュニケーション<br>・障害のある方へのスポーツ指導のメリット                                           |
| 第三章 | 障害のある方へのスポーツ指導の実践<br>・各障害の代表的な特徴、指導対象者の特徴を把握する際のポイント、指導のポイント<br>・【コラム】室伏長官がアスリートの能力の秘密に迫る！<br>スポーツとの向き合い方や指導者など周囲の人たちから受けた指導・サポートなどについて、室伏長官がアスリートにインタビューした内容の紹介 など |



## ハンドブックの特徴

- 指導の実践に先立ち、スポーツの価値や効果、指導にあたっての心構えなどを解説
- 第3章「障害のある方へのスポーツ指導の実践」では、6つの障害の種類ごとに、それぞれの障害の特徴や指導方法、安全管理について、「指導のポイント」「指導者へのメッセージ」等として記載
- 室伏長官によるアスリートへのインタビューを含めた事例の紹介や、更に知見を深めるための参考情報も掲載



本ハンドブック作成に当たって協力いただいた方々(五十音順、敬称略)

検討委員 相澤純也（順天堂大学）、太田澄人（長野県障害者福祉センター）、緒方徹（東京大学医学付属病院）、上出杏里（国立養成医療研究センター）、栗原洋和（日本スポーツ協会）、駒田惇（日本スポーツ協会）、澤江幸則（筑波大学）、瀬尾泰広（東京都教育庁指導部）、高山浩久（東京都障害者総合スポーツセンター）、鳥居昭久（東京保健医療専門職大学）、中澤公孝（東京大学大学院）、中島幸則（筑波技術大学）、細川健一郎（国立障害者リハビリテーションセンター）、三上真二（日本パラスポーツ協会）

オブザーバー（パラアスリート） 大西瞳（陸上）、木村敬一（水泳）、手塚圭太（陸上）、豊島英（車いすバスケットボール）



ハンドブックのダウンロードはこちらから

