


第19回全国障害者スポーツ大会「いきいき茨城ゆめ大会」堺市選手団強化練習会

10月に開催される全国障害者スポーツ大会に向けて、代表選手が監督・コーチと共に練習を行います。
皆さんも一緒に練習を行い、次回大会に向けて競技力を向上させませんか？（スポーツ練習会を兼ねる競技があります）

No.	種目	日程	曜日	時間	場所	指導者 (協力団体)	対象者
1	陸上	7月21日	日	9:00~	金岡公園 陸上競技場	堺市陸上競技協会	 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 （アーチェリーは中学生以上の 上記条件該当者）
		9月8日	日	12:00			
		9月22日	日	13:00~ 16:00			
2	水泳	9月7日	土	14:00~ 16:00	健康福祉プラザ プール	一般財団法人 大阪水泳協会	
3	一般卓球/ サウトテーブルテニス	7月13日 (スポーツ練習会を兼ねます)	土	13:15~ 14:45	健康福祉プラザ 体育室/4階研修室	堺卓球協会	
		8月17日 (スポーツ練習会を兼ねます)					
		9月28日 (スポーツ練習会を兼ねます)					
4	フライングディスク	7月21日	日	9:00~	金岡公園 陸上競技場	大阪障がい者 フライングディスク 協会	
		9月8日		12:00			
		9月22日		13:00~ 16:00			
5	ボウリング	7月20日	土	10:00~ 12:00	ラウンドワン 泉北店	大阪府 ボウリング連盟	
		8月31日					
		9月28日					
6	アーチェリー	9月16日	月祝	9:30~ 11:30	ファインプラザ大阪 アーチェリー場	大阪府 アーチェリー連盟	

令和元年度 スポーツ練習会【7月~9月】

スポーツを通してたくさんの方と交流を深めましょう。はじめての方もぜひご参加ください。（強化練習会を兼ねる競技があります）

No.	種目	日程	曜日	時間	場所	指導者 (協力団体)	対象者
1	陸上 (中長距離)	7月17日	水	18:30~ 20:00	堺市立健康福祉 プラザ周辺	全国障害者スポーツ大会 監督・コーチ	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 （陸上・水泳・アーチェリーは 中学生以上の上記条件該当者）
		9月18日					
2	水泳	7月6日	土	14:15~ 15:45	健康福祉プラザ プール	スポーツセンター指導員	
		8月3日					
3	フライングディスク	7月13日	土	10:00~ 11:30	健康福祉プラザ 体育室	スポーツセンター指導員	
		8月17日					
		9月14日					
4	アーチェリー	8月18日	日	10:00~ 11:30	健康福祉プラザ 体育室	大阪府アーチェリー連盟 スポーツセンター指導員	
5	ボッチャ	7月7日	日	10:00~ 11:30	健康福祉プラザ 体育室	スポーツセンター指導員	小学4年生以上の方 (障害のない方もお申込み いただけます)
		8月4日					
		9月1日					



申込方法は裏面をご覧ください



申込方法 所定の「申込書」に必要事項を記入のうえ、下記の【申込先】に直接または郵送、FAXでお申し込みください。

【申込先】 堺市立健康福祉プラザスポーツセンター
〒590-0808 堺市堺区旭ヶ丘中町4丁3番1号
TEL 072-275-5029 FAX 072-243-4545

【申込締切】原則として各開催日の**1週間前**まで。
ただし、ボウリング強化練習会は各開催日の**10日前**までにお申し込みください。

- 参加費
- ボウリング練習会は参加費500円が必要です。シューズが必要な方は別途370円ご準備ください。当日2階のエレベーター付近に設置する練習会受付場所でお支払ください。
 - 障がいのない方でポッチャ練習会に参加される場合は、施設利用料が必要です。体育室利用料（大人500円、小人250円）
 - その他練習会は無料です。

- 受付
- 各開催時間の15分前から受付を開始します。3枚目の各会場へのアクセスに、受付場所を記載していますのでご確認ください。

【スポーツセンターで開催の練習会】

水泳練習会はスポーツセンター地下1階の受付へ。その他の練習会は体育室へお集まりください。
(更衣ロッカーを必要とされる方は、地下1階のスポーツセンター受付にてロッカーキーをお渡しいたします。)

