

第30回ハマピック個人競技

(横浜市障害者スポーツ大会)

開催要項・申込書

申込期間：令和7年2月1日～2月22日

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

お知らせ

①プログラムについて

各競技の開催2週間前までに、原則的には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。

※参加申込書に掲載形態の希望チェック箇所がございますのでご確認ください。

※承諾にチェックした方は下記QRコードからダウンロード・印刷をしてください。(当日配布は行ないません)

横浜ラポールの
ホームページはこちら



②ゼッケン・IDカードについて

ゼッケン・IDカード(水泳競技のみ)は大会当日、受付で配布します。

ゼッケンにつける安全ピンの配布はございません。

各自でご用意をお願いします。



目次

1. ハマピックの概要	1ページ
2. 参加資格	1ページ
3. 参加可能競技	1ページ
4. 障害・年齢区分	2ページ
5. 競技規則	2ページ
6. 参加申し込み	2ページ
7. 参加費	3ページ
8. 変更・キャンセル	3ページ
9. 介助者	3ページ
10. 各競技プログラム	3ページ
11. 表彰・記録証	3ページ
12. 諸注意	3ページ
13. 競技種目実施要項	
(1)アーチェリー競技	4ページ
(2)ボウリング競技	5ページ
(3)ボッチャ競技	6ページ
(4)水泳競技	7・8ページ
(5)卓球競技	9ページ
(6)フライングディスク競技	10ページ
(7)陸上競技	11・12ページ
14. 全国障害者スポーツ大会	13・14ページ
※参加申込書記入例	15ページ

1. ハマピックの概要

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24回全国障害者スポーツ大会(滋賀県)」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13・14ページをご参照ください。

2. 参加資格

(1) 出場する競技のルールを理解している (年齢は問いません)

(2) 以下のいずれかに該当する方

・身体障害者手帳の交付を受けている方

・療育手帳(愛の手帳)の交付を受けている、またはその取得対象に準ずる方

* 準ずる・・・ 児童相談所・知的障害者更生相談所長の判定書、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

・精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている、またはその取得対象に準ずる方

* 準ずる・・・ 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。

※横浜市内の方でも参加できませんが、申し込み多数の場合は参加をご遠慮いただく場合があります。

3. 参加可能競技

障害種別で参加できる競技が異なります。

○：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
肢体不自由	○	○	○	×	○	○	○
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。

4. 障害・年齢区分

- (1) 重複障害の方は、該当する障害区分のいずれか1つを選択し、お申し込みください。
(複数競技に申し込む際、競技ごとに障害区分を変えることはできません。)
- (2) 障害区分・年齢区分で、参加可能種目が異なります。各競技種目実施要項をご覧ください。

身体障害	1部(39歳以下)、2部(40歳以上)
知的障害	少年(19歳以下)、青年(20～35歳)、壮年(36歳以上)
精神障害	年齢区分なし

5. 競技規則

公益財団法人日本パラスポーツ協会発行の同年度版「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(各競技実施要項参照)でおこないます。

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。



6. 参加申し込み

- (1) 開催要項・申込書配布場所
- ・障害者スポーツ文化センター横浜ラポール (1階総合受付横またはホームページ)
 - ・横浜市内の各区役所福祉保健センター
- (2) 申込方法
- 所定の申込書に必要事項を記入の上、下記の方法でお申し込みください。(FAX不可)
- ・横浜ラポールで直接申し込む
 - ・横浜ラポールへ郵送する **(2/22必着) ※2/22以降の消印は無効です**
郵送から3・4日後に、横浜ラポールに申込書が届いているかを電話またはFAXでご確認ください。

送付先・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) 申込期間
- 令和7年2月1日(土)～2月22日(土) 21:00まで *2月11日(火・祝)は休館日
- ※期間外の申し込みはいかなる場合も受け付けません。**

- (4) 参加可能種目数
- 対象となる競技に複数参加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。
- ・アーチェリー、卓球、ボッチャ、ボウリング …… 1種目のみ
 - ・水泳、フライングディスク、陸上競技 …… 1種目または2種目

7. 参加費

1種目500円（ボウリングは1000円） **例**・・・水泳で2種目、ボウリングに出場 → 2000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)申込方法により、参加費の支払い方法が異なります。

