



公益財団法人日本パラスポーツ協会

公認パラスポーツ指導者資格

# JPSA OFFICIAL LICENSE



公益財団法人日本パラスポーツ協会は 1964 年のパラリンピック東京大会を契機に設立された、日本国内のパラスポーツの統括組織です  
<https://www.parasports.or.jp/>

# 公認パラスポーツ指導者とは？

公益財団法人日本パラスポーツ協会が資格認定している指導者で、6種類の資格を設けています。障がいの特性に応じたスポーツ活動の支援をするための専門的な技術を有し、パラスポーツの意義と価値を自覚し、地域の障がい者を運動やスポーツへと導くことが求められています。

## 資格を活かせる現場

- スポーツ関連施設(パラスポーツセンター、公共スポーツ施設、フィットネスクラブなど)
- スポーツ団体(パラスポーツ競技団体、スポーツ少年団など)
- 教育現場(小・中学校、高等学校、特別支援学校、特別支援学級など)
- 福祉施設、医療現場(障がい福祉サービス事業所、病院、リハビリテーションセンターなど)

詳細は当協会HP及び「公認パラスポーツ指導者制度冊子」をご覧ください。



## 初級パラスポーツ指導員

障がい者のスポーツ参加のきっかけ作りを支援します

健康や安全管理に配慮した活動を行い、スポーツをすることの喜びや楽しさを伝える役割を担います。地域の大会や教室の運営のサポートなどを通じて、一緒に楽しむことから始めましょう。

### 資格の取り方

- ① 地域で講習会を受講する  
全国各地で当協会が認定した講習会を開催しています。開催時期や申込期間などは各地で異なりますので、詳しくは開催地担当にお問い合わせください。
- ② パラスポーツ指導者の資格が取得できる「認定校制度」  
当協会より認定された大学・専門学校等で該当するカリキュラムを修了する（詳しくはP.7参照）。

### 受講条件

満18歳以上の方

開催一覧 ▶



### 申し込みから活動までの流れ



## 中級パラスポーツ指導員

専門的な知識と技術、経験に基づいた活動を提供します

地域のパラスポーツ活動におけるリーダーとして、スポーツ大会や行事において中心となって活動し、パラスポーツの普及・振興を支えます。

### 資格の取り方

受講対象の異なる以下5種の講習会を各地で開催しています。開催時期や申込期間などは各地で異なりますので、詳しくは開催地担当にお問い合わせください。

### 受講対象者の種類と条件

- ① 初級パラスポーツ指導員対象  
※以下の要件を満たすこと  
初級パラスポーツ指導員資格を取得後2年以上経過しており、80時間以上の活動経験を有している方
- ② (公財)日本スポーツ協会公認指導者対象  
(公財)日本スポーツ協会公認スポーツ指導者資格の保有者であり、初期登録から3年以上経過している方 ※コーチングアシスタント・スポーツリーダーを除く
- ③ 学校教員(保健体育)対象  
中学校または高等学校の教員免許状(保健体育)を所持しており、講習会を開催する地域ブロックにある学校に在勤の方
- ④ 日本理学療法士協会登録理学療法士対象  
(公社)日本理学療法士協会会員の方
- ⑤ 日本作業療法士協会登録作業療法士対象  
(一社)日本作業療法士協会会員の方

以下3資格の詳細はこちら ▶



## 上級パラスポーツ指導員

高度な専門知識と豊富な指導経験を持ち、パラスポーツの意義や価値を広く社会に伝えます

関係団体と積極的に連携を図り、大会やイベント等の企画運営をマネジメントするなど、地域のパラスポーツの普及・発展におけるキーパーソンとしての役割を担います。

### 資格の取り方

当協会が講習会を主催しています。開催時期や申込期間など、詳しくはHPをご確認ください。

### 受講条件

中級パラスポーツ指導員資格保持者のうち取得後3年以上経過しており、120時間以上の活動経験を有している方

開催一覧 ▶



## パラスポーツコーチ

### 役割

日本パラスポーツ協会、その他関係団体と連携し、各種競技別の強化・育成などを行います。また、パラリンピックをはじめとする国際大会に参加する選手団の監督、コーチとして活動する役割を担います。

