

だい

かい

こじんきょうぎ

# 第31回ハマピック個人競技

（横浜市障害者スポーツ大会）

かいさいようこうもうしこみしょ

## 開催要項・申込書

もうしこみきかん

れいわねんがつにち

がつ

にち

申込期間：令和8年2月1日～2月22日

しゅさい よこはまし / しゃかいふくしほうじんよこはまし  
主催：横浜市 / 社会福祉法人横浜市リハビリテーション事業団

とあさき  
問い合わせ先

しょうがいしゃぶんかよこはま  
障害者スポーツ文化センター横浜ラポール

TEL 045-475-2050 / FAX 045-475-2053



ホームページ  
QRコード



# ハマピック(横浜市障害者スポーツ大会)の概要

障害があり、横浜市内に在住・在勤・在学の方を主な対象として開催する競技会です。  
同年秋開催、「第25回全国障害者スポーツ大会(青森県)」の横浜市代表選手選考を兼ねています。  
「記録への挑戦」「トレーニング成果の発揮」「相互理解と交流」を目的としています。

\* 横浜市代表選手選考は、横浜市内に「在住」「在学」「施設に入所・通所」の方が対象です。(「在勤」は対象外)  
詳しくは3・4ページをご参照ください。

## 1. 参加資格 (次の全ての条件を満たす方)

(1) 出場する競技のルールを理解していること (年齢は問いません)

(2) 以下のいずれかに該当する方

① 身体障害者手帳の交付を受けている方

② 療育手帳(愛の手帳)の交付を受けている、またはその取得に準ずる方

\* 準ずるとは、児童相談所・知的障害者更生相談所長の判定書の写し、医師の診断書、在籍(在学、通所、入所)

または卒業(退所)先の所属による証明書のいずれかがある方

③ 精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている、またはそれに準ずる方

\* 準ずるとは、自立支援医療(精神通院)受給者証がある方。ただし、大会申込日と大会日程が受給有効期間内

あるいは受給更新予定期間内であること

(3) 重複障害の方は、該当する障害区分のいずれか1つを選択すること (競技ごとに障害区分を変えることはできません)

○:ハマピック・全国大会へ参加可能

●:ハマピックへ参加可能

×:ハマピック・全国大会へ参加不可

	アーチェリー	卓球	水泳	ボウリング	ボッチャ	フライングディスク	陸上競技
身体不自由	○	○	○	×	○	○	○
視覚障害	×	○	○	×	×	○	○
聴覚障害	○	○	○	×	×	○	○
知的障害	×	○	○	○	×	○	○
精神障害	×	○	●	●	×	●	●
内部障害	○	●	●	●	×	○	○

\* 内部障害……ぼうこう又は直腸機能障害の方は、○の競技に限り全国大会へ参加が可能です。

## 2. 年齢区分

(1) 身体障害…1部(39歳以下)、2部(40歳以上)

(2) 知的障害…少年(19歳以下)、青年(20~35歳)、壮年(36歳以上)

(3) 精神障害…年齢区分なし

## 3. 競技規則

公益財団法人日本パラスポーツ協会発行の「全国障害者スポーツ大会競技規則集」に準拠し、一部ハマピック特別ルールでおこないます。競技規則集の購入を希望する方は、「日本パラスポーツ協会」のホームページをご覧ください。

## 4. 参加申し込み

期間外の申し込みはいかなる場合も受け付けません。郵送の場合は【2月22日必着】

(1)申込期間…令和8年2月1日(日)～2月22日(日)17時まで \*2月10日(火)は休館日

(2)申込方法…参加申込書に必要事項を記入の上、横浜ラポールへ直接提出または郵送で提出 (FAX不可)

郵送の場合、投函3・4日後に横浜ラポールに参加申込書が届いているか電話またはFAXでご確認ください

### 送付・連絡先

〒222-0035 横浜市港北区鳥山町1752 横浜ラポール「ハマピック担当」宛  
(TEL)045-475-2050 (FAX)045-475-2053

(3)参加費…1種目500円 (ボウリングは1000円)

①主催者都合・荒天等で大会中止の場合を除き、参加費の返金はございません。

②横浜ラポールに直接提出の場合は、館内の券売機でチケットを購入してください。

③郵送で申し込みの場合は、横浜ラポールから送付された「払込取扱票」で**2月27日(金)**までに参加費をお振り込みください。期限内に振り込みが確認できない場合、申し込みは無効となります。  
なお、振込手数料は参加者負担となります。

(4)参加種目数…対象となる競技に複数申し込みをすることは可能ですが、競技により参加可能種目数が異なります。

①アーチェリー、卓球、ボッチャ、ボウリング……1種目のみ

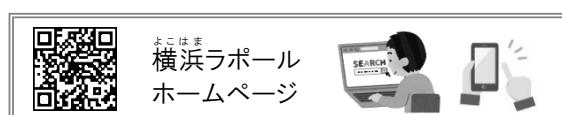
②水泳、フライングディスク、陸上競技……最大2種目

(5)変更・キャンセル…**申し込み手続き完了後、申込内容の変更・追加はできません。**記入に不備があった場合は主催者側で判断いたします。申し込み後、出場を取り消される場合はハマピック担当までご連絡ください。

## 5. 介助者

申し込み時に申請した介助者の方のみ、ウォーミングアップ・招集所・競技時・退場まで同伴することができます。

ただし、当日の申請はできません。また、競技によって申請の有無が異なります。



## 6. 各競技プログラム・ゼッケン

ホームページに障害区分・年齢区分・氏名等の掲載をおこないます。あらかじめご了承の上、お申し込みください。

(1)各競技の開催2週間前までに、横浜ラポールのホームページにプログラムを掲載します。事前送付はございません。

横浜ラポールホームページより、ダウンロード・印刷をしてください。

(2)ゼッケン(水泳はIDカード)は大会当日、受付で配布します。安全ピンの配布はございません。各自でご用意ください。

## 7. 表彰・記録証

出場者数	表彰
4名以上	上位3名
3名	上位2名
2名	上位1名
1名	表彰なし

\*ハマピック新記録の場合は、出場者数に関わらず、3位まで表彰します。

\*陸上競技・水泳・フライングディスクの表彰は各種目のレース(組)でおこないます。

\*出場者全員に記録証を発行します。(卓球・ボウリングはスコアシートのみ発行)