- ①横浜ラポールで手続きの場合・・・券売機でチケットを購入してください
- ②郵送の場合

横浜ラポールから送付された「払込取扱票」で、**2/28(金)まで**に参加費を振り込んでください。

※期限までに振り込みが確認できない場合、申し込みを取り消す場合があります。

※振込手数料は参加者負担となります。

8. 変更・キャンセル

- ・申し込み後、種目の変更・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させていただきます）
- ・申し込み後、出場をキャンセルされる場合はハマピック担当へご連絡ください。

9. 介助者

申し込み時に申請した介助者の方のみ、試合会場内に同伴することができます。**当日の申請はできません。**
申し込み後に変更がある場合は、ハマピック担当にご連絡ください。

※競技によって申請の有無が異なります。各競技種目実施要項をご覧ください。

10. 各競技プログラム **※今大会より変更しています**

各競技の開催2週間前までに、原則的には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。

※参加申込書に掲載形態の希望チェック箇所がございますのでご確認ください。

※承諾にチェックした方は表紙のQRコードからダウンロード・印刷をしてください。

・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。各自でご用意をお願いします。

11. 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。

*表彰は各種目のレース(組)でおこないます。

*出場者数とは、実際に競技に参加した人数であり、棄権・欠場者は除きます。

*出場者全員に記録証を発行します。

ただし、**卓球競技・ボウリング競技**においては、スコアシートのみ**の発行**となります。

12. 諸注意

- (1)大会参加にあたり、事前に医師の診断を受けるなど、健康には十分留意し、競技に臨んでください。
- (2)大会当日のケガ等は応急処置のみとし、その後の対応は各自でおこなってください。
- (3)各競技会場への補助犬以外の動物は入場をお断りします。
- (4)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。

13. 競技種目実施要項

(1) アーチェリー^{きょうぎ}競技

日 ち	令和7年4月6日(日)
会 場	富岡総合公園アーチェリー場 (横浜市金沢区富岡東2-9-2) *シーサイドライン「南部市場」駅下車 徒歩5分
主 管	横浜市アーチェリー協会
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)
受付時間	10:00 ~ 10:40
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
競技方法	<ul style="list-style-type: none"> ・行射時間は3射2分とします。 ・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。 ・矢取り・採点は、競技役員及び補助員がおこないます。 ・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。 ・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。 ・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。
介助者	受付・招集以外で、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)

【参加可能種目および障害区分】

●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	第8頸髄まで残存	●	●
	2	その他の車いす	●	
	3	上肢障害	●	
	4	下肢障害 (椅子、車いす使用を含む)	●	
	5	体幹	●	
	6	脳原性麻痺 (脳性麻痺・脳血管疾患・脳外傷等)	●	●
聴覚・平衡機能障害、 音声・言語・そしゃく機能障害	7	聴覚障害	●	
内部障害	8	ぼうこう又は直腸機能障害	●	
	9	その他	●	

※内部障害「9:その他」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。

(2) ボウリング^{きょうぎ}競技

ひ に ち	れいわ ねん がつ にち にち 令和7年4月6日(日)
かい じょう 場	よこはまにしくきたさいわい ハマボール (横浜市西区北幸2-2-1 ハマボールイアス内8階) *よこはまえきよりとほふふん(JR・私鉄:西口、市営地下鉄:9番出口)
しゅ かん 管	よこはまし きょうかい 横浜市ボウリング協会
きょうぎじかん	9:30 ~ 15:00(予定) *途中、40分程度の休憩時間を設けます
うけつけじかん	9:00 ~ 9:20
きょうぎほうほう	<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・精神障害は男女別で実施します。</p> <p>②4ゲームアメリカン方式で行い、合計点で順位を決定します。2ゲーム終了後、休憩をとります。</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 ぐ 具	およ かくじ ぼうい 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。
かいじょしゃ	かいじょしゃ 介助者をつけることはできません。(コンコースまでは可能です。) しょうしゅう きょうぎしゅうりょう たいかいやくいん ゆうどう 招集から競技終了まで大会役員が誘導します。

さん か か の う し ゅ も く し ょ う が い く ぶ ん 【参加可能種目および障害区分】

ちで 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、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 ぜんこくたいかい さん か
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です。全国大会への参加はできません。

