

石川県

ゆるスポーツ
くつしまいれ

ポッチャ

参加無料

事前申込
不要

座ってできる
姿勢改善

パラ スポーツ

フォーラム

令和8年2月28日(土)

11:00 ~ 16:00

イオンモールかほく 1階グリーンコート



パラフェンシング

年齢、性別、能力、障害の有無に関係なく、多様な方がスポーツを通じて交流できる場として、パラスポーツの魅力と可能性について、楽しく理解を深めていただくことを目的としたデモンストレーションや体験会を開催いたします。

総合司会・進行

「平見 夕紀」

フリーアナウンサー(元「テレビ金沢」)



アシスタント ゲスト

ほくりくアイドル部



1

パラスポーツ体験会

11:00~16:00

「パラフェンシング」
「ポッチャ」
「競技用車いす体験」
「手話体験」
「デフリンピック展示」



2

座ってできる姿勢改善

11:30~11:45

金沢市エアロビック連盟
木下幾代枝 先生
健康運動指導士
パーソナルトレーナー
エアロビックインストラクター
ルナフィールセラピスト



3

スペシャルトーク

清水愛香さん×平見夕紀アナ

11:50~12:10

デフリンピック開閉会式司会者と
語る、手話がつなぐ感動の舞台&
みんなで手話クイズ

清水愛香 さん
一般財団法人全日本ろうあ連盟 青年部長
社会福祉法人石川県聴覚障害者協会 事務局次長



4

らくらくスローエアロビック

12:15~12:30

金沢市エアロビック連盟
木下智子 先生
スローエアロビック指導員
からだを心を整える
コンディショニング講師



5

ゆるスポーツ体験

12:40~13:00

「ポップコーンウェア」
中能登織補スポーツ



13:35~13:55

「くつしまいれ」
特定非営利活動法人
石川バリアフリーツアースタッフ



6

ポッチャ対戦!

田中選手VSほくりくアイドル部

13:05~13:25

石川県スポーツ大使
田中恵子 選手
株式会社ゴーゴーカレッジ所属
東京2020パラリンピック ポッチャ
銀メダリスト



問い合わせ先

石川県障害者スポーツ協会 (金沢市稚日野町北222番地 いしかわ総合スポーツセンター内)

TEL 076-213-6288 FAX 076-213-6287 MAIL i-sho-spo@po4.nsk.ne.jp

主催:石川県、石川県障害者スポーツ協会