## 8. 諸注意

・健康に十分留意し、競技に臨んでください。大会当日のケガ等は応急処置とし、その後の対応は各自でおこなってください。

・各競技場内への補助犬以外の動物は入場できません。

# 全国障害者スポーツ大会の概要

障害のある選手が競技等を通じ、スポーツの楽しさを体験するとともに、国民の障害に対する理解を深め、障害者の社会参加の推進に寄与することを目的とした障害者スポーツの全国的な祭典です。

## 1. 大会・派遣日程

- (1)大会名……第25回全国障害者スポーツ大会「青の煌めきあおもり障ス2026」(青森県)  
(2)大会日程……10月23日(金)～10月26日(月)  
(3)派遣期間……10月21日(水)～10月27日(火) \*変更になる場合がございます

## 2. 出場資格 (次の全ての条件を満たす方)

- (1)令和8年4月1日現在で13歳以上  
(2)派遣期間全日程に参加することができる  
(3)下記のいずれかに該当する方  
①身体障害者手帳の交付を受けている方 (内部障害は「ぼうこう又は直腸機能障害」のみ)  
②療育手帳(愛の手帳)の交付を受けている、またはその取得に準ずる方  
\*準ずるとは、児童相談所・知的障害者更生相談所長の判定書の写し、医師の診断書、在籍(在学、通所、入所)  
または卒業(退所)先の所属長による証明書のいずれかがある方  
③精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている、またはそれに準ずる方  
\*準ずるとは、自立支援医療(精神通院)受給者証がある方。ただし、大会申込日と大会日程が受給有効期間内  
あるいは受給更新予定期間内であること

## 3. 横浜市代表選手決定から全国大会まで

- (1)5月の選考委員会で、代表候補選手を決定します。代表候補に選出された選手は、5月中に横浜市から通知されます。  
(2)6月中旬の選手説明会で参加意向の最終確認をおこないます。  
(3)競技ごとに5～10回の練習会を実施します。無断欠席や出席回数により全国大会出場が取り消される場合があります。  
(4)全国大会へ出場する種目は、第31回ハマピックで出場した種目に限ります。(変更不可)

## 4. 横浜市代表選手の選考方法(全競技共通)

- (1)令和8年4月1日現在、横浜市内に現住所を有している、または横浜市内の施設や学校等に入所・通所・通学している方  
を対象とします。ただし、在勤は含みません。  
なお、申し込み時に横浜市外に在住で4月以降、横浜市内の施設や学校等に入所・通所・通学が決まっている方も選考対象となりますですが、横浜市代表選手に選考された際は、在籍または在学証明書の提出が必要となります。  
(2)第31回ハマピックの成績を基に選考委員会が選出します。  
(3)ハマピック参加申込書における「全国大会への出場希望者」から選出します。(申し込み手続き完了後の変更はできません)  
(4)同一種目の同一障害区分、同性別からの選出は最大3名とします。  
(5)全国大会に出場経験のない方や障害種別に配慮します。

## 5. 各競技の選考方法

(1) 全国大会記録がない場合は、同一障害区分の異なる年齢区分記録で比率を算出します。

(2) 同一障害区分の異なる年齢区分記録がない場合は、他の種目の記録で比率を算出します。

アーチェリー	全国大会記録と比較し、比率の高い上位者を選出します。												
すいえい 水泳 りくじょうきょうぎ 陸上競技	<ul style="list-style-type: none"> <li>2種目に出場し、記録を残した方から選出します。</li> <li>全国大会への出場を希望していても1種目のみのエントリーの場合、選考対象外となります。</li> <li>全国大会記録と比較し、2種目の平均比率を算出し、上位者から選出します。</li> </ul>												
たっきゅう 卓球	各障害・年齢区分における1位または2位の中から、選考委員(横浜市卓球協会)の評価に基づき選出します。												
サウンド テープルテニス	男子および女子リーグの各年齢区分の1位を選考委員会事務局で抽選し選出します。												
ボウリング	<p>全国大会直近3大会のメダル獲得者平均スコアと比較し、比率の高い上位者から選出します。</p> <p>同率の場合は、最高と最低のゲームスコアの差が少ない選手を上位とします。</p> <table border="1"> <tbody> <tr> <td>少年男子</td> <td>703.90点</td> <td>少年女子</td> <td>440.38点</td> </tr> <tr> <td>青年男子</td> <td>719.94点</td> <td>青年女子</td> <td>598.77点</td> </tr> <tr> <td>壮年男子</td> <td>692.79点</td> <td>壮年女子</td> <td>576.50点</td> </tr> </tbody> </table>	少年男子	703.90点	少年女子	440.38点	青年男子	719.94点	青年女子	598.77点	壮年男子	692.79点	壮年女子	576.50点
少年男子	703.90点	少年女子	440.38点										
青年男子	719.94点	青年女子	598.77点										
壮年男子	692.79点	壮年女子	576.50点										
ボッチャ	座位・立位それぞれ最高順位者1名を選出します。												
フライング ディスク	<ul style="list-style-type: none"> <li>ディスリートセブン(アキュラシー7m)、ディスタンスの両種目に出場した方から選出します。</li> <li>ディスリートセブンは10投を100%として比率を算出します。</li> <li>ディスタンスは全国大会直近3大会のメダル獲得者平均比率と比較し算出します。</li> <li>両種目の平均比率を算出し、上位者から選出します。</li> </ul> <table border="1"> <tbody> <tr> <td>メンズ・シティング</td> <td>27m87cm</td> <td>レディース・シティング</td> <td>21m57cm</td> </tr> <tr> <td>メンズ・スタンディング</td> <td>42m47cm</td> <td>レディース・スタンディング</td> <td>34m92cm</td> </tr> </tbody> </table>	メンズ・シティング	27m87cm	レディース・シティング	21m57cm	メンズ・スタンディング	42m47cm	レディース・スタンディング	34m92cm				
メンズ・シティング	27m87cm	レディース・シティング	21m57cm										
メンズ・スタンディング	42m47cm	レディース・スタンディング	34m92cm										