(3) ボッチャ競技

日 ち	令和7年4月6日(日)
会 場	障害者スポーツ文化センター横浜ラポール メインアリーナ・サブアリーナ他
主 管	横浜ボッチャ協会
競技時間	10:30～15:00(予定)
受付時間	9:00 ～ 9:30
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エンドマッチでおこないます。</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>③2エンド終了時に同点の場合は、<u>タイブレイク</u>で勝敗を決定します。</p> <p>※タイブレイク 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る</p>
競技進行	<p>①投球練習は、試合前に1分間、6球のボールと1球のジャックボールとします。</p> <p>②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>③コインス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、出た面の選手がカラーボールを審判に申告します。</p>
試合球	<p>主催者で用意しますが、個人所有のボールの持ち込みが可能です。</p> <p>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。</p>
投球補助具 (ランプ)	<p>各自でご用意をお願いします。</p> <p>2.5m×1mのエリア内に収まる大きさとなります。</p>
スポーツアシスタント ランプオペレーター	<p>必要な方はご自身で手配してください。</p> <p>障害区分2～8および10の方の移動支援や方向転換等のサポートをおこなう者を「スポーツアシスタント」、ランプを操作しサポートするものを「ランプオペレーター」とし、1名つけることが可能です。</p> <p>※当日の申請はできません。</p>

【参加可能種目および障害区分】

△男女区分・年齢区分なし

	区分番号	障害区分	競技スタイル		
			立位	座位	
肢体不自由	1	切断・機能障害	△		
	2	2	第6頸髄まで残存		△
		3	第7頸髄まで残存		△
		4	第8頸髄まで残存		△
		5	多肢切断		△
	3	6	四肢麻痺で車いす常用または、使用		△
		7	けて移動		△
		8	片上下肢で車いす常用または、使用		△
	4	9	その他走不能	△	
		10	電動車いす常用		△
	その他	11	オープン立位	△	
		12	オープン座位		△

※競技スタイル・・・投球時の姿勢を基準とします。

※障害区分10・・・四肢もしくは三肢体幹機能障害により日常生活で常に電動車いすを使用している者

※肢体不自由の方のみ参加可能です。ただし、肢体不自由の方で「その他」に該当する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。

(4) 水泳競技

日 ち	令和7年4月13日(日)
会 場	横浜国際プール サブプール (横浜市都筑区北山田7-3-1) *横浜市営地下鉄グリーンライン「北山田駅」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
主 管	一般社団法人横浜水泳協会
競技時間	25m種目……10:00～13:00(予定) 50m種目……14:00～17:00(予定)
受付時間	9:00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)
競技方法	・水深160cm (変更になる場合があります) ・新型スターティングブロックを使用します。 ・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。
スタート方法	・申し込み時に申請した方法のみ可能です。(変更不可) ・50m背泳ぎのみ、バックストロークレτζ(背泳ぎ用スタート補助装置)の使用が可能です。 使用する方は申し込み時に申請をお願いします。 ※当日、使い方の指導はございません。使用経験のある選手のみ申請をお願いします。 ※会場の設営上、50mのみとします。
水 着	全国大会出場を希望する方は国際水泳連盟の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。全国大会出場希望の無い方も以下の点にご注意ください。 ①男子はへそを超えず、膝まで、女子は肩から膝までとします。(首、肩を覆うことはできません。) ②着用可能な水着は1枚ですが、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。 ③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。) ④水着あるいは身体へのテーピングは禁止です。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	各自でご用意をお願いします。 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ください。
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、申し込み時に申請をお願いします。
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。 <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"/> スタート地点までの移動が一人ではできない <input type="checkbox"/> ゴール後、一人では退場できない <input type="checkbox"/> タッピングバーで合図をするタッパーを同行する ※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。

さんかかのうしゆもく しょうがいくぶん
【参加可能種目および障害区分】

しょうがいくぶん いちぶのぞ ねんれいくぶん さんかかのうしゆもく こと
障害区分1～25(一部除く)において、年齢区分によって参加可能種目が異なります。

しんたいしょうがい 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)

