

令和2年度 第16回堺市障害者スポーツ大会へ向けた練習会/スポーツ練習会 【1月～3月】

障害者スポーツ競技の練習会と、第16回堺市障害者スポーツ大会に向けた練習会を開催します。

スポーツを通してたくさんの方と交流を深めましょう。初めての方もぜひご参加ください!!

※今後の新型コロナウイルス感染症拡大状況によっては、中止となる場合がございます。



第16回堺市障害者スポーツ大会に向けた練習会【2月～3月】

第16回堺市障害者スポーツ大会に向けて、練習会を行います。皆さんも一緒に大会に向けて練習しませんか？

No.	種目	開催日程	時間	申込締切日	定員	場所	指導者	対象者
1	陸上 (走競技・跳躍競技)	2/21 (日)	10:00～ 12:00	2/7 (日)	20名	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)
2	陸上 (投てき競技)	2/14 (日)	13:30～ 15:00	1/31 (日)	10名	ファインプラザ大阪 グラウンド	堺市陸上競技協会	
3	水泳	3/6 (土)	14:15～ 15:45	2/20 (土)	20名	健康福祉プラザ プール	一般財団法人 大阪水泳協会	
4	卓球/ サウト テーブルテニス (スポーツ練習会を兼ねます)	3/27 (土)	13:15～ 14:15	3/13 (土)	一般卓球 30名 STT 8名	健康福祉プラザ 体育室/ 4階研修室	堺卓球協会	
	卓球交流会		14:45～ 16:00					
5	フライングディスク	2/27 (土)	9:30～ 11:30	2/13 (土)	20名	ファインプラザ大阪 グラウンド	大阪障がい者 フライングディスク協会	
6	アーチェリー (ご自身で弓具を お持ちの方)	3/21 (日)	9:30～ 11:30	3/7 (日)	5名	浜寺公園 アーチェリー場	大阪府アーチェリー 連盟	
7	ボウリング	2/28 (日)	14:00～ 16:00	2/14 (日)	15名	ラウンドワン 堺駅前店	大阪府ボウリング 連盟	
8	ボッチャ	3/7 (日)	10:00～ 11:00	2/21 (日)	12名	健康福祉プラザ 体育室	大阪ボッチャ協会	

スポーツ練習会【1月～3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。初めての方もぜひご参加ください!!

No.	種目	開催日程	時間	申込締切日	定員	場所	指導者	対象者
1	陸上 (走競技・跳躍競技・砲丸)	3/14 (日)	10:00～ 12:00	2/28 (日)	20名	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 (陸上(中長距離)・水泳・ アーチェリーは 中学生以上の上記条件該当者)
2	陸上 (中長距離)	1/11 (月・祝)	10:00～ 12:00	12/28 (月)	各10名	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	
		2/11 (木・祝)		1/28 (木)				
3	水泳	1/9 (土)	14:00～ 14:50	12/26 (土)	各10名	健康福祉プラザ プール	スポーツセンター 指導員	
		2/6 (土)		1/23 (土)				
4	卓球/ サウト テーブルテニス	1/23 (土)	13:15～ 14:15	1/9 (土)	一般卓球 各20名 STT 各4名	健康福祉プラザ 体育室/ 4階研修室	堺卓球協会	
		2/13 (土)		1/30 (土)				
5	フライングディスク	1/16 (土)	13:15～ 14:15	1/4 (月)	各15名	健康福祉プラザ 体育室	スポーツセンター 指導員	
		3/13 (土)		2/27 (土)				
6	アーチェリー (ご自身で弓具を お持ちの方)	1/31 (日)	10:00～ 11:00	1/17 (日)	各5名	健康福祉プラザ 体育室	スポーツセンター 指導員	
		2/28 (日)		2/14 (日)				
7	ボウリング	1/30 (土)	14:00～ 16:00	1/16 (土)	15名	ラウンドワン 堺駅前店	大阪府ボウリング 連盟	
8	ボッチャ	2/7 (日)	10:00～ 11:00	1/24 (日)	12名	健康福祉プラザ 体育室	大阪ボッチャ協会	

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**2週間前まで**。
今後の新型コロナウイルス感染症拡大状況によっては、中止となることが
ございます。中止となった場合は、申込者全員にご連絡いたします。

- 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390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。
 - 障害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分前より受付を開始します。堺市立健康福祉プラザ外で実施する練習会の受付場所は2枚目のアクセス表をご覧ください。

【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で行います。
(新型コロナウイルス感染症予防のため、水泳練習会以外の種目ではロッカーキーの貸出を行っておりません。)

