



東京都



企業・団体担当者向けガイドブック

ワークショップをきっかけにパラスポーツ支援をはじめよう

はじめに

パラスポーツ支援を始めたいと思っているが、

**何かからすればいいのかわからない。
そのための「きっかけ」が欲しい。**

と、お考えの企業の担当者さまへ



パラスポーツ支援を始めるには、
まずは支援に向けた課題や意義を知り、
パラスポーツを「**自分ゴト化**」してもらうことが大切です。

ガイドブックの使い方

実際にこれまでのBEYONDワークショップで実施した、
内容、流れ、ツールについて、こちらでご紹介します。
社内での取組にぜひご活用ください。

ワークショップを実施しよう

パラスポーツをより身近に、自分ゴト化をするきっかけに、パラスポーツ支援に対する意義や課題、
解決方法を探ってみましょう。ワークショップの進め方や方法をご紹介します。
適宜でアレンジしていただき、さまざまな話し合い、支援の取組が進められることを期待しております。

パラスポーツをもっと知ろう

社内のパラスポーツ普及啓発にご活用いただけるツールをご紹介します。



ワークショップを実施しよう！

パラスポーツをより身近に、自分ゴト化をするきっかけに、
パラスポーツ支援に対する意義や課題、解決方法を探ってみましょう。

STEP1

ワークショップの目的

ワークショップを通して、社員の方や仲間に、よりパラスポーツを自分ゴト化してもらいます。

「パラスポーツ支援」という共通テーマをもとに、

「問題や課題」を出し合い、問題点についてはその問題に対する「解決策」を検討します。

現状と課題、また、それらを踏まえた今後の取組について、たくさんのアイデアを出していきます。

パラスポーツ支援という共通テーマ

①現状の把握

まずは、パラスポーツ支援を進めるために、「現状」を洗い出してみましょう。

②問題や課題の洗い出し

次に、パラスポーツ支援を進めるにあたっての障壁となりそうな「問題」や「課題」について意見を出し合ってみましょう。

③解決策の検討 (たくさんのアイデア)

「問題」と「課題」を踏まえて、今後の取組についてたくさんのアイデアを出していきます。

START

- ✓ 支援活動が見えない
- ✓ パラスポーツの支援メリットが見えない

自分ゴト化させる施策 (ワークショップ)

- ✓ 支援に際しての現状・課題・解決策

GOAL

- ✓ 活動の見える化
- ✓ パラスポーツ支援に簡単に取り組める工夫
- ✓ パラスポーツ支援のメリットを明確に
- ✓ まずは体験会をしてみるなど

ワークショップの流れ

チェックイン

自己紹介を通して、
雰囲気を和らげながら、
具体的な課題解決型の
テーマを示し、やる気を
高める段階

発散思考

自由奔放にアイデアや
意見を出し合う段階
質より量が大切

収束思考

出された意見を分類、
整理し、解決方法を考
え(収束思考)、具体的
な解決策を見つけ出す
段階

シェアリング

グループで考えたこと
を発表し、意見を共有
し合う段階

チェックアウト

明日からの取組に
ついて整理し、
互いに確認する段階

準備物

- 付箋/2～3色(※もしあれば大中小など大きさ違いのもの)
- ホワイトボード、または模造紙
- マジックペン中(付箋用)、大(模造紙用)
- 飲み物・お菓子

ワークショップには2時間から3時間程度の時間がかかるので、途中で休憩時間を取ってください。

(お茶やお菓子は必要に応じて自由な意見を出しやすい雰囲気づくりにも一役かってくれます)

STEP2

ワークショップを実施しよう！②

※BEYONDワークショップで実際に活用した資料もご参考ください。

ワークショップの具体的な流れ

ワークショップ概要説明【10分間】

ワークショップでやることの説明。テーマ発表・グループワーク進め方など

自己紹介と役割分担【5分間】

グループでの自己紹介。ファシリテーター・進行役・進行補助を決める

課題の抽出【5分間】

社内でパラスポーツ支援をしていく上での課題を青色のふせんに1項目ずつわかりやすく大きな字で書き込んでいきましょう
※できるだけたくさん書き出しましょう。記入したふせんは進行補助に渡し、進行補助の方はスライドショーを参考に模造紙へ貼ってください

