

## スポーツセンター プラザ地下1階(電話 275-5029 / FAX 243-4545)

体育室、プール、トレーニング室の利用方法について、詳しくはプラザホームページをご覧ください。お問い合わせください。

<http://www.sakai-kfp.info/html/use02.html>



### 健康セミナー【体力測定】

概要 柔軟性や握力をはかります。年度初めにご自身の体力を測定してみませんか？  
日時 4月15日(水)午前11時～正午  
場所 1階体育室  
対象 16歳以上の方  
定員 なし  
参加費 無料  
持ち物 運動のしやすい服装、室内用シューズ等  
申込 スポーツセンターへ当日直接お申し込みください。  
申込締切 なし



## 視覚・聴覚障害者センター プラザ2階(電話 275-5024 / FAX 243-2222)

点字図書館 メール [tento@sakai-kfp.info](mailto:tento@sakai-kfp.info)

聴覚障害者情報提供施設 メール [mimi@sakai-kfp.info](mailto:mimi@sakai-kfp.info)

[http://www.sakai-kfp.info/html/eareye\\_index.html](http://www.sakai-kfp.info/html/eareye_index.html)



### 点訳ボランティア説明会

概要 視覚・聴覚障害者センター点字図書館では視覚障害者のサポートを行っています。当館の点訳ボランティアの活動について説明しますので、点字に興味のある方、視覚障害者のサポートに興味のある方は、説明会にお越しください。

日時 4月23日(木)午後1時～2時30分、4月30日(木)午後1時～2時30分  
場所 2階 研修室  
対象 18歳以上の方  
参加費 無料  
持ち物 筆記用具  
申込 不要

### 市民向け手話講座

概要 簡単なあいさつ程度の手話を習得し、きこえない人との交流を目的とした講座です。  
日時 6月～9月頃。午前10時～11時半・午後6時半～8時(全8回)  
場所 堺市総合福祉会館・中区役所・東区役所・西区役所・泉ヶ丘市民センター・北区役所・美原文化会館。  
車での来場不可。  
対象 堺市在住・在勤・在学で初めて手話を学ぶ方  
定員 各教室20名(先着順)  
参加費 無料  
申込 不要



## プラザの事業をサポートしていただけるボランティアを募集しています

健康福祉プラザでは、スポーツセンターの教室や市民交流センターのイベント、生活リハビリテーションセンターの訓練などをサポートしていただけるボランティアを募集しています。ぜひご協力ください。

お問い合わせは市民交流センターまでお願いします。

(電話 275-5017 / FAX 243-0330 / メール [simin-kouryuu@sakai-kfp.info](mailto:simin-kouryuu@sakai-kfp.info))

\* ボランティア登録には説明会への参加が必要です。(参加を希望する方は上記市民交流センターへご連絡ください)

\* 次回説明会は5月15日(金)午後1時半～3時半です。



# 健康福祉プラザニュース

## 2026年4月・5月号



\*参加者に情報保障が必要な場合は主催者で手話通訳者・要約筆記者を配置します。

堺市立健康福祉プラザ(〒590-0808 堺市堺区旭ヶ丘中町4丁3-1) HP:<https://www.sakai-kfp.info/>

(2026年3月31日発行)

LINE:<https://page.line.me/jyx6699x>



1階(ロビー、体育室)と2階(視覚・聴覚障害者センター)でOsaka Free Wi-Fiが 使えます!

SSID:Osaka Free Wi-Fi OpenRoaming

\*登録はこちらから→



各イベントに関する最新の情報については、館内に掲示するほか、健康福祉プラザのホームページにも掲載します。

健康福祉センター 所長

# 春のプラザ祭り

障害のある方もない方も楽しみながら交流していただける機会として、春のプラザ祭りを開催します。イベントの内容についての詳細は、チラシまたは二次元コードからHPをご確認ください。



【日時】

4月18日(土)午前10時～午後4時(当日、健康福祉プラザは午後5時半に閉館します。)