# かいさいにってい ばしょ 開催日程・場所



かいさいひ 開催日 (令和8年)	きょうぎ 競技	かいじょう 会場	アクセス
がつ にち にち 4月5日(日)	きょうぎ アーチェリー競技	とみおかそうごうこうえん 富岡総合公園アーチェリー場	シーサイドライン「南部市場」駅より徒歩5分
がつ にち にち 4月12日(日)	すいえいきょうぎ 水泳競技	よこはまこくさい 横浜国際プール サブプール	・横浜市営地下鉄「北山田」駅より徒歩5分 ・横浜市営地下鉄「センター北」駅から東急バス (「国際プール正門前」下車)
がつ にち ど 4月18日(土)	きょうぎ サウンドテーブルテニス競技	よこはま 横浜ラポール だいかいぎしつ 大会議室・ラポールボックス	
がつ にち にち 4月19日(日)	たっきゅうきょうぎ 卓球競技	よこはま 横浜ラポール メインアリーナ	
がつ にち にち 4月26日(日)	きょうぎ ボッチャ競技	よこはま 横浜ラポール メインアリーナ	
がつ にち にち 4月26日(日)	きょうぎ ボウリング競技	おうこく はつけいてん <u>ボウリング王国</u> スポーツ八景店 さくねんど へんこう *昨年度より変更になっています	けいひんきゅうこうでんてつ かなざわはつけい えき とほ ふん 京浜急行電鉄「金沢八景」駅より徒歩11分
がつ にち すいしゆく 4月29日(水祝)	きょうぎ フライングディスク競技	みつざわこうえんほじ ょりくじょうきょうじょう <u>三ツ沢公園補助陸上競技場</u> さくねんど へんこう *昨年度より変更になっています うてんけつこう *雨天決行	よこはま えい ちかてつ みつざわかみちょう えき とほ ふん ・横浜市営地下鉄「三ツ沢上町」駅より徒歩15分
がつ にち すいしゆく 4月29日(水祝)	りくじょうきょうぎ 陸上競技	みつざわこうえんりくじょうきょうじょう 三ツ沢公園陸上競技場	よこはま えき しえい そうてつ みつざわこう ・「横浜」駅から市営または相鉄バス「三ツ沢総合 グラウンド入口」または「市民病院」下車

※開催日が重複している競技は、同時にエントリーができません。

※横浜ラポール以外の競技会場へ車でお越しの場合は、有料駐車場をご利用ください。

(主催者側で台数や場所の確保はおこなっていません)

きょうぎ がつ にち  
アーチェリー競技（4月5日）

しゅ 主 管	いっぽんしやだんほうじんよこはまし 一般社団法人横浜市アーチェリー協会とみどりの会
きょうぎじかん 競技時間	11:00 ~ 15:00 (午前=ハーフラウンド、午後=ハーフラウンド)
うけつけじかん 受付時間	10:00 ~ 10:40 (受付時間内に受付を済ませていない場合、棄権となります)
きょうぎしづもく 競技種目	50m・30mラウンド (リカーブ / コンパウンド) 30mダブルラウンド (リカーブ / コンパウンド) *いずれか1種目の参加となります
きょうぎほうほう 競技方法	①各距離から1エンド3射でそれぞれ36射とします。また、3射ごとに採点・矢取りをおこないます。 ②行射時間は3射2分とします。 ③矢取り・採点は、競技員及び補助員がおこないます。 ④競技進行は、音響・視覚による時間管理装置(信号機)によりおこないます。 ⑤弓の押し手に障害があり、弓のハンドルをしっかりと握れない選手は、ハンドルと手をバンテージで固定することが認められます。 ⑥押し手に障害があり、肘が伸ばせない選手は肘の装具を使用することができます。 ⑦引き手に障害のある選手はリストガードの使用、またはリストガードとリリースエイドの併用が認められます。
かいじょしゃ 介助者	受けつけ しょうしゆうじょいがい かいじょしゃ 受付・招集所以外で、介助者をつけることはできません。 招集から競技終了まで大会役員が誘導いたします。(矢取り含む)

【障害区分および参加可能種目】

●男女別

	区分番号	障害区分	リカーブ	コンパウンド
肢 体 不 自 由	1	だい けいすい ざんぞん 第8頸髄まで残存	●	●
	2	た くるま その他の車いす	●	
	3	じょうししようがい 上肢障害	●	
	4	か し しようがい い す くるま しょくふく 下肢障害 (椅子、車いす使用を含む)	●	
	5	たいかん 体幹	●	
	6	のうげんせい ま ひ い す くるま しょくふく 脳原性麻痺 (椅子、車いす使用を含む)	●	
	7	ちようかく へいこうき の うしようがい 聴覚・平衡機能障害、 おんせい けんご 音声・言語・そしゃく機能障害	●	
	8	また ちょくちょうき の うしようがい ぼうこう又は直腸機能障害	●	
	9	た さんか その他(オープン参加)	●	

※内部障害「9:その他(オープン参加)」の方は、ハマピックのみ参加可能です。全国大会への参加はできません。

すいえいきょうぎ がつ にち  
水泳競技(4月12日)