【陸上練習会(2/14・2/21・3/14分) 金岡公園陸上競技場・ファインプラザ大阪】

金岡公園陸上競技場は北役員室、ファインプラザ大阪はグラウンドで受付を行います。

【フライングディスク練習会(2/27分) ファインプラザ大阪】

グラウンドで受付を行います。

【ボウリング練習会(1/30・2/28分) ラウンドワン堺駅前店】

ボウリング場 2階のフロント前で行います。

その他 練習会についての連絡事項

練習会	内容
陸上練習会 (走競技・跳躍競技) 2月21日(日)	雨天決行。
陸上練習会(投てき競技) 2月14日(日)	雨天決行。 車でお越しの方は、門を入れてすぐ右側のグラウンドに駐車してください。バイク、自転車でお越しの方は駐輪場に置いてください。 ファインプラザ大阪の陸上練習会へ堺市立健康福祉プラザよりまとめて申し込みをします。
陸上練習会 (走競技・跳躍競技・砲丸) 3月14日(日)	雨天決行。会場の都合上、投擲競技は砲丸のみとなります。
陸上練習会(中長距離) 1月11日(月・祝) 2月11日(木・祝)	体育室でウォーミングアップを行いますので、室内用シューズをご準備ください。 雨天の場合は、体育室で行います。
卓球交流会 3月27日(土)	卓球練習会后、交流会を実施いたします。
フライングディスク練習会 2月27日(土)	雨天等でグラウンドコンディションが悪い時は、ファインプラザ大阪の体育館で行います。必ず室内用シューズをご準備ください。 車でお越しの方は、門を入れてすぐ右側のグラウンドに駐車してください。バイク、自転車でお越しの方は駐輪場に置いてください。
アーチェリー練習会 3月21日(日)	雨天決行。
ボウリング練習会 1月30日(土) 2月28日(日)	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）または、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）のどちらかを選択し、申込用紙に記入してください。どちらの方式も2ゲーム練習します。なお、全国障害者スポーツ大会はデュアルレーン方式で競技を行いますので、出場意思のある方はデュアルレーン方式をお勧めします。 ボウリング場で参加費500円（1ゲーム代）が必要です。シューズが必要な方は別途390円ご準備ください。当日、練習会受付場所でお支払ください。

- 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

ラウンドワン堺駅前店

住所：大阪府堺市堺区戎島町4丁44番3号

■来場方法

《車》 阪神高速 15号堺線

住之江出口より旧26号を南へ3分 南海堺駅前すぐ

《電車》 南海本線「堺駅」下車 →西口から徒歩1分

《南海高野線 堺東駅～バス》

西口ロータリー 0番乗り場「南海本線堺駅前」行き
シャトルバス乗車

⇒約10分 2つ目「堺駅」(終点) 停留所下車

⇒堺駅西口方面へ200m

(片道運賃目安・・・大人220円 小児110円)

■受付場所：2階のフロント前

浜寺公園アーチェリー場

住所：堺市西区浜寺公園町

■来場方法

《車》



・お車は第4駐車場に駐車ください

・駐車料金は障害者手帳を提示すると終日無料になります。

《電車》



・南海本線「浜寺公園」駅 下車 → 徒歩すぐ

・阪堺電軌阪堺線「浜寺駅前」駅 下車 → 徒歩すぐ

・JR 阪和線「東羽衣」駅 下車 → 北西へ徒歩450m

■受付場所：アーチェリー場内

ファインプラザ大阪

住所：大阪府堺市南區城山台5丁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。

《泉北高速電車～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200m

■受付場所：グラウンド



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

堺市立健康福祉プラザ

住所：堺市堺区旭ヶ丘中町4丁3番1号

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と
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。



令和2年度 第16回堺市障害者スポーツ大会へ向けた練習会／スポーツ練習会 【1月～3月】 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。)

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・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・特定医療費(指定難病)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

※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)

第16回堺市障害者スポーツ大会へ向けた練習会				
No	種目	日程		
		1月	2月	3月
1	陸上(走競技・跳躍競技)		21日	
2	陸上(投てき競技)		14日	
3	水泳			6日
4	一般卓球			27日
	カドテブ ルニ			27日
	卓球 交流会			27日
	一般卓球 カドテブ ルニ			27日
5	フライングディスク		27日	
6	アーチェリー			21日
7	ボウリング		28日	
8	ボッチャ			7日
スポーツ練習会				
No	種目	日程		
		1月	2月	3月
1	陸上 (走競技・跳躍競技・砲丸)			14日
2	陸上(中長距離)	11日	11日	
3	水泳	9日	6日	
4	卓球	23日	13日	
	カドテブ ルニ	23日	13日	
5	フライングディスク	16日		13日
6	アーチェリー	31日	28日	
7	ボウリング	30日		
8	ボッチャ		7日	

参加される練習会のアンケートにご記入ください

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)

アーチェリー練習会

(○印をつけてください)

練習したことが (ある ・ ない)

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)

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が
(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 (_____)

【参加時の注意点】

- ・体調が優れない場合は、ご参加をお控えください。
- ・マスクの着用にご協力をお願いいたします。運動時は、ご自身の判断にお任せします。プール入水時はマスク(プール用マスクを含む)の着用はしていただきません。
- ・練習会開催前に検温・手指消毒を行います。
- ・今後の新型コロナウイルス感染症拡大状況によっては、中止となることがございます。中止となった場合は、申込者全員にご連絡いたします。
- ・キャンセルされる場合は、スポーツセンターまでご連絡ください。

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。

PC入力	受付

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