◎男女別・年齢区分別 ○男女別・1部 ●男女別・2部 ▲男女別・年齢区分なし 空欄=参加不可

	区分番号	障害区分	自由形		背泳ぎ		平泳ぎ		バタフライ	
			25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m
1	上肢	1 手部切断	◎	◎	●	○	●	○	●	○
		2 片前腕切断または、片上肢不完全	◎	◎	●	○	●	○	●	○
		3 片上腕切断または、片上肢完全	◎	◎	●	○	●	○	●	○
		4 両前腕切断または、両上肢不完全	◎	◎	●	○	●	○	●	○
		5 両上腕切断または、両上肢完全 / 片前腕および片上腕切断	◎	◎	●	○	●	○	●	○
	下肢	6 片大腿切断または、片下肢不完全	◎	◎	●	○	●	○	●	○
		7 片大腿切断または、片下肢完全	◎	◎	●	○	●	○	●	○
		8 両大腿切断または、両下肢不完全	◎	◎	●	○	●	○	●	○
		9 両大腿切断または、両下肢完全 / 片大腿および片大腿切断	◎	◎	●	○	●	○	◎	
	上下肢	10 片上肢切断および片下肢切断 / 片上肢不完全および片下肢不完全	◎	◎	●	○	●	○	◎	
		11 多肢切断または、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	◎	◎	●	○	●	○	◎	
	2	車いす常用 脳原性麻痺以外で	12 体幹	◎	◎	●	○	●	○	●
13 第7頸髄まで残存			◎	◎	◎		◎			
14 第8頸髄まで残存			◎	◎	●	○	●	○	●	○
15 下肢麻痺で座位バランスなし			◎	◎	●	○	●	○	●	○
3	(脳性麻痺、脳血管疾患、脳外傷等)	16 下肢麻痺で座位バランスあり	◎	◎	●	○	●	○	●	○
		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	◎	◎	◎		◎			
		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	◎	◎	●	○	●	○	●	○
		19 片側障害で片上肢機能全廃	◎	◎	●	○	●	○	◎	
		20 その他の片側障害で走不能	◎	◎	●	○	●	○	●	○
4		21 その他走可能	◎	◎	●	○	●	○	●	○
		22 浮具使用	◎	◎	◎		◎			
視覚障害		23 視力0から0.01まで ※視力は矯正後の良い方の視力で判定	◎	◎	●	○	●	○	●	○
		24 その他の視覚障害	◎	◎	●	○	●	○	●	○
聴覚・平衡機能障害、 音声・言語・そしゃく機能障害		聴覚障害	◎	◎	●	○	●	○	●	○
知的障害		知的障害	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎
精神障害		精神障害	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲
内部障害		内部障害	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲

※精神障害・内部障害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。

(5) 卓球競技 (一般卓球・サウンドテーブルテニス)

日 ち	令和7年4月20日(日)
会 場	障害者スポーツ文化センター横浜ラポール メインアリーナ・サブアリーナ他
主 管	横浜市卓球協会、神奈川県サウンドテーブルテニス協会
競技時間	10:00~16:30(予定)
受付時間	9:00より受付開始 (試合開始時間に間に合うように受付をおこなってください)
競技方法	<p>・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>・原則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。</p> <p>また、出場選手の少ない障害区分及び年齢区分では、別の障害区分及び年齢区分、性別の選手と試合をすることがあります。</p> <p>・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。</p> <p>(ベンチコーチが入ることはできません)</p>
服 装	全国大会へ出場希望「あり」の方は、原則として公益財団法人日本卓球協会の公認マークが入った服を上下ともに着用してください。
ボ ー ル	試合球……ニッタク(プラスチック製)のボールを使用 練習球……用意はございません。各自でご用意をお願いします。
アイマスク アイシェード	各自でご用意をお願いします。 サウンドテーブルテニスに参加する方は、光を通さないアイマスクまたはアイシェードを装着してください。
介助者	・サウンドテーブルテニスのみ介助者をつけることができます。 ※当日の申請はできません。 ・一般卓球は、競技会場出入口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します。

【参加可能種目および障害区分】

		区分番号	障害区分	卓球	STT	
肢体不自由	1	1	片上肢障害	◎		
		2	両上肢障害	◎		
		3	片下腿切断または、片下肢不完全	◎		
		4	片大腿切断または、両下腿切断 片下肢完全または、両下肢不完全	◎		
		5	片下腿および片大腿切断 両大腿切断または、両下肢完全	◎		
		6	体幹	◎		
	2	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	◎	
	3	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		15	アイマスクまたは、アイシェードあり		◎	
		16	アイマスクまたは、アイシェードなし	◎		
聴覚・平衡機能障害、音声・言語・そしゃく機能障害		17	聴覚障害	◎		
知的障害		18	知的障害	◎		
精神障害		19	精神障害	●		
内部障害		20	内部障害	●		