しゅ 主 管	いっぽんしやだんほうじんよこはますいえいきょうかい 一般社団法人横浜水泳協会
きょうぎじかん 競技時間	25m種目……11:00～13:00(予定) / 50m種目……13:30～16:30(予定)
うけつけじかん 受付時間	9:45から受付開始 (出場する種目の招集時間間に間に合うように受付を済ませてください)
きょうぎほうほう 競技方法	①水深160cm (変更になる場合があります) ②各レースで招集時間が決まっています。招集に遅れた場合は、棄権となりますのでご注意ください。
ほうほう スタート方法	①申し込み時に申請した方法のみ可能です。(変更不可) ②50m背泳ぎのみ、バックストロークレッジ(背泳ぎ用スタート補助装置)の使用が可能です。 使用希望の方は参加申込書で申請をしてください。(使用経験のある選手のみ申請をお願いします) ③飛び込みスタートは、台上、台の横から立位または座位によるスタートが可能です。
みず 水着	①全国大会出場を希望する方は世界水泳連盟が公認した水着を着用しなければなりません。 違反の場合は選考の対象にはなりません(FINA、WORLD AQUATICSのどちらでも構いません) ②全国大会出場希望のない方も以下の点にご注意ください。  ・男子はへそを超えて膝まで、女子は首を覆ったり、肩から先、膝から下に伸びてはなりません。 ・重ね着は禁止ですがインナー用ショーツとインナーパットは認めます。また、身体的な理由からラッシュガードを着用する場合、開会式開始までに審判長に申し出て許可を得てください。 ・水着の素材は、繊維のみとします。(ファスナーは認められません。) ・水着あるいは身体へのテープニングは禁止です。ただし、医学的な理由によるものは開会式開始までに審判長に申し出て許可を得てください。
ゴーグル	各自でご用意ください。また、障害区分23(視力0から0.01まで)の方は、招集所(プールサイド)から競技終了まで光を通さないゴーグルを装着して移動しなければなりません。
ほじょ 補助 タッピングバー	主催者側によるスタート時または入退水の補助、タッピングバーの合図が必要な方は、参加申込書で申請をしてください。
かいじょしゃ 介助者	招集所からゴールまで大会役員が誘導しますが、以下の項目のいずれかに該当する方のみ介助者の申請が可能です。(参加申込書で申請)  □スタート介助 (壁をつかめない、スタート台に上がるための移動が困難、視覚・聴覚障害重複の方) □移動介助 (入退水または招集所からレーンを安全に移動することが困難な方) □タッピング (障害区分23および24の方)  ※当日の申請はできません。 ※該当選手のレース終了後、選手と共に退場してください。競技会場内にとどまることはできません。
その他	受付時にロッカーキーを配布します。お帰りの際に、受付に必ず返却をしてください。 紛失した場合、4000円程度の自己負担となります。

じ 次ページに【障害区分】【参加可能種目】記載

しょうがいくぶん

区分番号	障害区分		区分番号	障害区分		
肢 体 不 自 由 1	上 肢  肢 体 不 自 由	1	手部切斷	脳 性 麻 痺 ( 脳 性 麻 痺 、 脳 管 疾 患 、 脳 外 傷 等)	17	四肢麻痺(車いす常用)または、 上肢に著しい不随意運動を伴う走不能
		2	片前腕切斷または、片上肢不完全		18	両下肢麻痺または、上肢に軽度の 不随意運動を伴う走不能
		3	片上腕切斷または、片上肢完全		19	片側障害で片上肢機能全廃
		4	両前腕切斷または、両上肢不完全		20	その他の片側障害で走不能
		5	両上腕切斷または、両上肢完全 片前腕および片上腕切斷		21	その他走可能
	下 肢  肢 体 不 自 由	6	片下腿切斷または、片下肢不完全	肢 体 不 自 由 4	22	浮具使用
		7	片大腿切斷または、片下肢完全	視 覚 障 害	23	視力0から0.01まで
		8	両下腿切斷または、両下肢不完全		24	その他の視覚障害
		9	両大腿切斷または、両下肢完全 片下腿および片大腿切斷	聴 覚 障 害	25	聴覚・平衡機能障害、音声・言語・そしゃく機能障害
		10	片上肢切斷および片下肢切斷 片上肢不完全および片下肢不完全		26	知的障害
肢 体 不 自 由 2	車 いす 常 用 脳 原 性 麻 痺 くわいせい じまひ いがい 以外	11	多肢切斷または、片上肢完全および片下肢完全 両上肢不完全および両下肢不完全	オーブン 参 加	27	精神障害
		12	たいかん 体幹		28	内部障害
		13	第7頸髄まで残存		※オーブン参加の方はハマピックのみ参加可能です。 ぜんこくたいかいさんか 全国大会への参加はできません。	
		14	第8頸髄まで残存			
		15	下肢麻痺で座位バランスなし			
		16	下肢麻痺で座位バランスあり			

## 【参加可能種目】

※障害区分1~25(一部除く)は、年齢区分によって参加可能種目が異なります。

しんたいじょうがい ぶ さい い か ぶ さいいじょう  
身体障害……1部(39歳以下)、2部(40歳以上)

# サウンドテーブルテニス競技（4月18日）

主 管	かながわけん きょうかい 神奈川県サウンドテーブルテニス協会
競技時間	10:45～16:30(予定)
受付時間	9:30から受付開始（各 <u>自の第1試合開始10分前までに受付を済ませていない場合、全試合棄権となります</u> ）
競技方法	<p>①11点3ゲームズマッチで、2ゲーム先取した者を勝ちとします。</p> <p>②原則トーナメント戦でおこないます。出場選手数により、順位決定戦をリーグ戦でおこなうことがあります。</p> <p>③休憩・タイムアウト制、促進ルールは適用しません。試合中のアドバイスも不可とします。（ベンチコーチが入ることはできません）</p> <p>④原則としてプログラム記載の時間通り競技を進行します。</p> <p>⑤棄権者多數の場合は、交流試合をおこなうことがあります。</p> <p>⑥試合前の練習は、2本(1人1本)とします。</p>
服装・ラケット	<p>①競技用シャツ(袖、襟を除く)、ショーツまたはスカートの主たる色は使用するボールの色(白色)と明らかに違う色でなければなりません。</p> <p>②申し込み時に全国大会へ出場希望「あり」を選択した方は、原則、公益財団法人日本卓球協会が公認したマークの付いた服装・ラケットでなければなりません。それ以外の方は、公認マークが付いていなくても出場可能ですが、半袖シャツまたはノースリーブシャツ、ショーツまたはスカートを着用してください。</p>
ボール	ニッタクプラサウンドボール40mmを使用します。
アイマスク アイシェード	各自でご用意ください。 ただし、破損など競技に支障があると審判が判断した場合は、主催者側で用意したアイマスクを着用します。
介助者	介助者を同伴する方は申し込み時に申請をしてください。当日の申請はできません。

