

堺市立健康福祉プラザ

スポーツセンターたより

堺市堺区旭ヶ丘中町4丁3番1号 TEL: 072-275-5029 FAX: 072-243-4545

第19回堺市障害者スポーツ大会がはじまります!!

競技日程



みなさま、
応援よろしくお祈いします!



月	日	曜日	実施競技	受付時間	開始式時間	実施場所(受付場所)		
5	5日	日・祝	陸上競技	9:30~10:00	10:00	大阪体育大学(競技場入口)		
	11日	土	ボッチャ	13:00~13:30	13:30	健康福祉プラザ 体育室(体育室前)		
	12日	日	水泳	9:30~10:30	10:30	健康福祉プラザ プール(スポーツセンター受付)		
	18日	土	卓球	9:30~10:00	10:00	健康福祉プラザ 体育室(体育室前)		
	19日	日	アーチェリー	12:00~12:30	12:30	浜寺公園 アーチェリー場(アーチェリー場)		
	25日	土	フライングディスク	12:00~13:00	13:00	大阪府立障がい交流センター ファインプラザ大阪(グラウンド)		
	26日	日	ボウリング	9:00~9:40	9:40	ラウンドワン堺駅前店(2階)		
8	11日	日・祝	ボッチャ	オープン団体競技	9:30~9:50	10:00	健康福祉プラザ 体育室(体育室前)	6月10日(月)申込締切
9	22日	日・祝	ふうせんバレーボール	オープン団体競技	9:30~9:50	10:00	健康福祉プラザ 体育室(体育室前)	7月22日(月)申込締切

団体競技 近畿地区予選会日程



競技名	障害種別	開催日	開催地：開催場所
バレーボール	精神	6月15日(土)	滋賀県:草津市立総合体育館
ソフトボール	知的	6月16日(日)	神戸市:北神戸田園スポーツ公園
バスケットボール	知的	6月8日(土)、9日(日)	大阪市:大阪市舞洲障がい者スポーツセンター アリーナ

個人競技は、「第23回全国障害者スポーツ大会」堺市代表選手の選考会を兼ねています。
※オープン競技・種目に出場される方は、全国障害者スポーツ大会への選考対象にはなりません。



第 11 回フライングディスク大会

3 月 20 日(水・祝) J-GREEN 堺



ディスクスタンス競技

飛距離を競います



アキュラシー競技

10 枚投げてゴールを通過した枚数を競います



第 11 回堺市立健康福祉プラザフライングディスク大会を開催しました。朝からあいにくの雨で、競技が始まる前から強風が吹き荒れる状況での開催となりました。

気温が低く、身体も動かしにくい中ではありましたが、選手の皆様は日頃の練習の成果を試されていました。また、参加者同士や役員、ボランティアの方々と交流されたりとそれぞれ大会を楽しんでおられました。

今年の大会運営も、大阪障がい者フライングディスク協会の皆様、プラザボランティアの皆様にご協力いただきました。

皆様、ありがとうございました。



堺市初級パラスポーツ指導員養成講習会報告



1月14日、21日、28日の3日間、健康福祉プラザにて初級パラスポーツ指導員養成講習会を開催し、12名の方に受講いただきました。

各障害の理解と共にスポーツ指導上の留意点や安全管理など、今後障害者スポーツに携わる上で基礎となる講義や実技を受講していただきました。今後、障害のある方へスポーツの楽しさ、喜びを伝えてくださることを願っています。

毎年1月に開催しておりますので、ご興味のある方はぜひお申込みください♪

スポーツ練習会の案内

6月にかけてスポーツ練習会を開催いたします！

競技経験者を問わず、初めての方もご参加いただける練習会です。一緒にスポーツを楽しみませんか？

No.	種目	開催日程	時間	申込締切日	場所	指導者	対象
1	水泳	6/1 (土)	14:15~15:45	5/18 (土)	健康福祉プラザ プール	スポーツセンター 指導員	小学4年生以上の 身体障害者手帳/療育手帳/ 精神障害者保健福祉手帳/ 自立支援医療受給者証/ 特定疾患医療受給者証または 特定医療費(指定難病)受給者証/ 小児慢性特定疾病医療受給者証/ 障害福祉サービス受給者証/ 特別支援学校在学証明書/ 特別支援学級在学証明書 所持者 (水泳・アーチェリーは中学生 以上の上記条件該当者)
2	一般卓球/ サウンドテニス	6/22 (土)	13:15~14:45	6/8 (土)	健康福祉プラザ 体育室/4階研修室	堺卓球協会	
3	フライングディスク	6/8 (土)	13:15~14:45	5/25 (土)	健康福祉プラザ 体育室	スポーツセンター 指導員	
4	アーチェリー	6/30 (日)	10:00~11:30	6/16 (日)	健康福祉プラザ 体育室	スポーツセンター 指導員	
5	ボッチャ	6/2 (日)	10:00~11:30	5/19 (日)	健康福祉プラザ 体育室	スポーツセンター 指導員	

