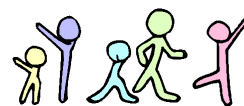




堺市立健康福祉プラザ

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



スポーツセンター所長

## 中村 行伸

みなさんこんにちは。私は学生時代、障害のある方と一緒にスポーツをしてきたことがきっかけで、現在の仕事をさせていただいたおかげです。今は、その当時きっかけを作ってくれた人や一緒にスポーツをしてきた人たちにとっても感謝しています。

堺市立健康福祉プラザスポーツセンターは、障害のある方を中心に広く市民に運動やスポーツをする機会を提供し、障害のある方の健康づくりや社会参加の促進、障害に対する理解を高めることを目的に昨年4月にオープンし、施設の運営や様々な方々が楽しめるスポーツ・レクリエーション事業を開催しております。また、毎年5月に行われてきた堺市障害者スポーツ大会の運営を昨年度より担っています。今年の第8回大会ではこれまで身体障害者や知的障害者しか出場することができなかった対象者を精神障害者のオープン参加枠を設けることでより

多くの方々がスポーツを通じて触れあい、楽しみや生きがいを見出して頂くことができました。

オープンから一年半が経過し、当初の想定よりも遥かに多くの皆様のご利用をいただいております。健康福祉プラザが市民の方々に待ち望まれていたことを改めて実感しています。スポーツ相談をはじめプロگرام（マンツーマンレッスン）などを通して初めてスポーツに取り組まれた方がスポーツ大会に出場され、「スポーツがこんなに楽しいとは思わなかった」「また来年に向けて練習する」など大変嬉しいお声をいただいております。職員一同こんなお声を励みに一層がんばっていききたいと思っております。今後も、安全・安心・快適な施設の運営と、多様なプログラム開催を通して、より多くの方々がスポーツに触れる素敵な「きっかけ」が作れる施設をめざしてがんばってまいります。引き続きご愛顧いただきますよう、よろしくお願いいたします。



## こんにちは！！スポーツセンター職員です！！

 <p>中平貴実子</p> <p>バスケットボールをやっていました。運動が毎日の楽しみになるようサポートします。よろしくお祈りします。</p>	 <p>小西治子</p> <p>大好きなスポーツの現場で、皆さんの笑顔に出会えるのがとても楽しいです。「誰もが生き生きと過ごせる」そんな空間づくりに励みます。</p>	 <p>長谷川綾子</p> <p>笑顔が皆さんの力になると信じて、もうすぐ30歳になります。これからも利用者の皆さんと一緒に喜び合い、笑顔あふれる場所にしたいです。</p>	 <p>谷口 明</p> <p>趣味はゴルフです。利用者の皆様が、健康で楽しく過ごせる場所を提供できるようにしていきます。</p>
 <p>富 あゆみ</p> <p>今年入社した新入社員です。多くの人の笑顔と健康に出会えることを楽しみに、様々なことを学びながら頑張ります。</p>	 <p>米田真実子</p> <p>ご利用者の皆さんが元気に笑顔で過ごせるようにサポートをしていきたいと思っております。よろしくお祈りします。</p>	 <p>関 明日香</p> <p>スポーツは観るのもやるのも大好きです。皆さんと一緒にスポーツの楽しさを味わえるようなサポートを心がけます。</p>	 <p>上野祐樹</p> <p>趣味は空手道。武道をこよなく愛しています。スポーツをされる方を全力で応援し、サポートします。</p>

# 第 13 回全国障害者スポーツ大会「スポーツ祭東京 2013」



## 堺市代表選手 紹介



団長：中村行伸 (堺市立健康福祉プラザスポーツセンター所長) 副団長：栢田 中 (ねんりんピックペタタク堺市選手団監督)