## 【障害区分】

区分番号	区分
視覚障害	15 アイマスクまたは、アイシェードあり

卓球競技（4月19日）

主 管	横浜市卓球協会
競技時間	10:00～16:30(予定)
受付時間	9:00から受付開始（各自の第1試合開始10分前までに受付を済ませていない場合、全試合棄権となります）
競技方法	<p>①シングルスとし、11点3ゲームズマッチで2ゲーム先取した者を勝ちとします。</p> <p>②原則、プログラム記載の時間通り競技を進行します。</p> <p>③原則、男女別およびリーグ戦でおこないます。同一区分のリーグが複数ある場合は、順位決定戦をおこないます。出場選手の少ない障害区分及び年齢区分では、異なる障害区分、年齢区分及び性別の選手と併せて試合を構成することがあります。</p> <p>④休憩・タイムアウト制、促進ルールは適用しません。試合中のアドバイスも不可とします。（ベンチコーチが入ることはできません）</p> <p>⑤試合前の練習は、2人で1分間とします。</p>
服装・ラケット	<p>①競技用シャツ(袖、襟を除く)、ショーツまたはスカートの主たる色は使用するボールの色(白色)と明らかに違う色でなければなりません。</p> <p>②申し込み時に全国大会へ出場希望「あり」を選択した方は、原則、公益財団法人日本卓球協会が公認したマークの付いた服装・ラケットでなければなりません。それ以外の方は、公認マークが付いていなくても出場可能ですが、半袖シャツまたはノースリーブシャツ、ショーツまたはスカートを着用してください。</p>
ボール	練習球及びラケットの貸し出しありません。各自でご用意ください。 試合球は、ニッタク(プラスチック製)のボールを使用します。（大会主催者側で用意）
介助者	競技会場出入口までは介助者をつけることができます。招集から競技終了まで大会役員が誘導します。

【障害区分】

区分番号		障害区分
1	じょうしおがい 上肢障害	1 片上肢障害 2 兩上肢障害
	かしおがい 下肢障害	3 片下腿切断または、片下肢不完全 4 片大腿切断または、兩下腿切断 / 片下肢完全または、兩下肢不完全 5 片下腿および片大腿切断 / 兩大腿切断または、兩下肢完全
	たいかん 体幹	6 たいかん 体幹
	のうげんせい 脳原性麻痺以外で 車いす常用、使用	7 第8頸髄まで残存 8 座位バランスなし 9 その他の車いす
	のうげんせい 脳原性麻痺 (脳性麻痺・脳血管疾患・脳外傷等)	10 車いす使用 11 杖または、松葉杖使用 12 上肢に不随意運動あり 13 上肢に不随意運動なし 14 片側障害
	視覚障害	16 アイマスクまたは、アイシェードなし
ちよかくしょうがい 聴覚障害		17 聴覚・平衡機能障害、音声・言語・そしゃく機能障害
ちてきょうがい 知的障害		18 知的障害
せいしんしょうがい 精神障害		19 精神障害
さんか オープン参加		20 内部障害

\* 区分番号15(アイマスクまたは、アイシェードあり)は、サウンドテープルテニスのみ対象のため、ここには記載していません。

\* オープン参加の方はハマピックのみ参加可能です。全国大会への参加はできません。

きょうぎ がつ にち  
ボッチャ競技（4月26日）

しゅ 主 管	よこしま 横浜ボッチャ協会
きょうぎじかん 競技時間	10:30 ~ 15:00(予定)
うけつけじかん 受付時間	9:10 ~ 9:40 ( <u>受付時間内に受付を済ませていない場合、棄権となります</u> )
きょうぎほうほう 競技方法	<p>①競技スタイル別(立位・座位)に分かれ、1対1の個人戦を2エンドおこないます。ただし、参加人数により立位・座位で競技をおこなう場合があります。</p> <p>②リーグ戦方式でおこないます。ただし、参加者数によりトーナメント戦となる場合があります。</p> <p>③障害区分1~10の方は、予選会および順位決定戦をおこないます。</p> <p>④2エンド終了時に同点の場合は、タイブレイク※で勝敗を決定します。</p> <p>※コート中央クロスにジャックボールを配置し、1球ずつ投球しジャックボールにより近い方が勝者となります</p>
きょうぎしんこう 競技進行	<p>①ジャックボールを含めて1エンドあたり5分とします。</p> <p>②コインステーで投球順序を決定します。選手はコインの裏または表を選択し、出た面の選手が使用するカラーボールを審判に申告します。</p> <p>③投球練習は試合前に両選手同時に2分間、6球のカラーボールと1球のジャックボールとします。</p>
しあいきゅう 試合球	主催者が用意しますが、個人所有のボールの持ち込みが可能です。 ただし、一般社団法人日本ボッチャ協会公認球とし、試合前に必ずボール検査を受けてください。ボールが基準を満たしていないと判断された場合、試合では主催者が用意するボールを使用しなければなりません。
とうきゅうほじよぐ 投球補助具 (ランプ)	各自でご用意ください。2.5m×1mのエリア内に収まる大きさとします。
スポーツアシスタント ランプオペレーター	<p>①必要な方はご自身で手配してください。<b>当日の申請はできません。</b></p> <p>②移動支援や方向転換等、自分で投球準備することが機能的に困難な方には「スポーツアシスタント」、ランプ使用者には「ランプオペレーター」を1名つけることが可能です。</p> <p>③選手の意思を離れて競技に介入することはできません。審判が介入とみなした場合は、選手が投球したボールは無効となります。また、ランプオペレーターが試合中にコート内を見た場合も、同様です。</p>

【障害区分および参加可能種目】

△男女混合・年齢区分なし

しょくたいふじゆう 肢体不自由	くぶんばんごう 区分番号	しょうがいくぶん 障害区分	きょうぎ 競技スタイル	
			りつい 立位	ざい 座位
1 せつだん 切斷・機能障害	1	たしせつだん 多肢切断 / りょうかしきんぜん りょうじょうしきんぜん 両下肢完全 りょうかしきんぜん 両上肢不完全および両下肢不完全	△	
2 のうげんせい 脳原性麻痺以外で くるま 車いす常用、使用	2	だいけいすい 第6頸髄まで残存	△	
	3	だいけいすい 第7頸髄まで残存	△	
	4	だいけいすい 第8頸髄まで残存	△	
	5	たしそつだん 多肢切断	△	
	6	しきまひくるま 四肢麻痺で車いす常用または、使用	△	
3 のうげんせい 脳原性麻痺 (脳性麻痺、脳血管疾患、脳外傷等)	7	いどう けって移動	△	
	8	かたじょうかし 片上下肢で車いす常用または、使用	△	
	9	たそふのう その他走不能	△	
	10	でんどうくるま 電動車いす常用 (四肢もしくは三肢体幹機能障害)	△	
4 そのた(オープン参加)	11	りつい 立位	△	
	12	ざい 座位	△	

