

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 TEL072-275-5029 fax072-243-4545



あけましておめでとうございます
本年もよろしく願い申し上げます



しあがれ

所長 谷口 明



謹んで新年のお慶びを申し上げます。

旧年中は、スポーツセンターをご利用いただきありがとうございました。また、事業開催にあたりましては関係の団体やボランティアの皆様にご多大なご力添えをいただいておりますことに感謝申し上げます。

昨年は、新型コロナウイルスの影響を受け、東京オリンピック・パラリンピックや全国障害者スポーツ大会「燃ゆる感動がこしま大会」の延期、堺市障害者スポーツ大会が残念ながら中止になり、スポーツ界も大きな影響を受けました。現在もまだ新型コロナウイルスの問題は収束していませんが、スポーツセンターを安全・安心にご利用いただけるよう、消毒や換気を徹底し、利用環境の整備に努めてまいります。また、健康づくりやスポーツの楽しさを伝え、障害のある方がスポーツをする機会を増やすことができるよう取り組んでいきます。

今年も職員一同、一丸となり地域の皆様へ運動やスポーツ等の提供と、積極的な情報発信に努めてまいります。

本年もどうぞよろしく願いいたします。

2021年 1月



施設利用についてのご案内

- ◆開館時間：9：00～17：30（体育室の団体利用を除く）
- ◆当面の間の利用時間等（プール・トレーニング室）について

時間	トレーニング室の定員	プールの定員
① 9:00～11:00	15名	50名
② 12:00～14:00	15名	50名
③ 15:00～17:00	15名	50名

※現在も引き続き、事前予約制となっております。
ご利用の際は電話・FAX、またはスポーツセンター受付にてご予約ください。詳細につきましてはお問合せください。

お問合せ先

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

◆体育室（個人利用）のご利用について

現在、右記の時間帯において事前予約制の競技別で体育室（個人利用）の利用を再開しております。ご利用いただける日、時間帯、定員等が決まっておりますので、詳細につきましてはスポーツセンターまでお問合せください。

個人利用

午 前:9:00～11:00
午 後 ①:13:00～15:00
午 後 ②:15:15～17:15
夜 間:当面の間、ご利用できません。

◆申込方法：電話、FAX、またはスポーツセンター受付で予約可能です。先着順となります。

※一度にご予約いただける回数は1回です。プール、トレーニング室、体育室のどれか1回のみとなります。利用終了後に次回のご予約をお取りいただけます。

◆体育室（団体利用）のご利用について

現在、右記の時間帯で団体利用を再開しております。

団体利用

午 前:9:00～12:00
午 後 ①:13:00～15:00
午 後 ②:15:15～17:15
夜 間:18:00～21:00

◆利用方法

団体利用を希望する場合は、『健康福祉センター専用利用（団体利用）申請書兼利用料減免申請書』を記入の上、スポーツセンター受付にてお申込みください。（電話予約はできません。）
※利用方法や利用料金等について、堺市立健康福祉プラザのホームページ内に記載しておりますので、ご確認ください。

第9回水泳記録会 規模縮小で開催しました

11月23日（月・祝）に第9回水泳記録会を開催しました。この記録会は、日頃の練習の成果を発揮していただく機会として、また、水泳を通して年齢や障害を超えて交流していただくことを目的としております。今年は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、規模を縮小して開催しましたが、皆様の力泳を拝見でき、大変嬉しく感じております。

運営には、プラザボランティアの皆様にご協力いただき、スムーズに進行することができました。

これからも、より多くの方に水泳の楽しさを知っていただき生涯スポーツとして水泳に親しんでいただけるよう、また、安心して事業にご参加いただけるよう感染症対策を実施しながら事業を開催してまいります。



「障害者週間」フェスティバル 「ビデオレッスン（フォームチェック）」を開催しました！

12月4日（金）に「ビデオレッスン（フォームチェック）」を開催しました。

参加された皆様は、ご自身で気になる泳ぎのフォームを確認し、改善等に取り組まれていました！

新型コロナウイルス感染症拡大防止策として、少人数制での開催となりましたが、皆様の希望内容に沿って、アットホームな雰囲気で開催することができました。



「自分の泳いでいる姿を見て、改善点がよく分かった」、
「初めて自分の泳いでいる姿をみれて嬉しかった」などの
お声をいただきました♪

令和2年度 堺市障害者スポーツ大会へ向けた練習会

新型コロナウイルス感染症拡大防止対策を実施し、開催時間の短縮、また各練習会において定員を設定し事前申込での開催となります。皆様に安全かつ安心してスポーツに親しんでいただくための取り組みにご理解・ご協力の程、よろしくお願いいたします。

