

堺市立健康福祉プラザ 堺市堺区旭ヶ丘中町4丁3番1号 TEL072-275-5029 fax072-243-4545



スポーツセンターたより



新年の「あいさつ」
 所長 中村行伸

あけましておめでとう
 ございます。

汗をかきながら作
 った人文字で「あいさ
 つ」させていただきまし
 た(笑)。今年も職員
 一同、チームワークを
 大切にご利用の皆様
 をお迎えしたいと思
 います。

さて、年末年始は
 どのようにお過ごしで
 したでしょうか？まず
 はセンターで一汗流し
 て新年をスタートさせ
 てください。今年、
 さらにパワーアップし
 て、パワーアップし
 な事業を展開してい
 きます。多くの皆様に
 愛されるセンターをめ
 ざしてがんばってまい
 ります。今年も一年、
 よろしくお願いま
 す。



こんにちは！！スポーツセンターアルバイトスタッフです！！

 <p>赤松絵美</p> <p>堺市で生まれ育った〇歳二児の母です。利用者の方々の元気なパワーにいつも驚いています。そのパワーに負けないように頑張ります。</p>	 <p>岡部 咲</p> <p>我が家の子どももセンターのプールを利用しています。皆様に気持ちよくご利用いただけるよう、笑顔を大切に仕事をします。よろしくお願いします。</p>	 <p>北野士恵</p> <p>一人でも多くの方の笑顔が増え元気になっていただきたいので、私も元気で笑顔で頑張ります。まだまだ勉強中ですが、宜しくお願いいたします。</p>	 <p>畑中悦子</p> <p>こんにちは。私の趣味はテニスです。利用者の皆様に、気持ちよく利用していただけるように頑張ります。よろしくお願いします。</p>
 <p>増田照美</p> <p>こんにちは！私は2児の母です。利用者の方々の姿を見て、「スポーツの良さ・体を動かすことの大切さ」を学ばせていただいています。</p>	 <p>森 比佐</p> <p>「スポーツセンターに来るのが楽しみだ」と利用者の方々に言ってもらえるよう笑顔で仕事に励みます。よろしくお願いします。</p>	 <p>村井 綾</p> <p>甘いものが大好きです。「明るく元気に」が私のモットーです。皆様に元気で笑顔を提供したいと思っています。気軽に声をおかけください。</p>	 <p>山口正美</p> <p>オープン当初から勤務していますが、毎日気づきの連続です。これからも皆さんと共に楽しい時間を過ごしながら成長していきたいです。</p>

体育室専用使用のみなさまです！！

うららのお店（就労B型の施設）



職員です

内職と喫茶店をしています。20代～50代の知的障害がある方が働いています。みんな和気あいあいと仕事をしていて仲良しです。スポーツをする機会が少なく運動不足になりがちなので月1回、休みを利用してレクリエーション活動をしたり、外に出かけたりしています。またプラザを利用してみなさんが楽しめるアイマスクをしない「サウンドテーブルテニス大会」のようなことをしたいと考えています。

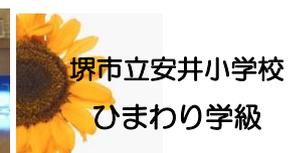


スペシャルオリンピックス イズミスポーツクラブ （バスケットボール）

スペシャルオリンピックス日本・大阪に所属している「イズミスポーツクラブ」です。現在、中学3年生から社会人まで約40名が活動しています。近畿ブロック大会や各種大会で入賞することを目標に練習を頑張っています！
また、堺市在住の女子バスケットボールチームは昨年度行われた第12回全国障害者スポーツ大会ぎふ清流大会団体競技に出場しました。

車椅子ツインバスケットボールは、下肢（両足）と上肢（両手）に障害のある四肢麻痺の選手が行うバスケットボールです。通常位置のゴール（高さ3.05m）にシュートが届かない選手の為に、低い位置のゴール（高さ1.20m）が追加されています。Faith. は、スポーツセンターで不定期の土曜日に練習を行っています。ユニバーサル駅伝に参加したり、指導者養成講習会の講師も務めたりしています。