【内容】

- ・「サカエル&みそさかい・ニッシーちゃん・みみちゃん」が春のプラザ祭りに遊びに来るよ!!
- ・競技用車いすでバスケットボールやハンドボールに挑戦してみよう!
- ・バリアフリー映画「梅切らぬバカ」上映(音声・字幕ガイド付き)
- ・遊びコーナー(ストラックアウト、フロアカーリング)
- ・点字名刺体験
- ・春の脳トレチャレンジ
- ・まちライブラリープラザ「ひといき」
- ・楽しいお話の世界と手作り体験
- ・点字図書館がわかる!体験
- ・手話での絵本の読み聞かせ
- ・ミニ手話教室
- ・筆談体験
- ・聴覚サポート機器展
- ・創作コーナー「ミニバスケットを作ろう!」
- ・パッセ販売会
- ・堺難病連による日用品バザー
- ・ユウの家の焼き立てパン
- ・ふれあいショップ絆による減農薬野菜販売
- ・キッチンカーと屋台



## 市民交流センター(4月受付分)

プラザ4階(電話 275-5017 / FAX 243-0330 / メール kyoushitsu\_moushikomi@sakai-kfp.info)

申込方法:市民交流センターに電話、またはメール、申込書(HPに掲載)に記入の上、窓口・FAX・メール・郵送で  
\*土日祝はFAX、メールのみの受付 \*応募多数時抽選

### ペーパークイリング教室

概要 ペーパークイリングとは、細長い紙を専用の道具に巻きつけてさまざまな形のパーツを作り、組み合わせて美しいデザインを生み出す手芸です。  
3回連続講座で、5月:「クイリングのカード」(サイズ:約5.5×9cm)、6月:「バラのフレーム」(サイズ:縦約10×横8cm)、7月:「クッキーうさぎの花畑」(サイズ:約10×10cm)を作ります。

日時 5月2日、6月6日、7月4日(全3回、すべて土曜日) 午後1時半～3時半

場所 4階クラフトルーム

対象 小学生以上(※小学生は保護者同伴)

定員 10名(※申し込み多数時抽選)

参加費 1,500円

持ち物 筆記用具、拡大鏡(※手元が見えにくい方のみ)

申込期間 4月1日(水)～4月15日(水)(必着)



### 初夏の和菓子教室

概要 暑い夏にぴったりの冷たくて美味しい「わらび餅」と「練りきり」(※白あんに砂糖やつなぎを加えて練った生地から作られる生菓子)を使ったオリジナルの生菓子を作ります。  
堺市の老舗和菓子店「宝泉菓子舗」三代目店主前田崇之さんに楽しく、面白く教えていただきます。  
作ったお菓子は、すべてお持ち帰りいただけます。

日時 5月16日(土) 午後2時～3時半

場所 4階クッキングルーム

対象 小学生以上(※小学生は保護者同伴)

定員 10名(※申し込み多数時抽選)

参加費 700円

持ち物 エプロン、三角巾、ハンカチ、筆記用具、持ち帰り用ビニール袋 ※マスク着用推奨

申込期間 4月1日(水)～4月15日(水)(必着)



### やさしいパン作り教室

概要 生地を一から手でこねて、みんなで楽しく、「メロンパン」を作ります。  
作ったパンは、すべてお持ち帰りいただけます。

日時 5月30日(土) 午後1時～4時

場所 4階クッキングルーム

対象 小学生以上(※小学生は保護者同伴)

定員 10名(※申し込み多数時抽選)

参加費 500円

持ち物 エプロン、三角巾、ハンカチ、筆記用具、持ち帰り用ビニール袋 ※マスク着用推奨

申込期間 4月1日(水)～4月15日(水)(必着)



### 初めての陶芸教室

概要 陶芸初心者の方を対象に8回連続講座で、「茶碗」・「湯呑」・「植木鉢」・「花入れ」等の作品作りを通して、基本的な作陶技術を学びます。

日時 5月14日・28日、6月11日・25日、7月9日・30日、8月13日・27日(全8回、すべて木曜日) 午後1時半～3時半

場所 4階クラフトルーム

対象 小学生以上の障害のある方(※小学生は保護者同伴)

定員 10名(※申し込み多数時抽選)

参加費 1,500円

持ち物 作業用エプロン、ハンカチ、筆記用具

申込期間 4月1日(水)～4月15日(水)(必着)