その他 各練習会について

練習会	内容
陸上強化練習会 フライングディスク強化練習会 7/21 9/8 9/22	雨天決行。他選手団と同じ会場で練習会を行います。
ボウリング強化練習会 7/20 8/31 9/28	知的障害のある中学生以上の方は、デュアルレーン方式（フレームごとに左右の2つのレーンを移動し交互に投球する方法）で3ゲーム練習します。 その他の方は、シングルレーン方式（1つのレーンを使用して投げる方法）で3ゲーム練習しますが、デュアルレーン方式を希望される方は申込用紙に記入してください。
アーチェリー強化練習会 9/16	雨天決行。
陸上（中長距離） 7/17 9/18	体育室でウォーミングアップを行いますので、室内用シューズをお持ちください。 雨天の場合は、体育室内で行います。

- 体育室で開催する練習会は運動しやすい服装と、室内用シューズを必ずお持ちください。
- 参加者の傷害保険は主催者で加入します。怪我等の場合は応急処置のみとし、その後の責任は負いません。
- 介護の必要な方は介護者同伴でご参加ください。

本事業にて主催者が撮影した写真・映像については、個人情報保護関係法令を遵守し、本事業への参加調節事務及び当センターの情報誌・ホームページ等の掲載のみに使用し、それ以外の目的には使用いたしません。



各会場へのアクセス

ラウンドワン泉北店

住所：大阪府堺市南区原山台1丁目14番2号

■来場方法

泉北高速鉄道「梅・美木多」駅から徒歩10分

《泉北高速鉄道 梅・美木多駅～バス》

南側ターミナル 2番乗り場「原山台回り」乗車



⇒約2分 1つ目「原山台口」停留所下車

⇒泉北高速鉄道線路高架方面へ約300m

(片道運賃目安・・・大人220円 小児110円)

《泉北高速鉄道 泉ヶ丘駅～バス》

南側ターミナル2番乗り場「畑」行き、「鉢ヶ峰」行き乗車

⇒約10分 6つ目「豊田南」停留所下車⇒泉北郵便局方面へ約300m

(片道運賃目安・・・大人240円 小児120円)