Faith. （ツインバスケット ボールチーム）



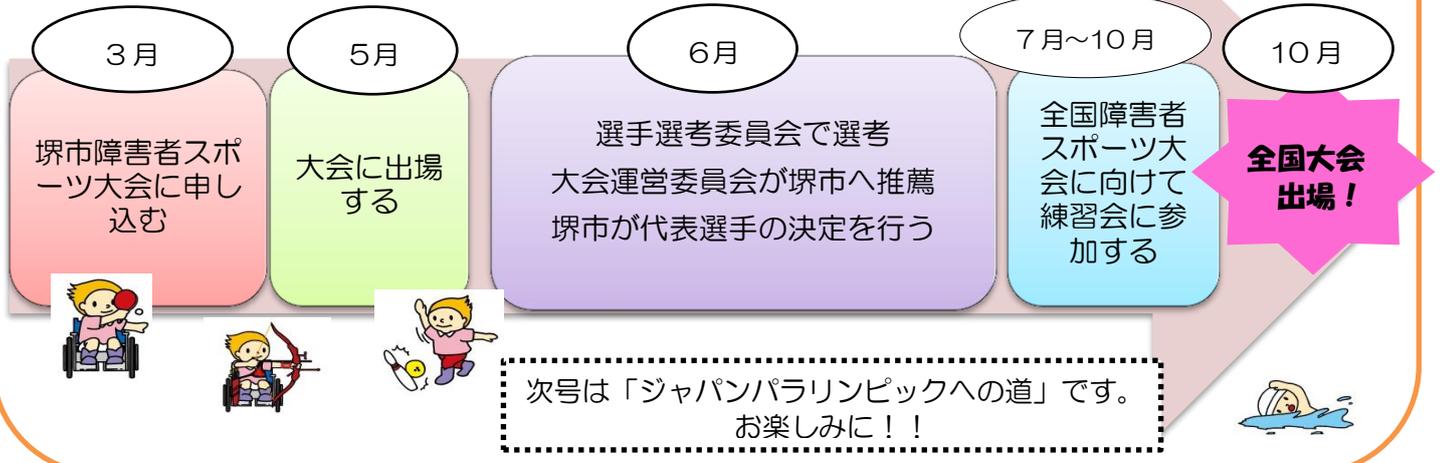
堺市立安井小学校 ひまわり学級

二学期のお楽しみ行事としてスポーツセンターを利用しています。温水プールや体育館でトランプリオン・卓球・バトミントンの笑顔いっぱいです。それと公共施設の利用方法やマナーを身につける為の自立活動の一つとして利用しています。これからも年に一度程度になりますが児童の自立活動を豊かにするために利用していただくと考えています。
また、ヘルパーさんと余暇活動に利用できてうれしいですね。



全国障害者スポーツ大会 堺市代表選手への道

君も目指そう！！全国障害者スポーツ大会堺市代表選手！！



次号は「ジャパンパラリンピックへの道」です。
お楽しみに！！

今年の全国障害者スポーツ大会は……長崎県！！



大会名：長崎がんばらんば大会2014
大会テーマ：君の夢 はばたけ今 ながさきから

長崎大会のマスコット
がんばくん・らんばちゃん

平成26年11月1日（土）～11月3日（月・祝）までの3日間、
長崎県内の各地で正式競技・オープン競技が開催されます。

10月31日（金）に長崎県の各競技会場を使用して公式練習会があります。堺市は公式練習会に間に合うよう選手団を派遣します。

第9回堺市障害者スポーツ大会のお知らせ

第9回堺市障害者スポーツ大会は平成26年5月に行います

日	曜日	開始式時間	実施競技	実施場所
6日	(火・祝)	10:00～	総合開会式・陸上競技	金岡公園陸上競技場
10日	(土)	9:30～	ボウリング競技	泉北ラウンドワン
11日	(日)	10:30～	水泳競技	健康福祉プラザ
17日	(土)	10:00～	卓球競技	健康福祉プラザ
18日	(日)	10:00～	アーチェリー競技	浜寺公園アーチェリー場
24日	(土)	13:00～	フライングディスク競技	ファインプラザ大阪
25日	(日)	10:00～	ボッチャ・ふうせんバレーボール	健康福祉プラザ

★申し込みについて★

第9回堺市障害者スポーツ大会個人競技参加申込書にご記入のうえ、堺市障害施策推進課・各区役所地域福祉課・保健センターへ持参、もしくは健康福祉プラザスポーツセンターへ持参・郵送・FAXでお申し込みください。尚、申込書は2月末日頃より配布の予定です。

問い合わせ
堺市立健康福祉プラザ スポーツセンター
【住所】〒590-0808
堺市堺区旭ヶ丘中町4丁3番1号
【TEL】072-275-5029
【FAX】027-243-4545
【HP】<http://www.sakai-kfp.info>

堺市立健康福祉プラザ障害者週間フェスティバル 堺ユニバーサル駅伝開催

協力：堺郵便局(旭ヶ丘・神石・向陵東・東湊)・プラザボランティア
プラザ機関(更生相談所・子ども相談所・エマリスさかい・難病患者支援センター・生活リハビリテーションセンター)
後援：NPO法人ジャパンユニバーサルスポーツネットワーク(JUSN)