## 市民交流センター(5月受付分)

プラザ4階(電話 275-5017 / FAX 243-0330 / メール kyoushitsu\_moushikomi@sakai-kfp.info)

申込方法:市民交流センターに電話、またはメール、申込書(HPに掲載)に記入の上、窓口・FAX・メール・郵送で  
\*土日祝はFAX、メールのみの受付 \*応募多数時抽選

### 知らなきゃ損! LINE活用講座

概要 「LINE(ライン)」には、意外と知られていない便利な機能がたくさんあります。メッセージの送信取消・音声メッセージの送信・トーク履歴のバックアップ等、知っている役立つLINEの使い方を楽しく学びます。  
「LINEをなんとなく使っている」という方にお勧めの講座です。

日時 6月9日・23日(全2回、すべて火曜日) 午後2時～3時半

場所 4階研修室BC

対象 「LINE」アプリがインストール(※新規登録設定も含む)されたスマートフォンをお持ちの小学生以上の方(※小学生は保護者同伴)

定員 10名(※申し込み多数時抽選)

参加費 300円

持ち物 ご自身のスマートフォン、筆記用具

申込期間 5月1日(金)～5月15日(金)必着



### プリザーブドフラワー教室

概要 生花や葉等に特殊な加工をほどこすことで、長期間にわたって鑑賞できるようにしたお花です。  
木製のベンチにバラ等のプリザーブドフラワーをアレンジし、爽やかな夏を感じる作品を作ります。  
(横幅約20cm×高さ約12cm×奥行約7cm) ※花材やオーナメントは一部変更になる可能性があります。

日時 6月17日(水) 午後1時半～3時

場所 4階クラフトルーム

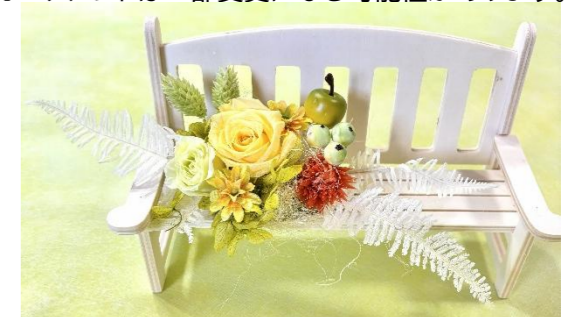
対象 小学生以上(※小学生は保護者同伴)

定員 10名(※申し込み多数時抽選)

参加費 1,500円

持ち物 ピンセット、筆記用具、持ち帰り用紙袋

申込期間 5月1日(金)～5月15日(金)必着



### 季節の家庭料理教室

概要 料理初心者の方を対象に簡単にできる栄養豊富で健康的な家庭料理を作ります。  
メニュー内容は、①生姜風味のカツ、②海老とマロニー薄味煮、③揚げとミョウガの和え物、④温泉卵の赤だしの4品を作ります。

作った料理は調理後、その場で召し上がっていただきます。

日時 6月20日(土) 午前10時～正午

場所 4階クッキングルーム

対象 小学生以上(※小学生は保護者同伴)

定員 8名(※申し込み多数時抽選)

参加費 600円

持ち物 エプロン、三角巾、ハンカチ、筆記用具 ※マスク着用推奨

申込期間 5月1日(金)～5月15日(金)必着



## 授産活動支援センター

プラザ1階(電話 275-5018 / FAX 243-0330 / メール jyusan@sakai-kfp.info)



授産活動支援センターは、授産活動を実施している福祉事業所と市民や企業・団体とのマッチングを支援しています。  
\*授産活動とは障害のある方々が地域にある福祉事業所で取り組む、ものづくりや作業です。

## 生活リハビリテーションセンター

プラザ4階(電話 275-5019 / FAX 243-0202 / メール seikatsu-reha@sakai-kfp.info)



生活リハビリテーションセンターでは、高次脳機能障害(脳の病気やケガ等により、記憶や注意などの認知機能に生じる障害)の方を主な対象とした相談や訓練(障害者総合支援法に基づく自立訓練事業)を行っております。  
専任の支援コーディネーターまで、まずはお気軽にご相談ください。