### 受講条件 以下①②両方を満たす者

- ① 当協会公認の中級または上級パラスポーツ指導員資格の有資格者。
- ② 当協会登録競技団体に所属し、コーチとしての活動実績を有し、所属団体の推薦がある者。

## パラスポーツトレーナー

### 役割

障がい者のスポーツ活動に必要な安全管理および競技力の維持・向上の支援をするとともに、日本パラスポーツ協会、その他関係団体と連携し、障がい者の健康の維持、増進および競技力の向上などに寄与する役割を担います。

### 受講条件 以下①②いずれかの条件を満たす者

- ① 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナーの資格を有し、障がい者のスポーツ現場での活動実績があるもの。
- ② 理学療法士等当協会が定める国家資格を有し、日常的にその資格に関係した活動が2年以上ある方で、かつ当協会登録団体でのトレーナー活動を有し推薦がある者。

## パラスポーツ医

### 役割

障がい者のスポーツ・レクリエーション活動に必要な医学的管理および指導などの医学的支援をするとともに、日本パラスポーツ協会、その他関係団体と連携し、広くパラスポーツに対し医学的見地からの障がい者の健康の維持、増進および競技力の向上に寄与する役割を担います。

### 受講条件

日本の医師国家資格を有し、5年以上経過した者。



グループワーク

実技

実技

座学

## 指導者インタビュー

実際に指導者として活動されているみなさんへインタビューしました！



interview 01

## 初級 パラスポーツ指導員

神奈川県

松本 優依

所属：桐蔭横浜大学 スポーツ健康政策学部

Q. 資格を取得した理由は何ですか？

障がいのある親がいることから、障がいやパラスポーツには以前から関心がありました。大学生になり、ゼミやボランティア、障がい者スポーツ施設でのアルバイトを通じて、パラスポーツに触れる機会が多くなりました。その経験から、より専門的な知識を身に付けたいと思い資格を取得しました。

Q. 資格を取ってどのような活動をしていますか

講習会を通じて、自分の知らなかった世界を知ることができました。資格取得以前もボランティアなどに参加していましたが、より行動するようになり、全国障害者スポーツ大会の予選やスポーツセンターで行われるパラスポーツ体験交流会などの運営補助も行っています。また、大学の車いすバスケットボールチームの立ち上げにも関わり、マネジメントメンバーのリーダーとしても活動しています。

Q. パラスポーツ指導者としてのやりがいや喜びは何ですか？

これまでスポーツをする側でしたが、パラスポーツ指導員になってからは、運営側に携わるようになり、バリアフリーなど参加者のリスク管理に気付けるようになりました。それぞれの障がい特性に応じたサポートを通じて、新たにスポーツを始めるお子さんや幅広い年代の方々と一緒にスポーツの楽しさを共有できることは大きな喜びです。

interview 02

## 初級 パラスポーツ指導員

東京都

鈴木 亜弥子

元パラバドミントン選手/  
パラリンピックメダリスト (バドミントンシングルス SU5)

Q. 資格を取得した理由は何ですか？

私は右腕の肘と肩に機能障害があり、バンザイをすると手の平が肩ぐらいいまでしか上がらないため、バドミントンはこの障がいに応じた指導を受けていました。選手を引退後、とある特例子会社に勤務し、様々な障がいのある方々と仕事をする機会がありました。今までの選手としての経験を生かして、「スポーツがしたい」という方々のお役に立てないかと思ったときに、自分の障がい以外の知識が乏しいことに気づき、資格の取得を決めました。

Q. 資格を取ってどのような活動をしていますか

小学校などで、今までの経験を生かした指導を心掛けています。バドミントン以外のスポーツ指導はまだ難しい部分もありますが、現場にでることが好きなので、子供たちと一緒に色々なスポーツを楽しんでいます。また指導者としての経験は浅いのでまずは楽しむことを大切に、ほかのスポーツも指導できるように時間をみつけては練習しています。