※内部障害の方は、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。

(6) フライングディスク競技

日 ち	令和7年4月29日(火・祝)
会 場	新横浜公園投てき練習場 (横浜市港北区小机町3300) * JR横浜線・横浜市営地下鉄・相鉄東急新横浜線「新横浜駅」より、徒歩12~14分 * JR横浜線「小机駅」より、徒歩7分 ※雨天時……障害者スポーツ文化センター横浜ラポール グラウンド
実施態度	当日の8:30に決定します。電話(045-475-2065)でご確認ください。 雨天時の会場変更および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。
主 管	かながわ障がい者フライングディスク協会
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)
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)
同時エントリー 不可の種目	アキュラシー5mとアキュラシー7m
競技方法	①アキュラシー ・試技は10投連続でおこない、入った点数を競います。 ・試技時間はプレーヤーが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します。 ②ディスタンス ・試技は3投連続でおこない、飛距離を競います。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。 ・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度とします。 ・試技時間はプレーヤーが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。 ③左利きのプレーヤーは、主催者が定めたリボン等(約2cm×約8cm)をゼッケンの右上につけます。
ディスク	競技用ディスクは、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「ファーストバックモデル」ディスクで、直径23.5cm、重量100g±5gを使用します。 主催者が用意したものを以外の使用はできません。
介助者	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。 <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 ※当日の申請はできません。

【参加可能種目および障害区分】

	アキュラシー	ディスタンス
肢体不自由		
視覚障害		
聴覚障害		
知的障害	◇	●
内部障害(ぼうこう又は直腸機能障害)		
その他の内部障害		
精神障害		

※その他の内部障害・精神障害の方はハマピックのみ参加可能です。全国大会への出場はできません。

りくじょうきょうぎ
(7) 陸上競技

ひにち	れいわねんがつにちかしゆく 令和7年4月29日(火・祝)
かいじょう場	みつぎわごうえんりくじょうきょうぎじょうよこはましかながわくみつぎわにしまち 三ツ沢公園陸上競技場 (横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1) * 横浜市営地下鉄「三ツ沢上町駅」より、徒歩15分 * 「横浜駅」より、市営バスまたは相鉄バス「三ツ沢総合グラウンド入口」下車
じっしたいど実施態度	とうじつけつていでんわ 当日の7:00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ばあいし 荒天等で中止の場合のみ、聴覚障害の方はFAX またはメールでお知らせします。
しゅかん主管	いっぱんしゃだんほうじんよこはましりくじょうきょうぎきょうかい 一般社団法人横浜市陸上競技協会
きょうぎじかん競技時間	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。
うけつけじかん受付時間	9:00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	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)
きょうぎほうほう競技方法	<p>①スラローム</p> <ul style="list-style-type: none"> 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。 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。 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。 <p>②スタート</p> <ul style="list-style-type: none"> 50m走はスターティング・ブロックを使用することはできません。 100m、200m、400m走は、スターティング・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なります。(スタンディングスタートの場合、スターティング・ブロックは使用できません) 出発合図後、1分を経過しても走り出さない競技者は失格となります。 <p>③800m走</p> <ul style="list-style-type: none"> 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。 <p>④車いす競技者</p> <ul style="list-style-type: none"> 50m走で使用する車いすは日常生活用とします。 800m以上の競走競技に出場する競技者は、競技用車いす(レーサー)を使用しなければなりません。 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。 <p>⑤伴走者</p> <ul style="list-style-type: none"> 伴走者は競技者を引っ張る、押して前進させるなどの推進を助けるようなことはしてはなりません。 視覚・聴覚障害が重複している競技者の伴走者は、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、押ししたりする行為は認められます。 <p>⑥投てき競技</p> <ul style="list-style-type: none"> 試技を一巡した後に、3連投で実施します。 障害区分24・25において、試技前に限り方向を知らせるための声や音源による援助は認められます。 <p>⑦走幅跳</p> <ul style="list-style-type: none"> 踏切線と砂場の距離は1mまたは2mとします。<u>申し込み時に申請してください。</u> 障害区分24・25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。 <p>⑧立幅跳</p> <ul style="list-style-type: none"> 踏切線と砂場の距離は30cmとします。また、踏切りは両足同時に踏み切るものとします。
アイマスク アイシェード	各自でご用意をお願いします。 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。
かいじょしゃ介助者	かいじょしゃしりょうしゅうじょかのう 介助者をつけることはできません。(招集所までは可能です) しりょうしゅうじょきょうぎしゅうりょうたいかいやくいんゆうどう 招集所から競技終了まで大会役員が誘導します。