選手氏名	出場種目	選手氏名	出場種目
 山口琢磨	陸上競技 100m・200m	 小田真巳	水泳競技 25m 平泳ぎ・50m 平泳ぎ
 首藤友美	陸上競技 砲丸投げ・ソフトボール投	 住谷充弘	アーチェリー競技 50m30m ラウンド (リフ)
 秋山正輝	陸上競技 ジャバリックボール・ソフトボール投	 石橋 栄	卓球競技 一般卓球
 福永幸輝	陸上競技 100m・200m	 上西隆之	卓球競技 サウンドテーブルテニス
 十代 茜	陸上競技 100m・走幅跳	 川口和也	卓球競技 一般卓球
 平井良和	陸上競技 800m・1500m	 羽田加寿男	フライングディスク競技 アキラー・ディスクス
 余村直彦	陸上競技 800m・1500m	 麻生萌樹	フライングディスク競技 アキラー・ディスクス
 徳島真一	陸上競技 200m・400m	 林 美行	フライングディスク競技 アキラー・ディスクス
 吉川瑛葉	陸上競技 400m・800m	 鍋谷周平	ボウリング競技
 築澤 勇	水泳競技 25m 自由形・50m 平泳ぎ	 米谷公明	ボウリング競技
 大野彰大	水泳競技 25m 自由形・50m 自由形	総務：長谷川・中平・上野・関・小西 (堺市立健康福祉プラザスポーツセンター職員)・柴田 (障害施策推進課)	

### 役員・競技監督・競技コーチ

医療スタッフ：須賀里美 記録員：折出秀人 (堺市立健康福祉プラザ視覚・聴覚障害者センター)

陸上競技：佐々木繁章監督 (堺市立堺高等学校) 当山和明コーチ (大阪府立東大阪支援学校) 後藤直美コーチ (愛泉学園香ヶ丘リハビリテーション高等学校)

若狭佑次コーチ (堺市立三国ヶ丘中学校) 水泳競技：井上光晴監督 (一般財団法人大阪水泳協会) アーチェリー競技：野口照夫監督 (大阪府アーチェリー連盟)

卓球競技：下中正己監督 (堺卓球協会) 小林百子コーチ (堺卓球協会) 松田宗義介助員 (プラザボランティア)

フライングディスク競技：原 光敏監督 (大阪障害者フライングディスク協会) ボウリング競技：砂古口信夫監督 (大阪府ボウリング連盟)

# 募集

堺ユニバーサル駅伝に参加しませんか？

12月7日 (土) 13:00～ スポーツセンター 体育室 集合

初めて出会った人とたすきをつなぐ・人との絆を繋いでみませんか？

参加ご希望の方は、スポーツセンターまで 電話 072-275-5029



# 第 13 回全国障害者スポーツ大会

## 「スポーツ祭東京 2013」

### 堺市選手団

# 結団式



第 13 回全国障害者スポーツ大会「スポーツ祭東京 2013」に出場する堺市選手団の結団式を 7 月 7 日スポーツセンター体育室で開催しました。

堺市選手団は、堺市が政令指定都市となった 8 年前から団を結成し、全国大会に出場してきました。が、結団式は初めての取り組みです。堺市選手団と堺市代表選手の事を、もっと多くの方たちに知っていただきたくて行いました。結団式において下さった多くの方に堺市代表選手のご紹介が出来たことを大変嬉しく思っています。

結団式の基調講演は、2000年シドニーパラリンピック車いすバスケットボール日本代表チームキャプテンの根木慎志氏にお越しいただき、『「夢はかなう」～堺市代表選手と選手を支えるすべての人へのメッセージ～』をご講演いただきました。根木さんから「目標は持ち続けることが大切。仲間同士で支え合えたことや、サポーターの支えがあったからこそ今がある。また、堺市代表選手という誇りを持って、大会に向けて努力してほしい。支える家族、応援するサポーターも選手が抱えるプレッシャーと一緒に楽しめるように支えていければ、選手にとって大きな力に変わるはず」と、熱いメッセージをいただきました。夢や目標は、それをずっと意識し続け努力を怠らないことが大切で、それが一歩ずつ確実に夢に近づく方法であることを改めて確信できた時間でした。参加者からは、「明るく、楽しく、元気に堺市選手団の誇りを持って頑張れ！」など、温かい応援メッセージをたくさんいただきました。心よりお礼を申し上げます。

堺市選手団 42 名（選手 21 名、役員 21 名）は、「スポーツ祭東京 2013」に向けて、スポーツセンターを中心に練習を重ねています。皆様の大きな声援を力に、堺市選手団は選手一人一人が持つ力を大会で発揮できるよう頑張ります。皆様応援よろしくお願いたします。

## スポーツ祭東京2013 10月12日～14日

陸上競技：味の素スタジアム/水泳競技：東京辰巳国際水泳場/アーチェリー競技：三鷹市大沢総合グラウンド  
卓球競技：駒沢オリンピック公園総合運動場体育館/フライングディスク競技：駒沢オリンピック公園陸上競技場/ホウリング競技：調布スポーツセンター