Q. パラスポーツ指導者としてのやりがいや喜びは何ですか？

スポーツをする前は不安そうな顔をしている方もいらっしゃいますが、実際に体を動かすと笑顔になり、楽しみながらも真剣に取り組んでもらえたときです。楽しそうな表情や「楽しかった!」「またやりたい!」という言葉が言ってもらえたときに、スポーツ指導者としてのやりがいや喜びを感じます。



interview 05

## 中級 パラスポーツ指導員 (日本スポーツ協会公認指導者対象)

岐阜県

渡辺 靖代

所属：一般社団法人スポーツリンク白川  
(日本スポーツ協会公認クラブマネジャー)

Q. 資格を取得した理由は何ですか？

資格は岐阜県スポーツ協会からの紹介で知りました。これまでエアロビクスやダンス、ノルディック・ウォーキング、高齢者の体操の指導を主としてきましたが、今後も指導者としてより幅広い指導を行っていきたくらいと思い、この資格を取得しました。

Q. 資格を取ってどのような活動をしていますか

これまで怖さや不安があったのですが、講習会で、障がいの多様性や具体的な接し方を学ぶことができ、実際に指導したいと思うようになりました。それ以降、自身の受け持つ教室に加えて、福祉友愛アリーナ (障がい者スポーツセンター) に出向き、ダンスやモルック、地元の講座でポッチャの普及をしています。

Q. パラスポーツ指導者としてのやりがいや喜びは何ですか？

日常の補佐としてではなく、スポーツを通じて当事者の可能性を広げられることです。私は子どもたちと接する機会が多いのですが、障がいのあるお子さんたちとスポーツを通じてコミュニケーションが取れた時はやっぴり良かったと感じます。また交流事業を開催することで、障がい者と健常者が区分けされることなく、交わることができた瞬間に指導者としての喜びを感じます。



interview 03

## 中級 パラスポーツ指導員

鳥取県

上野 柊斗

所属：社会福祉法人養和会  
米子サン・アビリティーズ

Q. 資格を取得した理由は何ですか？

元々ポッチャの選手として様々なイベントに参加していましたが、他の参加者に教える際に、どうしたらより上手に、より楽しくできるのか考えるようになりました。そのためには障がいの特性や指導法を知る必要があり、この資格を取得することにしました。

Q. 資格を取ってどのような活動をしていますか

地域の公民館や学校などからの依頼に応じて、ポッチャの普及活動として教室を行っています。また、理学療法士の方と協力し、イベントの企画にも携わっています。参加者一人ひとりの特性に合わせて、自身の経験を交えた指導を心がけています。

Q. パラスポーツ指導者としてのやりがいや喜びは何ですか？

指導者になってからはこれまでの視点とは異なり、どうしたら参加者が楽しめるのか考えるようになりました。大人からの重みのある「ありがとう」も、子供からの純粋な「ありがとう」も、その言葉をいただくと、準備の段階を含めて、やってよかったと感じます。また、「できない」が「できる、できた」に変わった時の参加者の方の笑顔が見られた時にもやりがいと喜びを感じます。



interview 06

## 上級 パラスポーツ指導員

福井県

粒崎 幸夫

所属：粒崎幸夫税理士事務所

Q. 資格を取得した理由は何ですか？

元々マラソンが趣味で、ボランティアで伴走を行っていました。その活動をみた親戚からこの資格を教えてくださいました。それと同じ頃、学生に伴走を教える機会があり、指導するにあたりしっかりとした知識をつけたいと思い、受講を決めました。また、県内では上級の保有者が少なく、より自信をもって活動していくために上級を取得しました。