\* 競技スタイルとは、投球時の姿勢を基準とします。

\* 肢体不自由の方のみ参加可能です。ただし、「その他(オープン参加)」の方はハマピックのみ参加可能です。全国大会への参加はできません。

きょうぎ がつ にち  
ボウリング競技（4月26日）

しゅ 主	かん 管	よこはまし 横浜市ボウリング協会
きょうぎじかん 競技時間		よてい 10:40 ~ 15:00(予定)
うけつけじかん 受付時間		うけつけじかんない 10:00 ~ 10:20 (受付時間内に受付を済ませていない場合、棄権となります)
きょうぎほうほう 競技方法		<p>①男女別、年齢区分別に実施します。ハンディキャップは採用しません。 ※内部障害・精神障害(オープン参加)は男女別で実施します。</p> <p>②4ゲームアメリカン方式でおこない、合計点で順位を決定します。2ゲーム終了後、40分程度の休憩時間を設けます。</p> <p>③バンパー、スロープなどの投球補助具の使用はできません。</p> <p>④投球は右側レーンを優先します。</p> <p>⑤投球練習は、第1ゲーム、第3ゲームの開始前に10分間おこないます。</p> <p>※アメリカン方式……2つのレーンを使ってフレームごとに交互に投げる方法</p>
よう 用 具		ボール及びシューズは各自でご用意するか、レンタルとなります。 レンタルをする方は、申し込み時に申請をお願いします。当日の申請はできません。
かい 介 助 者		介助者をつけることはできません。(コンコースまでは同行可能です。) 招集から競技終了まで大会役員が誘導します。

【障害区分および参加可能種目】

ちてきしょうがい せいしんしょうがい ないぶしょうがい かた さんかかのう  
知的障害・精神障害・内部障害の方のみ参加可能です。

ただし、精神障害・内部障害の方はハマピックのみ参加可能(オープン参加)です。全国大会への参加はできません。

# きょうぎ がつ にち フライングディスク競技 (4月29日)

しゅ 主 管	かながわ障がい者フライングディスク協会
きょうぎじかん 競技時間	アキュラシー 11:00~12:00(予定) ディスタンス 12:30~14:00(予定)
じっしだいど 実施態度	とうじつ けってい でんわ 当日の8:30に決定します。電話(045-475-2065)でご確認ください。 こうてんとうちゅうしぱあい ちょうかくしょうがい かた 荒天等での中止の場合のみ、聴覚障害の方はFAXまたはメールでお知らせします。
うけつけじかん 受付時間	10:00より受付開始 (出場する種目の招集時間に間に合うように受付をおこなってください)
どうじ 同時エントリー ふか 不可の種目	アキュラシー5mとアキュラシー7m
きょうぎほうほう 競技方法	<p>①各組で招集時間が決まっています。招集に遅れた場合は、棄権となりますのでご注意ください。</p> <p>②アキュラシー</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・障害区分および性別による区分はありません。</li> <li>・試技は10投連続でおこないます。</li> <li>・試技時間は選手が1投目のディスクを受け取ってから5分とします。5分をこえた試技は無効となります。</li> </ul> <p>③ディスタンス</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・座位女子、座位男子、立位女子、立位男子の区分に分けておこないます。</li> <li>・試技は3投連続でおこないます。また、試技の前に1投の練習(テストスロー)をおこないます。</li> <li>・投げられたディスクの有効範囲は、競技フィールド前方180°とします。</li> <li>・試技時間は選手が1投目のディスクを受け取ってから3分とします。3分をこえた試技は無効とします。</li> </ul> <p>④左利きの方は、主催者の定めたリボン(約2cm×約8cm)が右上に印刷されたゼッケンを着用します。</p>
ディスク	にほん きょうかいくうにんおよすいしょうひんふくにほん しゃうがいしゃれんめいこうにん 日本フライングディスク協会公認及び推奨品(含む日本障害者フライングディスク連盟公認)の「ファーストバッックモデル」ディスクで、直径23.5cm、重量100±5gを使用します。主催者が用意したもの以外の使用は認めません。
ようぐ 用具	<p>①アキュラシーゴールは、鋼鉄製で内径91.5cmの円形、パイプの径は2.5cmを使用します。</p> <p>②スローイングラインは、長さ160cm、幅6cm、高さ4cmのプラスチック製を使用します。</p>
かいじょしゃ 介助者	<p>しょうしゅうじょじょ きょうぎしゅうりょう たいかいやくいん ゆうどう いか こうもく がいとう かた かいじょしゃ 招集所から競技終了まで大会役員が誘導しますが、以下の項目のいずれかに該当する方のみ介助者の申請が可能です。<b>当日の申請はできません。</b></p> <p><input type="checkbox"/> 招集後、一人でその場にとどまることができない <input type="checkbox"/> 競技サイトまでの移動が一人ではできない <input type="checkbox"/> 競技終了後、一人では退場できない</p>

## 【障害区分および参加可能種目】

◇区分なし ●男女別

	アキュラシー		ディスタンス	
	5m	7m	座位	立位
したいふじゆう 肢体不自由	◇	◇	●	●
しかくしうがい 視覚障害				
ちようかくしうがい 聴覚障害				
ちてきしうがい 知的障害				
ないぶしうがい 内部障害(ぼうこう又は直腸機能障害)				
オープン参加(その他の内部障害/精神障害)				

