

Push for Future

「車いすラグビーで Play Date ～for Girls and Women～」

開催要項

主催： NPO 法人 J キャンプ

協力： 一般社団法人日本車いすラグビー連盟

開催日時： 2025 年 3 月 20 日(木祝) 10 時 30 分～14 時 30 分

場所： 戸山サンライズ 全国障害者総合福祉センター（東京都新宿区戸山 1 丁目 2 2-1）

内容： ラグビー用車いすに乗って頂き、車いすを漕いだり、ボールなどを使って遊んだり、ラグビーのミニゲームをしながら、身体を動かすことをみんなで楽しみます。普段から車いすラグビーに関わっている女性たち（※）が、プログラムリーダーとして参加者をサポートします。Play セッションの後は、軽食を楽しみながらみんなでおしゃべりをして交流を深めましょう！

※主に女性となりますが、1～2 名のトレーニングを受けた男性リーダーが参加する場合があります。

対象：

- ・ 10 歳～30 歳ぐらいの身体に障害のある女の子・女性 ※ 1
- ・ 自分一人で車いすをこいで移動することができる ※ 2
- ・ プログラムリーダーの話を理解し、集団の中で自ら動くことができる
- ・ 医師より運動の制限を受けていない ※ 3

※ 1）性自認が女性である方。女の子・女性向けのプログラムであることをご理解頂いているノンバイナリーの方も歓迎！障害のない方のご参加は要相談といたします。

※ 2）普段、車いすを使っていない方でも、自分で車いすをこぐ身体能力があれば大丈夫



夫です。

※3) 強いタックルなどは基本的には行いませんが、多少の衝撃などに不安がある方は、主治医の方とご相談頂いた上で、Push for Future スタッフにご相談ください。

車いすラグビーは上肢と下肢に障害がある方を対象としたスポーツです。車いすラグビー選手の中には、頸椎損傷、シャルコー・マリー・トゥース病、脊髄性筋萎縮症、先天性四肢欠損、脳性まひ、頭部外傷、先天性関節拘縮症など、その他様々な障害のある方がいます。**今回の Play Date は、上記の対象要件に当てはまれば、車いすラグビーの出場資格に当てはまらない方でもご参加頂けます！**参加ができるか不安がある方は一度ご相談ください。

定 員： 10名

基本的に先着順となりますが、四肢に障害のある方を優先する場合があります。

参加費： 無料

その他：

- ・スポーツ用車いすをお貸出しします（ご自身でラグビー用の車いすをお持ちの方はご持参ください）
- ・ラグビー用車いすに初めて乗る方でも参加できるプログラムです
- ・不明な点、不安な点などがあればお気軽にご相談ください

お申込み方法： 後日、Jキャンプのホームページでご案内します。

お問い合わせ先： 特定非営利活動法人Jキャンプ事務局

〒272-0143 千葉県市川市相之川 2-10-3-501

TEL：080-1115-8118 FAX：047-359-5593

E-mail： jcampwcbb@gmail.com