素敵なチーム名が決定しました

- ①班 「あおぞら」
- ②班 「輝け!!2班」
- ③班 「じゃりんこ♡」
- ④班 「Mr.タイガース」
- ⑤班 「ゴールデンバランス」
- ⑥班 「サクラソウ」
- ⑦班 「もみじ」
- ⑧班 「ツナグ」
- ⑨班 「がんばろう福祉プラザ」
- ⑩班 「ふくふく10」



③チームミーティング

初対面の10名。自己紹介から始めます。チーム名、メンバーの名前、チーム目標、目標ゴールタイムを話し合ってチーム紹介ボードへ記入します。また、お互いどんなサポートが必要か等をお話あって各コースの担当ペアを決定します。

参加者の声

新しい出会いがあり、楽しかった。来年もぜひ参加したい。

親子で参加し、家族の会話が増えました。

スポーツセンターの職員さんも楽しそうで、素の部分が見れたような気がしました(笑)

手話を教えてもらえて勉強になりました。

④駅伝スタート

各チームの第1走者が最初のチェックポイントへ向かってスタート。いってらっしゃい!!



イメージで勝負!!

チェックポイントA
大仙公園土塔からお気に入りの風景を撮影します。



どれも素敵な写真です(*^_^*)



チェックポイントB
大仙公園で「笑う」「怒る」などのテーマに沿って葉っぱや木の实をさがします。

チェックポイント

A・Bを含め5つのチェックポイントを各担当ペアがクリアして体育室でタスキをリレーします。

12月7日（土）健康福祉プラザ障害者週間フェスティバル内で「第2回堺ユニバーサル駅伝」を開催しました!! ユニバーサル駅伝は、障害のある方とない方が1つのチームになり、障害のある方とない方がペアになって、各チェックポイントを回り「たすき」をつないでいく駅伝です。障害の有無・性別・年齢に関わらずお互いを理解し、支え合い・協力し合いながら共に生きる共生社会を目指すことがこの駅伝開催の目的です。今年は、健康福祉プラザ各機関（更生相談所・こども相談所・エマリスさかい・難病患者支援センター・生活リハビリテーションセンター）の方にもご参加いただき、素敵な出会いがあふれる素敵なイベントになりました。ご参加いただいた皆様、本当にありがとうございました!!(・v・)

②開会式

今年も100名の定員いっぱい、お申込みをいただきました。ありがとうございますす!!



①受付開始



12:30に受付開始。チームリーダーが受付を済まされた方をお迎えします。続々と参加者でいっぱいになっていく体育室。新しい出会いに少しの緊張とワクワク感が高まります!!



車いすの介助、緊張したけど、「ありがとう」の一言をもらって、また参加しようと思いました。

とっても楽しかった。来年は友達を誘って参加します!!

大仙公園の景色が、とても素敵でした。ガイドでも利用します。

数日後、駅伝に参加していたプラザの職員さんに声をかけてもらってうれしかった。

⑦終了

ゴールすると、チーム紹介ボードが完成します。チェックポイントで課題をクリアしてきたチームみんなの宝物です。



チーム紹介ボード完成!!

⑤得点集計

全てのチームがゴールし、得点を集計します。目標タイムと実際のゴールタイムとの誤差が少なかったチームから得点をつけます。また、各チェックポイントのクリア状況を得点化し、タイム得点との合計で順位を計算します。集計の時間を利用して、プラザ機関から参加の職員さんに各機関の紹介。生活リハビリテーションセンター中岡さんには高次脳機能障害について教えていただきました。



生活リハビリテーションセンター 中岡さん

JUSN 理事 佐藤理事より講評



プラザの渡辺所長よりご挨拶



優勝は「じゃりんこ♡チーム」

⑥表彰・閉会式



第2回 堺市立健康福祉プラザ 水泳記録会 2013 報告



11月4日に、第2回堺市立健康福祉プラザ水泳記録会を開催しました。いつもスポーツセンターを使用してくださっている方々58名の申込みがあり、当日は57名の参加がありました。自由種目やリレーを含む全15種目35レースを行い、賑やかに時間を過ごしました。また、皆さんの頑張った記録を測定し、記録証をお渡ししました。大会運営においては、一般財団法人大阪水泳協会より井上光晴審判長においでいただき、また健康福祉プラザボランティアの皆様のご協力をえて、大変スムーズに進行することが出来ました。ありがとうございました。来年はさらに多くの方に参加していただけるように準備を進めていきます。皆さんも健康福祉プラザのプールへ練習にお越しください！！

第2回 堺市立健康福祉プラザ水泳記録会



第1回 健康福祉プラザ フライングディスク大会



2月2日（日）10:00～16:00（予定）

堺市立旭中学校グラウンドにて開催決定！！

大会で何するの??