解決策の創出【8分間】

課題に対する解決方法をピンクのふせんに書き込んでいきましょう
記入したふせんは進行補助に渡し、進行補助の方はスライドショーを参考に模造紙へ貼ってください

グループ内共有化【10分間】

グループ内で1人ずつホワイトボードを見ながら課題と解決策を発表しましょう
他の方の発表で、自分の課題や解決策の補足になるものがあれば、黄色のふせんに書き込み、該当の場所に貼っていきましょう

全体発表【10分間】

各グループから話し合った内容を発表してもらいます。
こういう課題が多かった。/解決策としてこういう意見が出た。/振り返って思ったこと、など

目標を設定【記入4分+発表4分】

各自目標を設定し、発表しましょう

全体統括【5分間】

各グループからの発表後、パラスポーツ支援の課題と解決策を確認し、全体の総括を行う



▲シミュレーションシート

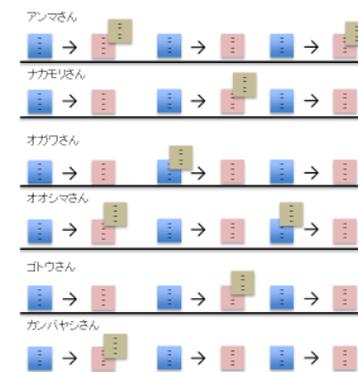
▲ワークショップのしおり
ワークショップの具体的な詳細は別途「ワークショップのしおり」をご参照ください。

ホワイトボード提示イメージ

課題 (⇒設問1)

解決方法 (⇒設問2)

その他、気づいたこと (⇒設問3)



課題解決への動き

ワークショップを通して導き出された「課題・解決・目標」をもとに、
実際に行動に移していきましょう。

まずは、身近なこと、できることから！最初の一歩を踏み出しましょう！

企業がパラスポーツ支援をするメリット

社員の一体感の醸成

例えば、社内にパラアスリートがいることで、一緒に働く仲間の
応援を通して社内に一体感が生まれます。

また、だれでも気軽に楽しめるパラスポーツ体験を社内で行うこ
とは、部署が異なる社員同士が顔を合わせる機会や役職を問わな
いコミュニケーションツールとしての役割を期待できます。

ダイバーシティの推進

観戦や体験会を通してパラスポーツに触れたり、パラアスリートと
接したりすることで、自然と多様な価値観を知ることができます。
これがダイバーシティへの理解にもつながって、今までにない「気
づき」を社員にもたらし、ビジネスでの新たな視点やアイデアを得
ることができます。

※実際に講演や取材等でお話いただいた内容から抜粋しています。

実際にワークショップの実施で出た意見〈議題〉社内ボッチャ体験会をするためには

- ・ 〈課題〉社員がパラスポーツに興味薄い → 〈解決策〉SNSを活用し浸透させていく
- ・ 〈課題〉役員のモチベーションが低い → 〈解決策〉まずは役員と一緒に体験をしてみる
- ・ 〈課題〉リーダーとなって進められそうな人ほど多忙 → 〈解決策〉なぜやるのかを整理して、これをきっかけに人材育成や業務整理をする
- ・ 〈課題〉仕切れる知識のあるメンバー不在 → 〈解決策〉まずは社外イベントに参加して、自主性を育てていく
- ・ 〈課題〉場所の確保 → 〈解決策〉会議室にボッチャコートを作ってしまう
- ・ 〈課題〉人が集まらない → 〈解決策〉全社行事としてしまう、社内イベント（研修や社内ミーティング、懇親会など）の一環として行う
- ・ 〈課題〉社内の巻き込み方 → 〈解決策〉パラスポーツフライデーみたいなものを作る
- ・ 〈課題〉時間がない(みんな多忙、業務優先) → 〈解決策〉業務外活動として評価制度を導入していく

