

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



号外 13号



陸上競技 スラローム
白の旗門は前進、赤の旗門は後進します。30mの距離を進み、タイムを競い合います！



アーチェリー競技
一射ずつ集中！30m、50m 先にある的を狙います。



水泳競技
ひとかきひとかきに力強さを感じました。ジュニア世代の選手も堂々の泳ぎでした。



バレーボール競技
チーム全員が一丸となって試合に挑んでいました！

陸上競技 走幅跳
スピードを力に変えて前へジャンプ！迫力のある走幅跳でした。



卓球競技
軽快な打球音と素早いボールの動きに観戦者の心も踊りました。



ボウリング競技
たくさんの歓声があがっていました。どの選手も力強い投球でした。



フライングディスク競技
風が強い中での競技でしたが、うまく風にのせ、距離を伸ばす選手もいらっしゃいました。



ソフトボール競技
活気あふれるプレーをたくさん見る事ができました！



ふうせんバレーボール競技
各チームで作戦を練り、素晴らしいパスワークが見られました！



ポッチャ競技
たくさんのスーパーショットが見られました。会場全体が盛り上がりました！



バスケットボール競技
どの試合も躍動感があり、白熱した試合ばかりでした。

第 14 回堺市障害者スポーツ大会 盛況に終了しました

正式競技として個人競技6競技・団体競技3競技、オープン競技として団体競技2競技を行い、過去最高の499名が参加されました。大会の運営には、各競技団体の皆様やボランティアの皆様、計308名にご協力いただき円滑に運営することができました。障害のある方のスポーツ機会が広がるようスポーツセンターとしても取り組んでまいります。

大会運営にご協力をいただいた皆様

堺市陸上競技協会、一般財団法人大阪水泳協会、大阪府アーチェリー連盟、大阪府ボウリング連盟、堺卓球協会、堺ソフトボール協会、堺市バレーボール協会、堺バスケットボール協会、大阪障がい者フライングディスク協会、プラザボランティア、堺市ボランティアスポーツ指導者会、大阪障がい者スポーツ指導者協議会、関西大学、大阪体育大学、堺市立堺高等学校バレーボール部、大阪府立堺東高等学校アーチェリー部、特定非営利活動法人堺障害者団体連合会、社会福祉法人堺市社会福祉協議会

競技	開催日	場所	参加者数	競技役員数	補助役員数	
正式競技 (個人)	陸上(競走競技)	5月5日(日・祝)	J-GREEN 堺	35名	25名	17名
	陸上(跳躍・投てき競技)	5月18日(土)	ファインプラザ大阪	12名	19名	10名
	卓球	5月11日(土)	堺市立健康福祉プラザ	57名	18名	19名
	水泳	5月12日(日)	堺市立健康福祉プラザ	51名	20名	11名
	フライングディスク	5月18日(土)	ファインプラザ大阪	36名	15名	16名
	アーチェリー	5月19日(日)	浜寺公園アーチェリー場	5名	6名	21名
	ボウリング	5月26日(日)	ラウンドワン泉北店	40名	5名	19名
正式競技 (団体)	バレーボール	4月5日(金)	堺市立健康福祉プラザ	18名	1名	25名
	バスケットボール	4月14日(日)	堺市立健康福祉プラザ	28名	2名	7名
	ソフトボール	4月21日(日)	金岡公園野球場	82名	12名	8名
オープン競技	ふうせんバレーボール	6月2日(日)	堺市立健康福祉プラザ	50名	-	13名
	ポッチャ	6月9日(日)	堺市立健康福祉プラザ	89名	-	19名

スポーツ練習会

みなさんも次回大会に向けて一緒に練習をしませんか？

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を開催します！！
堺市代表選手、監督・コーチと一緒に練習をします。

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	9:00~12:00	金岡公園 陸上競技場	堺市陸上競技協会	
		9月8日	日	13:00~16:00			
		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	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)
3	一般卓球/ バドミントン	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	9:00~12:00	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		13:00~16:00			
		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 豊北店	大阪府 ボウリング連盟	
		8月31日		10:00~12:00			
		9月28日		10:00~12:00			
6	アーチェリー	9月16日	月祝	9:30~11:30	ファイナプラザ大阪 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】はじめての方も是非ご参加ください

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		18:30~20:00			
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		14:15~15:45			
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	ポッチャ	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					