【申込方法】健康福祉プラザホームページから申込書をダウンロード、またはスポーツセンターで配架していますので、必要事項をご記入の上、下記の申込先に直接または郵送、FAXでお申込ください。

【問合せ先】堺市立健康福祉プラザ スポーツセンター (TEL)072-275-5029 (FAX)072-243-4545

第1回スポーツ教室の案内

個々に合わせて指導員が丁寧に指導いたします。初めての方も大歓迎です！

※申込多数の為、抽選になった場合は、初めて参加される方を優先させていただきます。ご了承ください。

《対象者詳細》

- ①身体障害者手帳所持者 ②療育手帳所持者 ③精神障害者保健福祉手帳所持者 ④自立支援医療受給者証所持者
- ⑤特定疾患医療受給者証所持者または特定医療費(指定難病)受給者証所持者 ⑥小児慢性特定疾病医療受給者証所持者
- ⑦3歳～未就学児 ⑧障害福祉サービス受給者証所持者 ⑨特別支援学級・学校在学証明書所持者

教室名	参加対象者	曜日	時間	受付開始時間	日程	定員	場所	申込締切
1 キッズ体操(親子)	⑦と保護者等	木	15:30～16:15	15:15～	5/2、9、16、23、30	5組	体育室	5/18(土)
2 リラックスヨガ	15歳以上の方などでも(中学生を除く)	水	11:00～12:00	10:45～	5/8、15、22、29 6/5、12、19、26	40名		
3 ジュニアスイム(身体Ⅰ)	①・⑤・⑥・⑧・⑨(身体)のいずれかを所持する小学1～3年生と保護者等、または小学4年生～中学生(介助が必要な方は保護者等同伴)	水	17:15～18:15	17:00～	5/8、15、22、29	10名	プール	
4 ふうせんハレーボール	15歳以上の方などでも(中学生を除く)	月	13:45～14:45	13:30～	5/20、27、6/3、10	24名	体育室	
5 ジュニアスイム(知的Ⅱ)	②・③・④・⑧・⑨(知的)のいずれかを所持する小学1～3年生と保護者等、または小学4年生～中学生(介助が必要な方は保護者等同伴)	金	17:15～18:15	17:00～	5/24、6/14、21、28	10名	プール	
6 コンディショニング水泳	①・⑤で身体に何らかの麻痺がある(介助が必要な方は保護者等同伴)	土	11:00～12:00	10:45～	6/1、8、15、22、29 7/6、13、20	5組	プール	
7 ジュニアスイム(身体Ⅱ)	①・⑤・⑥・⑧・⑨(身体)のいずれかを所持する小学1～3年生と保護者等、または小学4年生～中学生(介助が必要な方は保護者等同伴)	水	17:15～18:15	17:00～	6/5、12、19、26	10名		

定員に達していない場合、お申込みいただけます。詳しくは、直接スポーツセンター受付またはお電話でお問い合わせください。

【申込方法】健康福祉プラザホームページから申込書をダウンロード、またはスポーツセンターで配架していますので、必要事項をご記入の上、下記の申込先に直接または郵送、FAXでお申込ください。

【問合せ先】堺市立健康福祉プラザ スポーツセンター (TEL)072-275-5029 (FAX)072-243-4545

プログラムに参加してみませんか？

プールや体育室でご参加いただけるプログラムをご用意しています。指導員と一緒に楽しく身体を動かしませんか？

対象は16歳以上の方です。詳しい内容は、健康福祉プラザホームページ、チラシをご確認ください。

	プログラム名	曜日	時間	場所	開催日
プールプログラム	アクアピクス	水曜日	13:30～14:00	健康福祉プラザ プール	※毎週ではありませんので、詳しくは健康福祉プラザホームページまたはチラシをご確認ください。
	らくらく水中ウォーキング	木曜日	10:30～11:00		
	種目別スイムレッスン	木曜日	13:15～14:00		
	ワンポイントレッスン	水曜日	12:00～12:30		
		日曜日	17:15～17:45		
アスリートプログラム	日曜日	16:00～17:00			
トレーニングプログラム	やさしいストレッチポール	月曜日	13:15～13:35	健康福祉プラザ 体育室	※講習会受講必須
	すっきり体操	木曜日	9:30～9:50		
	かんたんエアロ	金曜日	11:15～11:45		

令和6年度 5月～6月カレンダー

5月							6月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4							1
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22
26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29
							30						

※5日(日)堺市障害者スポーツ大会 陸上競技開催のため休館
 ※12日(日)堺市障害者スポーツ大会 水泳競技開催
 ※暴風警報、大雨特別警報、暴風特別警報発令の場合は、臨時休館になります。
 ※閉館日、開館時間が一部変更になることがあります。

☆ 今年度もみなさまのご利用をお待ちしております ☆

指定管理者：堺市社会福祉事業団 堺障害者団体連合会 フィットネス21事業団 共同事業体