●アキュラシー競技

10枚投げて何投ゴールに入るかを競います

●ディスタンス競技

ディスクを投げた飛距離を競います

申し込み締め切りは1月26日です。所定の申込用紙でお申し込みください。

対象は、小学生以上の障害のある方と家族の方初めての方でも参加できる大会です。

1月25日（土）10:00～健康福祉プラザ体育室で練習会を開催します！最後の調整にぜひご参加ください☆

第9回 堺市障害者スポーツ大会に向けた練習会

競技	日時		場所
陸上	3/16	13:30～16:00	大阪体育大学
水泳	3/1	14:30～16:00	健康福祉プラザ
アーチェリー	3/2	9:30～11:30	浜寺アーチェリー場
卓球	3/15	13:15～16:00	健康福祉プラザ
フライングディスク	2/22	10:00～11:30	堺市立旭中学校
ボウリング	3/21	10:00～11:30	ラウンドワン泉北店（予定）

平成26年1月～3月 スポーツセンター事業 スケジュール

	教室名	対象	曜日・時間	開催日
スポーツ教室 (事前申込)	ジュニア体操(親子)知的	知的に障害のある小・中学生とその保護者等	木曜日 16:00～17:00	1/9, 16, 23, 30 2/6, 13
	エンジョイスイム(初級)	身体に障害のある高校生以上(初心者)	月曜日 17:15～18:15	1/13, 20, 27 2/3, 10, 17
	エンジョイスイム(中級)	身体に障害のある高校生以上(25m以上泳げる)	月曜日 18:30～19:30	1/13, 20, 27 2/3, 10, 17
	コンディショニング水泳	脳卒中の後遺症を有する方とその介護者	土曜日 11:00～12:00	1/18, 25 2/8, 15, 22 3/8
	ジュニアスイム(親子)・身体	身体に障害のある小・中学生と保護者等	水曜日 17:15～18:15	1/29 2/5, 19, 26 3/5, 12
	ジュニアスイム(親子)・知的	知的に障害のある小・中学生と保護者等	金曜日 17:15～18:15	2/14, 21, 28 3/7, 14, 21
	キッズスイム(親子)	3歳～未就学児とその保護者等	月曜日 15:00～15:45	2/17, 24 3/3, 10, 17, 24
	ふうせんバレーボール	障害のある中学生以上の方	月曜日 13:45～14:45	2/17, 24 3/3, 10, 17, 24
練習会 (事前申込)	車いすハンドボール練習会	障害のある中学生以上の方	土曜日 10:00～11:30	1/11 2/1 3/1
	フライングディスク練習会	障害のある中学生以上の方	日曜日 10:00～11:30	1/25 2/22 3/22
	ポッチャ練習会	障害のある中学生以上の方	日曜日 13:15～14:45	2月9日
	卓球練習会(サウボテブルテニスを含む)	障害のある中学生以上の方	土曜日 13:15～14:45	2/15 3/15
	水泳練習会	障害のある中学生以上の方	土曜日 14:30～16:00	1/11 2/1 3/1
	リフレッシュ体操	精神障害のある方	水曜日 13:15～14:45	2/5 3/5
大会・イベント (事前申込)	第1回フライングディスク大会	どなたでも参加可能	日曜日 10:00～16:00	2月2日
相談・講習会 (事前申込)	トレーニング講習会	どなたでも受講可能	月・水13:00～14:00 木・土18:00～19:00 金・日10:00～11:00	
	フォローアップトレーニング講習会	トレーニング講習会受講済の方	月曜日	①10:00～②10:30～ 1/13, 27 2/3, 17 3/3, 24
			木曜日	①11:00～②11:30～ 1/23 2/13, 27 3/13, 20
	はじめてプログラム	障害のある方	月/水/土/日 各30分	1/4, 5, 6, 8, 15, 20, 22, 27, 29 2/3, 5, 15, 17, 19, 23, 24, 26
	スポーツ相談	障害のある方優先 各時間1名	木曜日	①14:00～②14:40～ 1/9, 16, 23 2/6, 13, 20 3/6, 13, 27
	スポーツ医事相談		金曜日	①14:00～②14:40～ 1/10 2/7 3/7
当日参加	バラエティープログラム等	高校生以上	プールプログラム(週2) 水曜日10:30～ 木曜日13:15～ トレーニングプログラム(週4) 月曜日13:15～ 木曜日15:15～ 金曜日11:15～、14:30～	
	健康セミナー「健康ストレッチ」	どなたでも参加可能	木曜日 10:30～11:30	3月6日
	かんたんスポーツ	どなたでも参加可能	日曜日 13:15～14:45	1/12「レクリエーションスポーツ」2/9「陸上競技」3/2「ポッチャ」