さんかかのうしゆもく しょうがいくぶん
 【参加可能種目および障害区分】

◎男女別・年齢区分別

▲男女別・年齢区分なし

くうらん きんかふか
 空欄=参加不可

		区分番号	しょうがいくぶん 障害区分	きょうそう 競走					ちようやく 跳躍			なげてき 投てき					
				500m	1000m	2000m	4000m	8000m	15000m	スローム	走高跳	立幅跳	走幅跳	砲丸投	ソフトボール投	ジャベリン投	ピッチャー投
肢体不自由	1	上肢	1 手部切断 片前腕切断または、片上肢不完全 片上腕切断または、片上肢完全	◎	◎							◎	◎	◎	◎		
			2 両前腕切断または、片前腕および片上腕切断 両上肢不完全	◎	◎				◎		▲	◎	◎				
			3 両上腕切断または、両上肢完全	◎	◎						▲	◎	◎				
		下肢	4 片下腿切断または、片下肢不完全	◎	◎							◎	◎	◎	◎	◎	
			5 片大腿切断または、片下肢完全	◎	◎							◎	◎	◎	◎	◎	
			6 両下腿切断	◎	◎							◎	◎	◎	◎	◎	
			7 片下腿および片大腿切断 両下肢不完全	◎								◎	◎	◎	◎	◎	
			8 両大腿切断または、両下肢完全										◎	◎	◎	◎	
	体幹	9 体幹	◎	◎							◎	◎	◎	◎	◎		
	2	脳原性麻痺以外で車いす常用、使用	10 第6頸髄まで残存	◎	◎					◎							◎
			11 第7頸髄まで残存		◎	◎		◎	◎	◎							◎
			12 第8頸髄まで残存								◎			◎	◎	◎	
			13 下肢麻痺で座位バランスなし		◎	◎		◎						◎	◎	◎	
			14 下肢麻痺で座位バランスあり		◎	◎		◎		◎				◎	◎	◎	
			15 その他の車いす											◎	◎	◎	
3	(脳性麻痺、脳血管疾患、脳外傷等)	16 四肢麻痺で車いす使用	◎							◎						◎	
		17 けつて移動	◎							◎						◎	
		18 片上下肢または片上肢で車いす使用	◎							◎				◎	◎		
		19 上肢で車いす使用	◎	◎	◎		◎	◎	◎				◎	◎	◎		
		20 その他走不能											◎	◎	◎		
		21 上肢に不随意運動を伴う走可能	◎	◎	◎				◎		◎	◎	◎	◎	◎		
		22 その他走可能	◎	◎	◎				◎				◎	◎	◎		
4	23 電動車いす常用							◎							◎		
視覚障害	24 視力0から0.01まで	◎	◎	◎		◎	◎			◎	◎	◎	◎	◎			
	25 その他の視覚障害	◎	◎	◎		◎	◎			▲	◎	◎	◎	◎			
聴覚・平衡機能障害、 音声・言語・そしゃく機能障害	26 聴覚障害	◎	◎	◎		◎	◎			▲	◎	◎	◎	◎			
知的障害	27 知的障害	◎	◎	◎	◎	◎	◎			▲	◎		◎	◎			
内部障害	28 ぼうこう又は直腸機能障害	◎						◎			◎	◎		◎	◎		
精神障害	29 精神障害	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	▲	▲		▲	▲			
	30 その他の内部障害	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	▲	▲		▲	▲			

※障害区分24において、視力は矯正後の良い方の視力で判定します。

※精神障害・その他の内部障害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。

14. 全国障害者スポーツ大会

(1) 大会概要

- ① 大会名 …… 第24回全国障害者スポーツ大会
- ② 大会日程 …… 令和7年10月25日(土)～10月27日(月)
- ③ 派遣期間 …… 令和7年10月23日(木)～10月28日(火)
- ④ 開催地 …… 滋賀県
- ⑤ 派遣競技(予定) …… 陸上競技、水泳、卓球、ボウリング、フライングディスク、アーチェリー、ボッチャ
関東ブロック地区予選会で優勝した団体競技
- ⑥ 派遣人数(予定) …… 身体障害20名、知的障害27名、精神障害2名、団体競技

(2) 出場資格

次の全ての条件を満たす方

- ① 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
(在勤は含みません)
- ② 令和7年4月1日現在で13歳以上
- ③ 派遣期間(6日間)全日程に参加することができる
- ④ 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(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、またはその取得の対象に準ずる方
* 準ずる… 児童相談所・知的障害者更生相談所長の判定書、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、またはその取得の対象に準ずる方
* 準ずる… 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) 横浜市代表選手の選考方法(全競技共通)