\*オープン参加の方はハマピックのみ参加可能です。全国大会への参加はできません。

# 陸上競技 (4月29日)

主 管	いっぽんしやだんほうじんよこはましりくじょうきょうぎくわい 一般社団法人横浜市陸上競技協会
競技時間	10:00～16:00(予定) *トラック種目……(午前) スラローム・1500m・50m (午後) 100m・800m・200m・400m *フィールド種目……トラック種目の申し込み状況を考慮して決定します。
実施態度	当日の7:00に決定します。電話(045-475-2065)でご確認ください。 荒天等での中止の場合のみ、聴覚障害の方はFAXまたはメールでお知らせします。
受付時間	9:00から受付開始 (出場する種目の招集時間に間に合うように受付をおこなってください)
同時エントリー不可の種目	50mと100m / 走幅跳と立幅跳 / ソフトボール投とジャベリックスロー(障害区分8は除く)
競技方法	<p>①招集 招集時間に遅れた場合は失格となります。</p> <p>②スラローム</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>コース設置後から競技開始時間までの間に一度だけ試走ができます。</li> <li>旗門を前進または後進で通過する際、すべての前輪および後輪が完全に旗門を通してなければなりません。</li> <li>通過の方法を間違えたままフィニッシュした場合は失格とします。フィニッシュに到達するまでならばやり直すことができます。</li> <li>旗門を倒した場合は1本につき所要時間に5秒加算します。ただし、倒した旗門に再び触れた場合は違反としません。</li> </ul> <p>③スタート</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>50m走は、スタンディングスタートのみとします。スタートинг・ブロックを使用することはできません。</li> <li>100、200、400m走はスタートинг・ブロック使用、クラウチングスタート、スタンディングスタートのいずれかとします。</li> <li>(スタンディングスタートの場合、スタートинг・ブロックは使用できません)</li> <li>聴覚障害競技者(障害区分26)の100、200m競走のスタートでは、光刺激スタート発信装置の使用が可能です。発信装置の使用・不使用を選択することができ、不使用の場合は発信装置をレーンナンバー後方へ移動します。</li> </ul> <p>④800m走</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>スタートから第2コーナーの黄旗までは与えられたレーンを走り、その後はオープンレーンとなります。</li> </ul> <p>⑤車いす競技者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>50m競走で使用する車いすは日常活動とします。</li> <li>順位は胴体(トルソー)ではなく、先に到達した車輪の車軸がフィニッシュラインに到達したことで決定します。</li> <li>100m以上の競走競技に出場する競技者は、ヘルメットを着用しなければなりません。</li> <li>800m以上の競走競技に出場する場合は、競技用車いす(レーサー)を使用しなければなりません。</li> </ul> <p>⑥視覚障害競技者(障害区分24・25)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>障害区分24の競技者は、競技エリア(トラックの走路・助走路及び砂場)で光を通さないアイマスクまたはアイシェードを装着しなければなりません。各自でご用意ください。</li> <li>伴走者は、競技者を引っ張る、押して前進させるといった推進を助けるような行為があった場合は失格となります。</li> <li>視覚及び聴覚障害が重複している競技者の伴走者が、スタートのピストル音を競技者に伝えるため、ピストルの音の直後のみ競技者を引っ張ったり、押したりする行為は認められます。</li> <li>ガイドロープは最も伸ばした状態で両端の最大長は50cm以下とします。</li> </ul> <p>⑦投てき競技</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>練習を一巡後、砲丸投はローテーション、ジャベリックスロー・ソフトボール投・ビーンバッグ投は3連投でおこないます。</li> <li>障害区分24・25の競技者の投てき競技において、試技前に限り声や音源、競技者の身体に触れる援助は認めます。</li> <li>ビーンバッグ投の有効試技は90度の角度をなすラインの内側に落としたものとします。</li> <li>車いす競技者は、助走することなく車いすを停止して投げなければなりません。また、臀部がシートに着いた姿勢から投げ始め、試技が完全に終了するまで臀部がシートから離れてはなりません。</li> </ul> <p>⑧跳躍競技</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>練習を一巡後、試技に入ります。</li> <li>障害区分24・25の競技者の走幅跳において、1m×助走路幅に白色で印した区域を踏切エリアとします。</li> <li>立幅跳の踏切線と砂場の距離は30cmとします。また、踏み切りは両足同時に踏み切るものとします。</li> <li>走幅跳の踏切板は1mまたは2mとします。申し込み時に申請した距離でおこないます。(当日変更不可)</li> </ul>
介助者	介助者をつけることはできません。招集所までは同伴可能ですが招集完了から競技終了まで大会役員が誘導します。

次ページに【障害区分】【参加可能種目】記載

しょうがいくぶん

※オープン参加の方はハマピックのみ参加可能です。全国大会への参加はできません。

## 【参加可能種目】

◎男女別・年齢区分別

### ▲男女別・年齢区分

くうらん = 参加不可

くぶん 区分・番号	したいふじゅう 肢体不自由1									したいふじゅう 肢体不自由2						したいふじゅう 肢体不自由3							し 肢 4	しかく 視覚		ちよう 聴	ち 知	ない 内	オープ ン
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29・30
50m	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	▲	
100m	◎	◎	◎	◎	◎	◎			◎	◎	◎	◎	◎				◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	▲	
200m										◎	◎	◎					◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	▲	
400m																									◎		▲		
800m										◎	◎	◎					◎						◎	◎	◎	◎	◎	▲	
1500m	◎									◎	◎	◎					◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	▲	
スラローム									◎	◎	◎					◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎						
走高跳	▲	▲																						▲	▲	▲		▲	
立幅跳	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎												◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	▲	
走幅跳	◎	◎	◎	◎	◎				◎										◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	▲	
抱丸投	◎			◎	◎	◎	◎	◎	◎			◎	◎	◎	◎			◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎			
ソフトボーラー投	◎			◎	◎	◎	◎	◎	◎		◎	◎	◎	◎			◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	▲		
ジャベリックスロー	◎			◎	◎	◎	◎	◎	◎		◎	◎	◎	◎			◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	▲		
ビーナップ投										◎	◎					◎	◎					◎							

きにゅうれい  
記入例

フリガナ	ヨコハマ タロウ	性別	男性 · 女性	生年月日	2010年10月15日(15歳) 2026年4月1日現在
氏名	横浜 太郎	住所	〒222-0035 横浜市港北区鳥山町1752		
電話	045-475-2050	FAX	045-475-2053	緊急連絡先	000-1111-2222 氏名: 横浜 花子 (続柄 母)
障害名	障害者手帳の通り記入 視覚障害 1級	障害の起因となつた病名	網膜色素変性症	学校名入・通所施設名	横浜市外在住の方のみ記入