※情報保障が必要な場合は、スポーツセンターで対応いたします。

※新型コロナウイルス感染症拡大状況によって、中止になる場合がございます。

陸上

2月14日（日）投てき競技
 申込締切：1月31日（日）
 時間：13:30～15:00
 会場：ファインプラザ大阪
 2月21日（日）走・跳躍競技
 申込締切：2月7日（日）
 時間：10:00～12:00
 会場：金岡公園陸上競技場
 対象：小学4年生以上の①～⑨



水泳

3月6日（土）
 申込締切：2月20日（土）
 時間：14:15～15:45
 会場：プール
 対象：小学4年生以上の①～⑨



アーチェリー

3月21日（日）
 申込締切：3月7日（日）
 時間：9:30～11:30
 会場：浜寺公園アーチェリー場
 対象：中学生以上の①～⑨
 （※ご自身で弓をお持ちの方）



フライングディスク

2月27日（土）
 申込締切：2月13日（土）
 時間：9:30～11:30
 会場：ファインプラザ大阪
 対象：小学4年生以上の①～⑨



ボウリング

2月28日（日）
 申込締切：2月14日（日）
 時間：14:00～16:00
 会場：ラウトワ堺駅前店
 対象：小学4年生以上の①～⑨



バスケットボール

3月21日（日）
 申込締切：3月7日（日）
 時間：9:30～11:30
 会場：体育室
 対象：中学生以上の②③④



卓球/サウンドテーブルテニス・卓球交流会

3月27日（土）
 申込締切：3月13日（土）
 時間：13:15～16:00
 会場：体育室・研修室
 対象：小学4年生以上の①～⑨



バレーボール

3月4日（木）
 申込締切：2月18日（木）
 時間：13:30～16:00
 会場：体育室
 対象：中学生以上の②③④
 ※ソフトバレーボールを使用します



ボッチャ

3月7日（日）
 申込締切：2月21日（日）
 時間：10:00～11:00
 場所：体育室
 対象：小学4年生以上の①～⑨



ソフトボール

3月13日（土）
 申込締切：2月27日（土）
 時間：13:00～16:00
 会場：ファインプラザ大阪
 対象：中学生以上の②③④



<参加対象者>

- ① 身体障害者手帳所持者
- ② 療育手帳所持者
- ③ 精神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
- ⑥ 特定医療費（指定難病）医療受給者証所持者
- ⑦ 小児慢性特定疾病医療受給者証
- ⑧ 障害福祉サービス受給者証所持者
- ⑨ 特別支援学校（学級）在籍証明書所持者

※写真は令和元年度に実施した練習会の様子です。

「かんたんスポーツ」に参加してみませんか？

スポーツセンターでは様々なスポーツに親しみ、楽しみながら挑戦していただけるよう、ストレッチや軽スポーツなどをご紹介します😊「かんたんスポーツ」では、障害の有無に関わらず、どなたでもご参加いただけるプログラムとなっております。

“ご自身のできる範囲で” 楽しくスポーツに取り組んでみませんか？
みなさまのお越しをお待ちしております♪

障害のない方（介助者を除く）は、施設利用料（大人 500 円、小人 250 円）をお支払いいただきます。

11/8（日）に行った「空手体操」の様子です。
参加された皆さんは熱心に取り組まれ、様々な空手道の動作で頭と身体をたくさん動かしました！



★☆次回のかんたんスポーツは・・・

2/14（日）13:15～14:15「館内ウォークラリー」です！

事前予約制となっておりますので、参加ご希望の方やご不明な点につきましては下記までお問合せください。

TEL：072-275-5029 FAX：072-243-4545

※動きやすい服装（ジーンズ・スカート禁止）・室内用シューズが必要です。



令和2年度 スポーツ教室のご案内



スポーツ教室に参加ご希望の方は、所定の申込用紙にて申込みが必要です。
現在、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、開催時間の短縮と定員を縮小しております。
詳細につきましては、スポーツセンターまでお問合せください。

（TEL：072-275-5029 FAX：072-243-4545）

※情報保障が必要な場合は、スポーツセンターで対応いたします。

※今後の新型コロナウイルス感染症拡大状況によっては、中止になる場合があります。

《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
- ⑦3歳～未就学児

教室名	参加対象者	時間	曜日	日程	定員	場所	申込締切
キッズ体操 （親子）	⑦と保護者等	15:30 ～ 16:15	木	2/4・2/18・2/25	3組	体育室	1/21 （木）
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）	17:00 ～ 17:45	水	【前期】 2/3・10・17	6名	プール	
ジュニアスイム （身体Ⅱ）		17:00 ～ 17:45	水	【後期】 3/3・10・17	6名		
ジュニアスイム （知的Ⅰ）	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）	17:00 ～ 17:45	金	【前期】 2/5・12・19	6名		
ジュニアスイム （知的Ⅱ）		17:00 ～ 17:45	金	【後期】 2/26・3/5・12	6名		
ふうせん バレーボール	15歳以上の方どなたでも （中学生を除く）	13:45 ～ 14:45	月	2/15・22・3/1・8	12名	体育室	