- ① 令和7年度ハマピックの成績を基に選手選考委員会が選出します。
- ② ハマピック申込用紙における「全国大会への出場希望者」の中から選出します。(申し込み後の変更不可)
- ③ 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。
- ④ 全国大会に出場経験のない方や障害種別に配慮します。

(4)各競技の選考方法

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。
 同一障害区分の異なる年齢区分の記録もない場合は、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。												
水泳・陸上競技	・2種目に出場し、記録を残した方から選出します。 ※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。 ・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。												
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。												
サウンドテーブルテニス	男子及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	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。 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。												
	<table border="1"> <tr> <td>少年男子</td> <td>725.73点</td> <td>少年女子</td> <td>521.00点</td> </tr> <tr> <td>青年男子</td> <td>713.02点</td> <td>青年女子</td> <td>622.85点</td> </tr> <tr> <td>壮年男子</td> <td>697.28点</td> <td>壮年女子</td> <td>562.83点</td> </tr> </table>	少年男子	725.73点	少年女子	521.00点	青年男子	713.02点	青年女子	622.85点	壮年男子	697.28点	壮年女子	562.83点
少年男子	725.73点	少年女子	521.00点										
青年男子	713.02点	青年女子	622.85点										
壮年男子	697.28点	壮年女子	562.83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	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。 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。 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。 両種目の平均比率を算出し、上位者から選出します。												
	<table border="1"> <tr> <td>メンズ・シティング</td> <td>26m41cm</td> <td>レディース・シティング</td> <td>24m07cm</td> </tr> <tr> <td>メンズ・スタンディング</td> <td>42m93cm</td> <td>レディース・スタンディング</td> <td>36m03cm</td> </tr> </table>	メンズ・シティング	26m41cm	レディース・シティング	24m07cm	メンズ・スタンディング	42m93cm	レディース・スタンディング	36m03cm				
メンズ・シティング	26m41cm	レディース・シティング	24m07cm										
メンズ・スタンディング	42m93cm	レディース・スタンディング	36m03cm										

(5)代表選手決定から全国大会までの流れ

- 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が届きます。
- 6月に開催する選手説明会で参加意向の最終確認をおこないます。
- 競技ごとに5～10回の強化練習を実施します。
 (無断欠席や出席回数により全国大会出場を取り消される場合があります)

(6)自己負担金

大会期間中の昼食弁当代(5000円程度)は自己負担です。

フリガナ	ヨコハマ タロウ	性別	<input checked="" type="checkbox"/> 男性 · 女性	生年月日	2010年10月15日(14歳) 2025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	080-xxxx-△△△△ 氏名: 横浜花子 (続柄 母)
障害名	障害者手帳の通り記入 知的障害 B2	障害の起因となった病名	先天性	学校名 入・通所施設名	横浜市外在住の方のみ記入

視覚障害の方のみ視力を記入					
裸眼	右	左	矯正後	右	左

全国障害者スポーツ大会の出場希望	「あり」の場合は以下の条件を満たしていること ①2025年4月1日現在13歳以上であること ②陸上競技・水泳は2種目にエントリーしなくてはならない ③フライングディスクは、アキュラシー7m・ディスタンスの2種目にエントリーしなくてはならない
<input checked="" type="checkbox"/> あり · <input type="checkbox"/> なし	→
※詳しくは開催要項13・14ページ参照	

誓約・承認	第30回ハマピック(R7開催)より、横浜ラポールホームページに掲載にあたり (いずれかに <input checked="" type="checkbox"/> をする) <input type="checkbox"/> 承諾する…① <input type="checkbox"/> 氏名をイニシャル表示で記載希望…② <input type="checkbox"/> 氏名・年齢区分・障害区分を空欄で記載希望…③ ※②③にチェックされた方へは、氏名が入ったものを郵送、または手渡しを行いません。(ホームページ掲載後となります) <input checked="" type="checkbox"/> 健康管理には十分配慮し、万一の事故に対しても一切自己の責任において処理することを誓約します。 <input checked="" type="checkbox"/> 一切の責任は私(保護者)が負うとともに、本大会への参加を承認します。(18歳未満)
-------	--

