

◎ボッチャ

ヨーロッパで生まれた重度脳性麻痺者もしくは同程度の四肢重度機能障がい者のために考案されたスポーツで、パラリンピックの正式種目です。

ジャックボール（目標球）と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当てたりして、いかに近づけるかを競います。

地上のカーリングとも呼ばれています。

◎ペガーボール

知的障害のある子供たちの運動量を高めるため、思考錯誤で創り出した日本発のスポーツです。

ボールがくっつくポンチョを着た鬼役を追いかけ、ボールをくっ付けて、その数を競うゲームです。

「追いかけて投げる」という単純で分かりやすいルールと「くっつく」という結果が出ることで、どなたでも楽しむことができます。「ペガー」とはスペイン語で「くっつく」という意味です。

◎手のひら健康バレー

椅子に座って、軽量ボールを指でなく、手のひらに当てて、ボールを落さないように何回、続いたかを仲間と一緒に楽しむ室内レクリエーションスポーツです。

◎ダンス de スマイル

DANCE を通して笑顔になりましょう。

障害の有無に関係なく子供から大人まで、みんなで楽しく DANCE をしませんか。音楽を聴くと自然に身体が動きますよね。

◎モルック

フィンランド発祥のスポーツで子供から大人、性別に関係なく楽しめるスポーツとして注目されています。

◎キンボールスポーツ

カナダ発祥の、直径 122 cm の大きなボールを使うニュースポーツ。

幅広い年齢層で楽しみ、みんなが主役になれる！