

# パラ陸上競技 - 日本記録 女子知的障がい

| 種目                | クラス | 記録                   | 風力   | 名前     | 所属                         | 年月日        | 大会名(場所)                  |
|-------------------|-----|----------------------|------|--------|----------------------------|------------|--------------------------|
| 100m              | T20 | 12.45                | +1.5 | 加藤 茜   | 野村不動産ライフ&スポーツ              | 2025.03.22 | 日体大競技会(神奈川・日体大健志台)       |
| 200m              | T20 | 26.55                | +1.6 | 加藤 茜   | 神奈川・個人                     | 2022.06.05 | 日本ID選手権(石川・西部緑地)         |
| 400m*             | T20 | 59.09                |      | 菅野 新菜  | 宮城・みやぎTFC                  | 2024.10.19 | 日本ID選手権(愛媛・愛媛県総合運動公園)    |
| 800m              | T20 | 2:17.16              |      | 古屋 杏樹  | 埼玉・彩tama                   | 2019.05.26 | 長距離・跳躍・投擲記録会(埼玉・上尾)      |
| 1500m*            | T20 | 4:35.12              |      | 古屋 杏樹  | 埼玉・彩tama                   | 2021.06.26 | 埼玉県選手権(埼玉・熊谷)            |
| 3000m             | T20 | 9:50.25              |      | 古屋 杏樹  | 埼玉・彩tama                   | 2021.06.05 | 平成国際大長距離競技会(埼玉・鴻巣)       |
| 5000m             | T20 | 17:23.4 <sub>9</sub> |      | 古屋 杏樹  | 埼玉・彩tama                   | 2021.11.06 | 平成国際大長距離競技会(埼玉・鴻巣)       |
| 10000m            | T20 | 36:38.3 <sub>9</sub> |      | 山本 萌恵子 | 愛知・愛知陸協                    | 2023.01.01 | 元旦長距離競技会(愛知・知多)          |
| 100mH<br>(0.838m) | T20 | 21.15                | +0.1 | 池崎 恵   | 東京・one's Para Athlete Club | 2023.05.04 | 流通経済大記録会(茨城・龍ヶ崎)         |
| 4×100mR           | T20 | 52.14                | 1走   | 鈴木 裕貴  | 日本代表                       | 2017.05.18 | INAS世界選手権(タイ・バンコク)       |
|                   |     |                      | 2走   | 岡部 蘭   |                            |            |                          |
|                   |     |                      | 3走   | 十代 茜   |                            |            |                          |
|                   |     |                      | 4走   | 川上 春菜  |                            |            |                          |
| 4×400mR           | T20 | 4:31.72              | 1走   | 田中 華子  | 日本代表                       | 2013.06.15 | INAS世界選手権(チェコ・プラハ)       |
|                   |     |                      | 2走   | 豊嶋 真樹子 |                            |            |                          |
|                   |     |                      | 3走   | 岩切 麻衣  |                            |            |                          |
|                   |     |                      | 4走   | 蒔田 沙弥香 |                            |            |                          |
| 走高跳               | T20 | 1m56                 |      | 酒井 かづみ | 群馬・若葉養護学校                  | 2003.06.08 | 日本ID選手権(大阪・長居第1)         |
| 走幅跳*              | T20 | 5m46                 | +1.7 | 酒井 園実  | 埼玉・ISFnet                  | 2024.09.28 | ジャパンパラ(香川・屋島レクザムフィールド)   |
| 砲丸投<br>(4.00kg)*  | F20 | 12m47                |      | 堀 玲那   | 岡山・ID岡山                    | 2023.11.11 | 日本ID選手権(香川・屋島レクザムフィールド)  |
| 円盤投<br>(1.00kg)   | F20 | 33m66                |      | 堀 玲那   | 岡山・ID岡山                    | 2024.10.20 | 日本ID選手権(愛媛・愛媛県総合運動公園)    |
| ハンマー投<br>(4.00kg) | F20 | 21m30                |      | 川口 穂菜美 | 神奈川・個人                     | 2022.06.05 | 日本ID選手権(石川・西部緑地)         |
| やり投<br>(600g)     | F20 | 41m84                |      | 堀 玲那   | WORLD-AC                   | 2025.04.12 | 岡山陸協記録会(岡山・岡山県陸上競技場)     |
| 10km              | T20 | 36:35                |      | 山本 萌恵子 | 愛知陸協                       | 2023.01.29 | 日本IDハーフマラソン選手権(東京・国立競技場) |
| ハーフマラソン           | T20 | 1:21:43              |      | 古屋 杏樹  | 埼玉・彩tama                   | 2022.01.30 | 大阪ハーフマラソン(大阪・大阪城公園)      |
| マラソン              | T20 | 3:06:15              |      | 山本 萌恵子 | 愛知陸協                       | 2025.03.09 | 名古屋ウィメンズ(愛知・名古屋ウィメンズ)    |

\*パラリンピック実施種目

2025/4/24更新版

※この日本記録一覧表におけるクラスT/F20は、国際知的障がい者スポーツ連盟(Virtus)ではII-Iに相当する知的障がいクラス。



WPA  
世界・アジア記録



Virtus  
世界記録 II-I



Virtus  
世界記録 II-2



新・タイ記録  
申請について

記録に関するお問い合わせは  
[record@para-ath.org](mailto:record@para-ath.org)

# パラ陸上競技 - 日本記録 女子知的障がい

| 種目              | クラス | 記 録     | 風力   | 名 前   | 所 属       | 年月日        | 大 会 名 (場 所)                    |
|-----------------|-----|---------|------|-------|-----------|------------|--------------------------------|
| 100m            | T20 | 15.93   | +1.9 | 山本 汐音 | 大阪・堺ファインズ | 2024.04.21 | 愛知パラF(愛知・一宮)                   |
| 200m            | T20 | 34.87   | -0.9 | 山本 汐音 | 大阪・堺ファインズ | 2023.09.02 | NAGASEカップ(東京・国立競技場)            |
| 400m            | T20 | 1:29.63 |      | 山本 汐音 | 大阪・堺ファインズ | 2024.06.08 | 日本パラ選手権(三重・伊勢)                 |
| 800m            | T20 | 4:18.00 |      | 林 杏頼  | F-STAR    | 2025.03.23 | 福岡県年度末記録会(福岡・博多の森補助)           |
| 1500m           | T20 |         |      |       |           |            |                                |
| 走幅跳             | T20 | 3m27    | +0.7 | 山本 汐音 | 大阪・堺ファインズ | 2024.10.19 | 日本ID選手権(愛媛・愛媛県総合運動公園)          |
| 砲丸投<br>(3.00kg) | F20 | 5m84    |      | 山本 汐音 | 大阪・堺ファインズ | 2023.06.07 | Virtus Global Games(フランス・ヴィシー) |
| 円盤投<br>(0.75kg) | F20 |         |      |       |           |            |                                |
| やり投<br>(400g)   | F20 | 10m90   |      | 山本 汐音 | 大阪・堺ファインズ | 2024.09.14 | アンリミテッドスポーツF(大阪・長居)            |

※この日本記録一覧表におけるクラスT/F20は、国際知的障がい者スポーツ連盟(Virtus)ではII-2に相当するダウン症クラス。2025/4/24更新版



WPA  
世界・アジア記録



Virtus  
世界記録 II-1



Virtus  
世界記録 II-2



新・タイ記録  
申請について

記録に関するお問い合わせは  
[record@para-ath.org](mailto:record@para-ath.org)