参加ご希望の場合は**申込みが必要**です。所定の申込書に必要事項を記入の上、スポーツセンター受付へ直接お持ちいただくか、郵送またはFAXにてお申込みください。

スポーツ教室

スポーツを通じてたくさんの方と交流を深めましょう★

《参加対象者の詳細》

- ①身体障害者手帳 ②療育手帳 ③精神障害者保健福祉手帳 ④自立支援医療受給者証
⑤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 ⑥3歳～未就学児 ⑦障害福祉サービス受給者証
⑧特別支援学級・学校在学証明書

★7月からの開催教室★ 申込締切 6月27日(木)

教室名	対象者	時間	曜日	日程	定員	場所
1	チームライフ	18:30~19:30	木	7/11・18 8/1・8・29 9/5・12・19	15名	体育室
2	ショートテニス	16:00~17:00	金	7/5・12・19 8/2・9・30 9/6・13	15名	

★7月 短期教室(前期)★ 申込締切 7月10日(水)

教室名	対象者	時間	曜日	日程	定員	場所
3	ジュニアスイム(知的)	10:00~11:00	水～土	7/24・25 26・27 (4回連続)	10名	プール
4	キッズスイム(親子)	11:15~12:00			15組	
5	ジュニアスイム(身体)	12:15~13:15			10名	
6	エンジョイスイム	13:30~14:30			10名	
7	キッズスイム(親子)	15:00~15:45			15組	
8	ジュニアスイム(身体)	16:00~17:00			10名	
9	ジュニアスイム(知的)	17:15~18:15	10名			
10	エンジョイスイム	18:30~19:30	10名			

★8月 短期教室(後期)★ 申込締切 8月7日(水)

教室名	対象者	時間	曜日	日程	定員	場所
7	キッズスイム(親子)	15:00~15:45	水～土	8/21・22 23・24 (4回連続)	15組	プール
8	ジュニアスイム(身体)	16:00~17:00			10名	
9	ジュニアスイム(知的)	17:15~18:15			10名	
10	エンジョイスイム	18:30~19:30			10名	

参加ご希望の場合は**申込みが必要**です。所定の申込書に必要事項を記入の上、スポーツセンター受付へ直接お持ちいただくか、郵送またはFAXにてお申込みください。

トレーニング講習会

トレーニング室のご利用には必ず講習会の受講が必要です。施設の利用方法やマシンの使い方等をご説明します。

曜日	開催時間	曜日	開催時間
月	10:00~11:00	金	13:00~14:00
水	13:00~14:00	土	18:00~19:00
木	18:00~19:00	日	13:00~14:00

※講習会は**予約制**です。地下1階スポーツセンター受付にお越しいただくか、お電話にて事前に予約をしてください。

はじめてプログラム



運動やスポーツを始めようと思われている方を対象に、スポーツ指導員が個別に指導いたします！
プールでは水中歩行・泳ぎ方、体育室ではストレッチ・卓球など様々なスポーツをしていただけます。お気軽にお問合せください♪

《参加対象者の詳細》

- ①身体障害者手帳所持者 ②精神障害者保健福祉手帳所持者 ③療育手帳所持者
④特定疾患医療受給者証所持者 ⑤特定医療費(指定難病)医療受給者証所持者
⑥小児慢性特定疾患医療受診券所持者 ⑦自立支援医療受給者証所持者
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

★スポーツセンター受付もしくはお電話での**予約制**となりますのでご注意ください★

個別相談

日程・時間等詳しくはスポーツセンター受付、またはお電話にてお問い合わせください！

運動相談

～運動に関する悩みがある方、これから運動を始められる方～

例えば・・・
私に合ったトレーニング方法は？
効果的なストレッチって？
何からはじめたらいいの？
私にもできるスポーツは？ など…

医事相談

～医学的な相談を希望されている方～

例えば・・・
身体の機能のことを詳しく知りたい
リハビリ内容を見直したい
ケガ、病気をしてから初めて不安
など…

★どなたでも無料で相談可能です。**予約制**となりますのでご注意ください★

今年の全国障害者スポーツ大会情報

第19回全国障害者スポーツ大会 いきいき茨城ゆめ大会



期間 令和元年 10月 12日(土)～10月 14日(月)
場所 茨城県

※堺市選手団派遣期間は10月10日(木)～10月15日(火)です。

☆全国障害者スポーツ大会堺市選手団へのご声援をよろしくお願いいたします☆