	アーチェリー	<input checked="" type="checkbox"/> ボウリング	ポッチャ	<input checked="" type="checkbox"/> 水泳	卓球	フライングディスク	<input checked="" type="checkbox"/> 陸上競技
区分番号				26			27
出場種目	リカーブ 50m・30m ラウンド 30mダブル ラウンド コンパウンド 50m・30m ラウンド 30mダブル ラウンド	該当する 区分に○を してください <input checked="" type="checkbox"/> 知的 精神 内部	立位 座位 <input type="checkbox"/> 車いす <input type="checkbox"/> いす	自由形 25m · 50m (飛び込み · 水中) 背泳ぎ 25m · <input checked="" type="checkbox"/> 50m ※50mのみ選択 (バックstrokeクレジ <input checked="" type="checkbox"/> 有無) 平泳ぎ 25m · 50m (飛び込み · 水中) バタフライ <input checked="" type="checkbox"/> 25m · 50m (飛び込み · <input checked="" type="checkbox"/> 水中)	一般卓球 サウトテーブル テニス(STT)	アキュラシー 5m 7m ディスタンス 立位 座位	スラローム · 50m 100m · 200m 400m · 800m <input checked="" type="checkbox"/> 1500m ⇒自己ベスト(8分 05秒) 走高跳 ⇒自己ベスト(m cm) 立幅跳 · <input checked="" type="checkbox"/> 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
特記事項		貸出靴 23.5 cm 貸出ボール 8 ポンド	ランプ使用 有 · 無	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)		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 · <input checked="" type="checkbox"/> 2m
介助者申請			スポーツアシスタント ランプオペレータ	該当する方のみ申請可 <input checked="" 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"/> スタート地点までの移動が一人でできない <input type="checkbox"/> ゴール後一人で退場できない <input type="checkbox"/> タップを同行する 介助者名 横浜 花子	介助者名 ※STTのみ	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)
氏 名		住所	〒 ー		
電 話		F A X		緊急連絡先	氏名: (続柄)
障害名	障害者手帳の通り記入	障害の起因となった病名		学校名 入・通所施設名	横浜市外在住の方のみ記入

視覚障害の方のみ視力を記入

裸眼	右	左	矯正後	右	左
----	---	---	-----	---	---

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13・14ページ参照

「あり」の場合は以下の条件を満たしていること
 ①2025年4月1日現在13歳以上であること
 ②陸上競技・水泳は2種目にエントリーしなくてはならない
 ③フライングディスクは、アキュラシー7m・ディスタンスの2種目にエントリーしなくてはならない

誓約・承認	第30回ハマピック(R7開催)より、横浜ラポールホームページにプログラムを掲載にあたり <input type="checkbox"/> 承諾する…① <input type="checkbox"/> 氏名をイニシャル表示で記載希望…② <input type="checkbox"/> 氏名・年齢区分・障害区分を空欄で記載希望…③ ※②③にチェックされた方へは、氏名が入ったものを郵送、または手渡しを行いません。(ホームページ掲載後となります) <input type="checkbox"/> 健康管理には十分配慮し、万一の事故に対しても一切自己の責任において処理することを誓約します。 <input type="checkbox"/> 一切の責任は私(保護者)が負うとともに、本大会への参加を承認します。(18歳未満)
-------	--

	アーチェリー	ボウリング	ポッチャ	水泳	卓球	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 30mダブルラウンド コンパウンド 50m・30mラウンド 30mダブルラウンド	該当する区分に○をしてください 知的 精神 内部	立位 座位 <input type="checkbox"/> 車いす <input type="checkbox"/> いす	自由形 25m ・ 50m (飛び込み ・ 水中) 背泳ぎ 25m ・ 50m ※50mのみ選択 (バックストロークレッジ 有・無) 平泳ぎ 25m ・ 50m (飛び込み ・ 水中) バタフライ 25m ・ 50m (飛び込み ・ 水中)	一般卓球 サウンドテーブルテニス(STT)	アキュラシー 5m 7m ディスタンス 立位 座位	スラローム ・ 50m 100m ・ 200m 400m ・ 800m 1500m ⇒自己ベスト(分 秒) 走高跳 ⇒自己ベスト(m cm) 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
特記事項		貸出靴 cm 貸出ポール ポンド	ランプ使用 有 ・ 無	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)		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			スポーツアシスタント ランプオペレーター	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"/> スタート地点までの移動が一人ではできない <input type="checkbox"/> ゴール後一人で退場できない <input type="checkbox"/> タッパを同行する 介助者名	介助者名 ※STTのみ	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