10月10日  
12時15分～  
堺市役所にて  
「壮行会」  
出発



12日開会式

12日～14日  
競技大会

14日閉会式



10月15日  
17時15分～  
堺市役所にて  
「解団式」  
解散



## バラエティープログラム

### プールプログラム

- ・水中ウォーキング
- ・アクアピクス



### トレーニングプログラム

- ・やさしいストレッチポール
- ・すっきりボディ
- ・かんたんエアロ



## スポーツ教室

全8回の連続した教室を開催しています。初めての方でも指導員が丁寧に指導いたします。各教室には定員があります。



## スポーツ練習会

障害者スポーツ競技の練習会を開催しています。障害者スポーツを通して、たくさんの方と交流を深めましょう。

## その他プログラム・相談など

### はじめてプログラム

運動やスポーツを始めてみようと思われている方を対象に、指導員が個別に指導するプログラムです。

### スポーツ相談・スポーツ医事相談

スポーツに関するいろいろな思いを相談していただけます。スポーツ・スポーツ相談は、健康運動指導士・障害者スポーツ指導員等スポーツセンター職員が担当します。スポーツ医事相談は、理学療法士・作業療法士等生活リハビリテーションセンター職員が担当します。

### フォローアップ トレーニング講習会

トレーニング室を利用されている方対象に、トレーニング方法の復習や個別のトレーニング内容についてフォローアップを行います。

	教室名	対象	曜日・時間	開催日
スポーツ教室 (事前申込)	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	10/19、26 11/9、16、23、30 12/14、21
	エンジョイスイム(初級)	知的障害のある高校生以上(初心者)	月曜日 17:15~18:15	10/21、28 11/11、18、25 12/2、16、23
	エンジョイスイム(中級)	知的障害のある高校生以上(25m以上泳げる)	月曜日 18:30~19:30	10/21、28 11/11、18、25 12/2、16、23
	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	金曜日 17:15~18:15	10/25 11/1、8、15、22 12/13、20
	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	水曜日 17:15~18:15	10/23、30 11/6、20、27 12/4、11、18
	キッズスイム(親子)	3歳~未就学児と保護者等	月曜日 15:00~15:45	9/2、9、16、23、30 10/7、21、28
	ジュニア体操(身体)	身体に障害のある小・中学生と保護者等	木曜日 16:00~17:00	9/5、12、19、26 10/3、24、31 11/7
	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	9/2、9、16、23、30 10/7、21、28
	バリアフリーヨガ	高校生以上	水曜日 13:30~14:30	9/4、11、18、25 10/2、23、30 11/6
練習会 (事前申込)	フライングディスク練習会	障害のある中学生以上の方	土曜日 10:00~11:30	10/26 11/30 12/21
	水泳練習会	障害のある中学生以上の方	土曜日 14:30~16:00	10/26 12/14
	卓球練習会(サウスポーテニスを含む)	障害のある中学生以上の方	土曜日 13:15~14:45	10/19 11/30 12/21
	ポッチャ練習会	障害のある中学生以上の方	日曜日 10:00~11:30	10/6 11/10 12/1
	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	10/5 11/2
	リフレッシュ体操	精神障害のある方	水曜日 13:15~14:45	11月13日
大会・イベント (事前申込)	第2回水泳記録会	25m以上泳げる方などなたでも参加可能	12:00~	11月4日
	堺ユニバーサル駅伝	どなたでも参加可能	13:00~	12月7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	木曜日	①11:00~②11:30~ 10/3、24、31 11/7、14、21、28 12/5、12、19、26
	はじめてプログラム	障害のある方	月/水/木/土/日 各30分	10/2、3、5、7、20、21、23、24、27、28、30、31 11/2、3、6、7、11、13、14、17、18、20、21、25、27、28、30 12/2、4、5、9、11、12、16、18、19、22、23、25、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~ 10/3、17、24 11/7、14、21 12/12、19、26
	スポーツ医事相談		金曜日	①14:00~②14:40~10/18 11/15 12/20
	当日参加	バラエティープログラム等	高校生以上	
健康セミナー「はじめてエアロ」		どなたでも参加可能	木曜日 10:30~11:30	10月17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	10/6「フライングディスク」11/10「卓球」12/1「車いすバスケットボール」