全国障害者スポーツ大会の出場希望		視覚障害の方のみ視力を記入		
<input checked="" type="radio"/> あり · なし		裸眼	右 0	左 0.01
※詳しくは開催要項3・4ページ参照		矯正後	右 測定不可	左 0.01

チェック欄	大会の出場にあたっては、以下事項への承諾が必須となります。※空欄にチェックをお願いします	
<input checked="" type="checkbox"/>	競技プログラムやホームページ等に、障害区分(重複障害含む)・年齢区分・氏名・競技中の写真および競技記録等が掲載されることを承諾します。	

開催日	4/5	4/12	STT4/18 卓球4/19	4/26	4/29		
競技	アーチェリー	水泳	卓球	ボッチャ	ボウリング	フライングディスク	陸上競技
区分番号		23	15				24
出場種目	リカーブ	自由形 25m · 50m <input checked="" type="radio"/> 飛び込み 水中 )	一般卓球 <input checked="" type="radio"/> サウンドテープルテニス(STT)	立位 座位 <input type="checkbox"/> 車いす <input type="checkbox"/> いす	該当する区分に○をしてください 知的 精神 内部	アキュラシー 5m 7m	スラローム · 50m 100m · 200m 400m · 800m <input checked="" type="radio"/> 1500m ⇒1500mの自己ベスト ( 9分 20秒 )
	50m・30m ラウンド	背泳ぎ 25m · 50m ※50mのみ選択 ( パックストロークレッジ 有・無 )				ディスタンス 立位 座位	走高跳 ⇒走高跳の自己ベスト ( m cm )
	30mダブル ラウンド	平泳ぎ 25m · 50m ( 飛び込み · 水中 )					立幅跳 · 走幅跳 砲丸投 ソフトボール投 ジャベリックスロー ビーンバッグ投
	コンパウンド	バタフライ 25m · 50m ( 飛び込み · 水中 )					
	50m・30m ラウンド						
	30mダブル ラウンド						
特記事項		主催者側による補助申請 <input type="checkbox"/> スタート時の補助 <input type="checkbox"/> 入退水の補助 <input type="checkbox"/> タッピング(ゴール・ターン)	ランプ使用 有 · 無	貸出靴 cm 貸出ボール ポンド	投球 右投げ · 左投げ	車いすの種類 手動 · 電動 · 競技用	
							走幅跳の踏切 1m · 2m
介助者申請		該当する方のみ申請可 <input type="checkbox"/> 壁をつかめない、スタート台上がるのが困難、視覚・聴覚障害重複 <input type="checkbox"/> 入退水、招集所からレーンを安全に移動することが困難 <input checked="" type="checkbox"/> タッピング(障害区分23・24)	介助者名 ※STTのみ 横浜 次郎		該当する方のみ申請可 <input type="checkbox"/> 招集後、一人でその場にとどまることができない <input type="checkbox"/> 競技サイトまでの移動が一人ではできない <input type="checkbox"/> 競技終了後一人で退場できない 介助者名	伴走者名 ※障害区分24・25のみ	

# 参加申込書

提出用

フリガナ		性別	男性	女性	生年月日	年 月 日(歳) 2026年4月1日現在
氏名			〒	一		
電話		FAX		緊急連絡先	氏名: (続柄)	
障害名	障害者手帳の通り記入	障害の起因となつた病名		学校名入・通所施設名	横浜市外在住の方のみ記入	

## 全国障害者スポーツ大会の出場希望

あり · なし

※詳しくは開催要項3・4ページ参照

## 視覚障害の方のみ視力を記入

裸眼	右	左
矯正後	右	左

## チェック欄

大会の出場にあたっては、以下事項への承諾が必須となります。※空欄にチェックをお願いします

競技プログラムやホームページ等に、障害区分(重複障害含む)・年齢区分・氏名・競技中の写真および競技記録等が掲載されることを承諾します。

開催日	4/5	4/12	STT4/18 卓球4/19	4/26		4/29				
競技	アーチェリー	水泳	卓球	ボッチャ	ボウリング	フライングディスク	陸上競技			
区分番号										
出場種目	リカーブ 50m・30m ラウンド	自由形 25m · 50m (飛び込み · 水中)	一般卓球 サウンド テ-ブルテニス (STT)	立位 座位 □ 車いす □ いす	該当する 区分に○をしてください  知的 精神 内部	アキュラシー 5m 7m	スラローム · 50m 100m · 200m 400m · 800m 1500m ⇒1500mの自己ベスト ( 分 秒)			
	30mダブル ラウンド	背泳ぎ 25m · 50m ※50mのみ選択 (バックストロークレッジ 有・無)				ディスタンス	走高跳 ⇒走高跳の自己ベスト ( m cm)			
	コンバウンド 50m・30m ラウンド	平泳ぎ 25m · 50m (飛び込み · 水中)				立位	立幅跳 · 走幅跳 砲丸投			
	30mダブル ラウンド	バタフライ 25m · 50m (飛び込み · 水中)				座位	ソフトボール投 ジャベリックスロー ビーンバッグ投			
	特記事項	主催者側による補助申請 □スタート時の補助 □入退水の補助 □タッピング(ゴール・ターン)				ランプ使用 有 · 無	貸出靴 cm 貸出ボール ポンド	投球	車いすの種類 手動 · 電動 · 競技用	
		右投げ · 左投げ						走幅跳の踏切 1m · 2m		
		該当する方のみ申請可 □ 壁をつかめない、スタート台上がるのが困難、視覚・聴覚障害重複						該当する方のみ申請可 □ 招集後、一人でその場にとどまることができない	伴走者名	
		□ 入退水、招集所からレーンを安全に移動することが困難 □ タッピング(障害区分23・24)						□ 競技サトまでの移動が一人ではできない □ 競技終了後一人で退場できない	※障害区分24・25のみ	
介助者申請	介助者名 ※STTのみ ランプオペレーター		介助者名							