

運動習慣定着支援事業

令和7年度実施施設募集中

【募集期間】令和7年4月18日（金）～5月8日（木）

運動の時間を
きちんと取りたいけど
何をやったら
いいんだろう？

正しい運動の知識を
身に付けて
効果的な運動に
取り組みたい！

体操や散歩のほかに
もっと利用者様が
楽しんで取り組める
運動ができれば…

その

運動に関するお悩み
解決します！



月に1回
運動の講師を派遣
（全8回）

利用者様に合わせて
楽しくできる
運動プログラム

実践による
職員様の運動指導
スキルアップ

事業にご参加いただいた施設職員様の声

職員主導で定期的に
運動を実施できる
ようになった

利用者様の普段とは
違う一面や可能性を
発見できた

体育館を使って
普段施設では
できない運動ができた

「運動習慣定着支援事業」の概要

- 障害のある方への運動指導を専門とする指導者を福祉施設に派遣し、利用者様の障害種別や程度に合わせた運動プログラムを実施します。(全8回)
- 施設内での自主的な運動継続をゴールに、職員様も一緒に運動プログラムに参加していただき、運動指導スキルの習得を目指します。
- 地域の中で運動をするきっかけづくりとして、地域のスポーツ施設の利用や、ボランティアとの協働も行います。

「運動習慣定着支援事業」の流れ

ヒアリング

福祉施設にお伺いし、運動する場所を確認するとともに、利用者様の障害特性や好きなこと・苦手なこと、運動の取組状況や課題、参加する職員様の人数等をお聞きます。(運動する場所は福祉施設内でなくともかまいません)
ヒアリングの内容をもとに今後実施する運動プログラムを企画・検討します。

福祉施設での運動

福祉施設に指導者を派遣し、利用者様の意欲や興味の対象、体の動きを確認しながら無理のない範囲で運動を始めます。
職員様も一緒に運動にご参加いただき、指導者のアドバイスのもと効果的な補助方法や声かけを実践していただきます。

スポーツ施設での運動

福祉施設内での運動に慣れてきたら、地域のスポーツ施設で運動します。広い場所を使って大きく動ける運動は、運動量の確保にもつながります。
将来的に運動プログラム以外でもスポーツ施設が使えるように、利用手続きについてもアドバイスします。

※1 事業実施にかかる経費(指導者派遣費用、施設使用料等)は都が負担いたします。

※2 スポーツ施設での運動の際には、移動のご協力をお願いいたします。

- オンライン説明会を4月25日(金)16時～17時に開催します
- 事業内容の説明や質疑応答を予定しておりますので、ぜひご参加ください
- 説明会へのお申し込みは下記のURL、または右側のQRコードからどうぞ
オンライン説明会申込サイト <https://rpi.co.jp/pj/250409/information.html>



募集概要

募集する施設

東京都内に所在地がある以下の障害福祉サービス事業所のうち、定期的な運動実施を希望する施設

- ・生活介護 ・自立訓練(生活訓練、機能訓練) ・就労移行支援 ・就労継続支援(B型)
- ・放課後等デイサービス ・児童発達支援

募集要項・申込書

本事業ウェブページに掲載しています。下記のURL、または右のQRコードからご覧ください。

応募サイト <https://rpi.co.jp/pj/250409/apply.html>



募集期間

令和7年4月18日(金)～ 令和7年5月8日(木)17時 必着

東京都 スポーツ推進本部 スポーツ総合推進部 バラスポーツ課

【事務局】株式会社アール・ビー・アイ

e-mail : adsp@rpi.co.jp TEL : 03-5212-3411

本事業に関するご質問やご相談がありましたらお気軽にご連絡ください

令和7年4月発行
登録番号(6)100号

リサイクル適性(A)

この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。