■受付場所：2階のエレベーター付近



金岡公園陸上競技場

住所：堺市北区長曾根町1179-18

■来場方法

《車》 お車でお越しの方は、障害者手帳を提示すると
駐車料金は終日無料になります。



《地下鉄御堂筋線～徒歩》



大阪市営地下鉄御堂筋線 新金岡駅下車

→《徒歩》 4番出口 西へ約1km 約10分

■受付場所：陸上競技場内北役員室



ファインプラザ大阪

住所：大阪府堺市南城区山台5丁目1番2号

■来場方法

《車》
障害者やその介護者の方は、
障害者手帳を提示すると駐車料金は免除になります。

《泉北高速鉄道～徒歩》

泉北高速鉄道「光明池」駅下車→南南東に徒歩20分

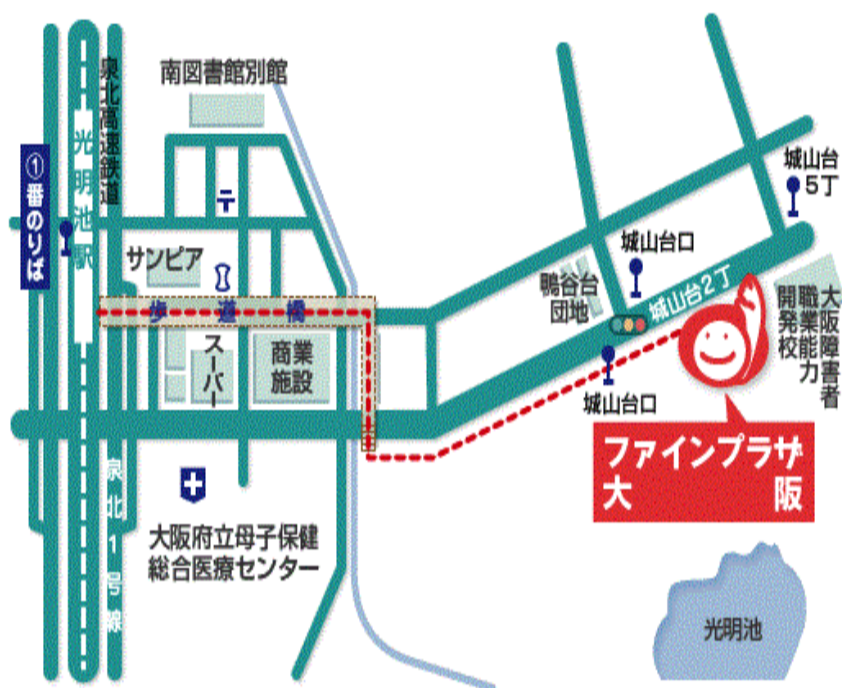
《南海バス～徒歩》

6番のりばから「光明池車庫」行き・「泉大津駅前」行き

または、7番のりばから「みずき台」行き乗車

→「城山台口」または「城山台5丁」バス停下車→徒歩 約200メートル

■受付場所：ファインプラザ大阪 アーチェリー場



堺市立健康福祉プラザ

住所：堺市堺区旭ヶ丘中町4丁目3-1

TEL：072-275-5029

FAX：072-243-4545

■来場方法：お車でお越しの方は、障害者手帳を提示する駐車料金は終日無料になります。

《JR 阪和線～徒歩》

OJR 阪和線 「百舌鳥」駅 下車 → 西へ 1.4 km (徒歩15分)

OJR 阪和線 「上野芝」駅 下車 → 北西へ 1.3 km (徒歩15分)

《南海バス～徒歩》

堺東駅→南海バス

① バス乗り場の9番10番11番のりば
→「塩穴通り」下車 →徒歩10分

② 10番のりば 「宮山台経由 泉ヶ丘行」
→「旭ヶ丘」下車

☆1番近いバス停へ停まります。



★★ スポーツ練習会についてのお問い合わせはスポーツセンターまでお願いします ★★

令和元年度 【7月～9月】スポーツ練習会 / 堺市選手団強化練習会 申込書

スポーツセンターカード	(No. _____) ・ 無
フリガナ	
氏名	

※スポーツセンターへの登録がお済みでない方は、下記の情報をご記入ください。(練習会開催日までに申請お願いします。)

※案内用紙をご確認のうえ、参加を希望される事業の日付に○印をご記入ください。(複数選択可)

電話	FAX	性別	年齢
		男 ・ 女	歳
障害名	(_____) 手帳 (_____) 級 / A ・ B1 ・ B2		
受給者証	自立支援医療受給者証所持者 ・ 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 ・ 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		
在学証明書	特別支援学校在学証明書 ・ 特別支援学級在学証明書		

堺市選手団強化練習会				
No	種目	日程		
		7月	8月	9月
1	陸上	21日		8日 22日
2	水泳			7日
3	一般卓球/ サウト テーブルニス	13日	17日	28日
4	フライングディスク	21日		8日 22日
5	ボウリング	20日	31日	28日
6	アーチェリー			16日

陸上練習会
(○印をつけてください)
希望種目
(短距離 ・ 中長距離 ・ 跳躍競技 ・ 投擲競技)

水泳練習会
(○印をつけてください) 自己ベストタイム
25m泳ぐことが _____ 25m
(できる ・ できない) (_____ 秒)
50m泳ぐことが _____ 50m
(できる ・ できない) (_____ 秒)

アーチェリー練習会
(○印をつけてください)
弓具が (ある ・ ない)
練習したことが (ある ・ ない)

ボウリング練習会
(○印をつけてください)
堺市障害者スポーツ大会に出場したこと
(ある ・ ない)
シューズをレンタル
(する ・ しない)
練習方法
デュアルレーン方式 ・ シングルレーン方式
レーンを移動して _____ 1つのレーンで
投げる方法 _____ 投げる方法
1ゲームアベレージスコア (_____)

参加される練習会のアンケートにご記入ください

スポーツ練習会				
※一般卓球/サウト テーブルニスは強化練習会を兼ねますので、強化練習会の日程に印をつけてください。				
No	種目	日程		
		7月	8月	9月
1	陸上(中長距離)	17日		18日
2	水泳	6日	3日	
3	フライングディスク	13日	17日	14日
4	アーチェリー		18日	
5	ボッチャ	7日	4日	1日

チェック欄

- 本事業にて主催者が撮影した写真・映像については、当センター情報誌、ホームページ等に記載することがあります。
- ご記入いただいた内容は、個人情報保護関係法令を遵守し、事業への参加調整事務のみに使用し、それ以外の目的には使用いたしません。

令和 _____ 年 _____ 月 _____ 日 上記の通り、申し込みます。

堺市立健康福祉プラザ スポーツセンター行 FAX 072-243-4545

PC入力	受付