Q. 資格を取ってどのような活動をしていますか

現場に出ることは少なくなりましたが、講習会や研修会の講師として指導者の養成や育成に携わっています。上級になってからは、これまで以上に責任感が芽生え、最近では若手指導者向けのイベントなども企画しています。また、指導者協議会の会長としても他県とのつながりを意識して、コミュニケーションを大切にしています。

Q. パラスポーツ指導者としてのやりがいや喜びは何ですか？

「ありがとう」の一言に尽きます。指導者として活動する中で、一人ひとりの特性に応じた指導が必要になります。その際に感謝の言葉をいただく、人のために行動することの大切さを実感します。また、人のつながりも全国へと広がり、元々福祉やスポーツ業界ではありませんでしたが、パラスポーツ指導者となってから人生の幅が大きく広がりました。福祉やスポーツ業界の職業ではないからこそ、この資格を取得してほしいと思います。



# 指導者インタビュー

他の資格取得者の声はこちら▶



interview 07

## パラスポーツトレーナー

**秋田県 鈴木 郁美** 所属：医療法人社団健芯会ライフクリニック

Q. **資格を取得した理由を教えてください**

中級パラスポーツ指導員の講習会でパラスポーツの奥深さに感銘を受け、中級取得後も指導員として大会の運営に携わっていました。その後、高校生の時からトレーナーとして活動するという夢もあったことに加え、活動の中で、理学療法士の知識を生かした関わり方をしたいと感じ、取得を決めました。

Q. **資格を取ってどのような活動をしていますか**

ポッチャを中心に各種大会にトレーナーとして参加しています。競技特性と疾患特性を意識し、個々の評価を実施することで、リスク管理をしながらコンディショニングやトレーニングへとつながるように取り組んでいます。パラスポーツトレーナーの養成講習会で実施した、様々な座学や実技を通して、選手の意見も引き出しながら個々の選手と向き合えるようになったことが今に生きていてと感じます。また、当時一緒に受講した仲間とも情報交換しながら、活動や知識の輪を広げることができています。

Q. **パラスポーツ指導者としてのやりがいや喜びを教えてください**

結果につながることももちろん嬉しいですが、選手が自分の身体に向き合ってくれるようになるのはとても嬉しいです。特に重度の方はリハビリテーションの意識は高いのですが、アスリートとしてトレーニングをしている選手は少ない印象があり、そのような選手がレベルアップのためにトレーニングやコンディショニング管理に励んでくれるようになるのはトレーナーとしての大きなやりがいです。



interview 08

## パラスポーツコーチ

**東京都 岸本 太一** 所属：一般社団法人日本パラ水泳連盟

Q. **資格を取得した理由を教えてください**

2009年から特別支援学校に勤める傍ら、パラ水泳のハイパフォーマンス分野に携わる機会を頂きました。その後、本格的なトレーニング指導や選手の育成・強化活動のサポートを行うにあたって、競技団体の一員として責任を持って活動していくためにも社会的に認められた資格が必要と考え、2015年にパラスポーツコーチを取得しました。

Q. **資格を取ってどのような活動をしていますか**

2020年に教員を退職し、現在は日本パラ水泳連盟の専任コーチとして主に強化事業に携わりながら、日本代表チームの合宿や海外遠征に帯同しています。また、長期的な視点を持って持続的にパラ水泳選手の育成・強化をしていけるよう、「アスリート育成パスウェイのシステム構築事業」のプロジェクトも担当し、育成から強化へのつなぎ役としての役割も担っています。