【参考】過去に実施されたBEYONDワークショップ

第1回BEYONDワークショップ/社内体験会と観戦会のススメ 2019年9月27日

https://www.para-sports.tokyo/enterprise/event/workshop_01/

第2回BEYONDワークショップ/パラアスリート雇用がもたらすこと 2019年12月27日

https://www.para-sports.tokyo/enterprise/event/workshop_02/



パラスポーツをもっと知ろう！

社内におけるパラスポーツの普及啓発にご活用ください

競技紹介等

TEAM BEYONDウェブサイト内 パラスポーツ紹介

冬季競技等を含め、広く障がい者スポーツをご紹介します。

<https://www.para-sports.tokyo/sports>

東京都オリンピック・パラリンピック準備局 パラリンピック競技紹介

<https://www.2020games.metro.tokyo.lg.jp/taikaiyunbi/taikai/syumoku/index.html#paralympics>

東京2020パラリンピックハンドブック

東京2020パラリンピックをより知って頂くとともに、会場での観戦を楽しんで頂くためのハンドブックです。

https://www.2020games.metro.tokyo.lg.jp/taikaiyunbi/kanren/para_handbook/index.html

「パラリンピックマラソン」PRリーフレット

東京2020大会全体の最終日（9月6日（日））に東京で行われる「パラリンピックマラソン」を紹介しています。

https://www.2020games.metro.tokyo.lg.jp/taikaiyunbi/kanren/para_marathon_pr/index.html

みんなで観に行こう！東京2020パラリンピック

競技、日程、会場などの情報が一覧できるほか、全22競技のわかりやすい解説、競技会場までのアクセス情報などお役立ち情報が盛りだくさんです。

https://www.2020games.metro.tokyo.lg.jp/taikaiyunbi/kanren/miniikou_para/index.html

企業・団体のパラスポーツ支援の取組

TEAM BEYONDでは、企業・団体メンバーの皆様による多様なパラスポーツ支援の取組を紹介しています。

TEAM BEYONDウェブサイト内 企業・団体の声（随時更新）

支援企業・団体へのインタビューを通して、実際の活動状況やパラスポーツ支援に対するそれぞれの想いをお届けします。

<https://www.para-sports.tokyo/enterprise/voice/>

TEAM BEYONDパラスポーツ支援冊子（パンフレット）

TEAM BEYOND企業・団体向けページの内容をまとめています。

https://www.para-sports.tokyo/assets/pdf/enterprise/teambeyond_support.pdf

実際に体験をしてみよう！（ボッチャ体験について）①

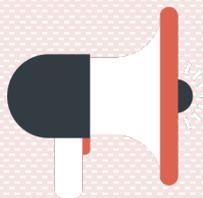
限られたスペースでも手軽に体験できるボッチャ。まずはやってみよう！



ボッチャとは…

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。
パラリンピック正式種目

仲間を呼びかけるには



- ◆ 社内グループメールの配信
- ◆ 社内掲示板への投稿 など

社内ソーシャルの活用が
大切になります

社内には少なからず以下のような人達があります。
そのような人をまずは一員に引き入れ社内ボッチャ体験を企画しましょう！



パラスポーツへの
興味がある人



CSRの向上を
したいと
思っている人



面白い企画を
社内でしたいと
思っている人

目安として、10～30人程度が進めやすいです。



Point! … 取組の目的・目標についてしっかり説明しましょう。
社内全体への発信は多くの方に知ってもらおうきっかけとなり、パラスポーツへの理解と関心を深めることによりコミュニケーション力の向上や新たな価値観が生まれます。

実際に体験をしてみよう！（ボッチャ体験について）②

ボッチャ用具をレンタルしよう

公益社団法人 東京都障害者スポーツ協会 (<https://tsadportal.com/tsad/concierge#concierge>) にて用具の貸出を行っております

ボッチャ簡易ルール

- ・まず最初に「ジャックボール(目標球)」と呼ばれる白いボールを投げ、それに向かって、交互に赤や青のボールを投げたり転がしたりする。ジャックボールに最も近いボールの方の選手やチームに得点が入る。ジャックボールに最短距離の相手のボールより近いボールの数だけ得点になる。
- ・1エンド6球で、個人戦とペアは4エンド、チーム戦(3対3)は6エンドの合計得点を競う。

-詳細ルールはこちらをご参照ください-

かんたん！ボッチャガイド（出典：公益財団法人 日本障がい者スポーツ協会）

https://www.jsad.or.jp/about/referenceroom_data/competition-guide_10.pdf

ボッチャコート(簡易版)をつくろう

図面参照

※BEYONDワークショップ実施時には、養生テープやマスキングテープを使用して、コートを作成しました。