Q. **パラスポーツ指導者としてのやりがいや喜びを教えてください**

パラリンピックを目指す4つの価値（勇気、強い意志、インスピレーション、公平）を感じながら選手の人生に付き合えることが、パラスポーツの指導者として大きなやりがいとなっています。選手一人一人の「SPECIAL NEEDS」を知り、目標に向かって共に励む時間がとても充実しています。そして、目指していた舞台と一緒に立てた時、目標を達成できた時に、大きな喜びと感謝の気持ちが溢れます。



interview 09

## パラスポーツ医

**大分県 黒木 洋美** 所属：大分中村病院 リハビリテーション科 日本パラスポーツ学会 理事

Q. **資格を取得した理由を教えてください**

研修医時代、患者さんや退院の方が車いすバスケや卓球をしている姿をよく見ていました。そこでリハビリテーションのあるべき姿を学びました。その後、様々な社会情勢により、「リハビリとしてスポーツをする」という概念が希薄化していると感じていました。障がいのある身体でも元気に活動し、人と集まる場作りとしてスポーツの力がある、そう考えてはいたものの、中々思うようにいきませんでした。そんな中東京パラリンピックが決まり、パラスポーツの機運が高まってきた中でこの資格を知り、再始動しようと思い取得するに至りました。

Q. **資格を取ってどのような活動をしていますか**

以前は業務の中でパラスポーツと接することは少なく、間接的な関わり方をしていました。その中でより本格的にパラスポーツに関わりたいと思い、現在の職場に就職しました。その後は、日々のリハビリとしての業務に加え「大分国際車いすマラソン」の医療統括をはじめ、様々な国際大会で帯同医や医療班としてサポートをしています。資格取得や当院のサポートもあり、パラスポーツの現場に身を置くことができています。

Q. **パラスポーツ指導者としてのやりがいや喜びを教えてください**

「リハビリテーション科医」がベースであるため、障がいのある方がスポーツを通じて、社会参加や機能維持・向上へとつながることが一番のやりがいです。車いすや義足を利用して、動けなかった人が思うように動けるようになる。チームスポーツを通じて、人と関わる楽しさを知る。このようなステージに導くために、年齢や障がい特性に応じたリハビリテーション（きっかけ作り）を大切にしています。今後もトップスポーツの支援だけでなく、障がいのある方が身近なスポーツを通じて生きがいを感じ、社会の一員としての自負を高められるように、医療面からサポートしていきたいです。



## Q&A よくある質問

Q.1 **講習会はいつ、どこで開催されますか？**

講習会は各地域、または関係団体で行っており、各講習会で開催時期や申し込み期間、受講対象者が異なります。詳しくは主催団体のHP等をご確認いただき、申し込みの手続きを行ってください。（当協会 HP でも随時講習会情報を掲載しています）

Q.2 **全くスポーツをやった事がないのですが受講できますか？**

もちろん受講できます。すでにスポーツ指導を仕事にしている方から、スポーツは苦手だけれど、スポーツ指導に関する知識を身に付けたいという方まで、それぞれのニーズにあった資格となっております。

Q.3 **資格取得後、活動するにはどうすれば良いですか？**

各都道府県にはパラスポーツの振興を進める団体として「パラスポーツ協会」、「パラスポーツ指導者協議会」などがあります。そのような関係団体から、活動の情報を取り入れ、イベントなどに積極的にご参加ください。障がいのある方のスポーツ活動の目的は様々です。目的に応じた支援・指導を心がけましょう。



## 会報誌「NO Limit」

公認パラスポーツ指導者には、当協会が定期的に発行する会報誌「NO Limit」にて情報を提供しています。「NO Limit」ではパラスポーツに関する情報や全国の活動の様子、地域とのつながりを把握することができます。

## 認定校制度 パラスポーツ指導者の資格が取れる学校があります！

認定校一覧▶



当協会では、大学や短大、専門学校の授業でパラスポーツについて学ぶことで、パラスポーツ指導者の資格が取得できる「認定校制度」を設けています。現在、全国で200校近い学校が認定校になっており、多くの学生が在学中、そして卒業後もパラスポーツの現場で活躍しています。パラスポーツを通じて地域や全国の仲間とつながり、指導者として活動しましょう！



すべての人が自分らしく  
スポーツを楽しむための  
サポートを



問い合わせ先

公益財団法人日本パラスポーツ協会  
スポーツ推進部  
TEL(代表)：03-5939-7021  
TEL(部直通)：03-5695-5420

 パラスポーツ指導者

発行日：2024年4月