

## 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  
聴覚障害者情報提供施設 メール:mimi@sakai-kfp.info  
http://www.sakai-kfp.info/html/eareye\_index.html



### 難聴者のためのコミュニケーション教室

**概要** 難聴・中途失聴の方やきこえに悩んでいる方及びその家族や親戚などを対象に手話をはじめ、さまざまなコミュニケーション方法やきこえを補う情報機器などについて学びます。

**日時** 8月21日(木)～11月20日(木) (全12回)

**場所** 2階研修室

**対象** 堺市に在住・在勤・在学できこえにくい方・きこえに不安のある方とその家族

**定員** 10名(申し込み多数時抽選)

**参加費** 無料

**持ち物** 筆記用具

**申込** 聴覚障害者情報提供施設へ申込書(ホームページに掲載、各区役所にもあります)にご記入のうえ、FAX、メール、郵送または持参。(抽選結果は、外れた方へのみ8月14日までに連絡します)

**申込期間** 7月1日(火)～7月31日(木)(必着)

### トレーニング室のご紹介

プラザ4階のトレーニング室には、各種筋力マシン、有酸素マシン、車いす対応マシンを設置しています。操作方法も簡単で、初めての方でも気軽にトレーニングすることができます。

- \*高校生以上の方に利用していただけます。
- \*初めて利用される方は、「トレーニング講習会(30分程度)」を受講していただきます。(要予約)
- \*トレーニングウェアなど運動しやすい服装でご利用ください。(室内用シューズ必要、ジーパン・スカートでの利用禁止)
- \*ご来館の時点で25名以上利用されている場合は、利用受付をお待ちいただくことがあります。

詳しくはホームページをご覧ください。  
(電話 275-5029 / FAX 243-4545) (http://www.sakai-kfp.info/html/use02.traning.html)

### 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)を行っています。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。

#### 高次脳機能障害とは

脳卒中や事故による頭の病気やけがなどによって脳に損傷を負った結果、記憶力や注意力、判断力などの認知機能が低下した状態のことをいいます。

新しいことを覚えることが苦手になった、集中して物事に取り組むことが難しくなった、などの症状が出る場合があります。また、それ以外にも、疲れやすくなったり、感情のコントロールが苦手になったり意欲が低下することによって、日常生活に支障をきたすこともあります。外見上わかりにくいので、周囲に理解されにくい障害です。

(http://www.sakai-kfp.info/html/rehabili.cgi)

# 健康福祉プラザニュース

## 2025年6・7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: <http://www.sakai-kfp.info/>  
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

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

### 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。お気軽にお問い合わせください。

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



#### バラエティープログラム

**概要** プールや体育室でご参加いただけるプログラムをご用意しております。指導員と一緒に楽しく身体を動かしませんか?

**日時** 【プールプログラム】  
①アクアビクス (毎週水曜)午後1時半～2時  
②水中ウォーキング (毎週水曜)午前10時半～11時  
【トレーニングプログラム】  
③やさしいストレッチポール(毎週月曜)午後1時15分～35分  
④すっきり体操 (毎週木曜)午前9時半～50分  
⑤かんたんエアロ (毎週金曜)午前11時15分～45分

**※イベント開催等で日程変更や休講日がありますのでスポーツセンターまでお問い合わせください。**

**場所** プールプログラム①②は地下1階プール、トレーニングプログラム③④⑤は1階体育室  
**対象** プールプログラム①②は16歳以上の方、トレーニングプログラム③④⑤はトレーニング講習会受講済の方  
※トレーニング講習会は、15歳以上(中学生を除く)からの受講になります。トレーニング講習会についてはスポーツセンターへ直接お問い合わせください。

**定員** ③やさしいストレッチポールは定員23名(先着順)、その他定員なし

**参加費** 障害のある方は無料  
プールプログラム①②は障害のない方 大人600円、小人300円  
トレーニングプログラム③④⑤は障害のない方 大人500円、小人250円

**持ち物** プールプログラム①②は水着、スイムキャップ、タオル等

トレーニングプログラム③④⑤は運動のしやすい服装(ジーパン・スカート不可)、室内用シューズ等

**申込** 当日、地下1階スポーツセンター受付でお申し込みください。



### 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8月23日(土)午後1時半～3時半です。

## 市民交流センター(6月受付分)

プラザ4階(電話 275-5017 / FAX 243-0330 / メール simin-kouryuu@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(HPI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

### グラスアート教室

概要 特殊なカラーフィルムを土台に貼り、鉛の線(リード線)でデザインを描いて仕上げる、簡単で安全な工芸です。スタンドグラス作品のようなインテリア雑貨が作れます。涼し気に泳ぐ「魚のオーナメント」(直径15cm)を作ります。

日時 7月18日(金) 午後2時~3時半

場所 4階クラフトルーム

対象 小学生以上

定員 10名(申し込み多数時抽選)

参加費 1,300円

持ち物 持ち帰り用ビニール袋、筆記用具

申込締切 6月2日(月)~6月16日(月)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。暑い夏、涼し気な淡いブルーとピンクをメインカラーにしたプリザーブドフラワーをガラスポットにアレンジします。本物のヒトデも飾って、夏ならではのアレンジを楽しみましょう。(直径約13cm、高さ約13cm)

日時 7月8日(火) 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

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 6月2日(月)~6月16日(月)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、「ブリオッシュ」と「シュガーブレッド」を作ります。作ったパンは、すべてお持ち帰りいただきます。

日時 7月5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

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、持ち帰り用ビニール袋、筆記用具 (※マスク着用推奨)

申込期間 6月2日(月)~6月16日(月)必着



## 障害のある方の公募展 sakai ARTcation 2025 作品募集のお知らせ

応募方法 募集資料は、ホームページにて6月2日(月)よりダウンロードできます。

作品種類 絵画・イラスト・書・造形・写真など

対象 堺市に在住・在勤・在学で障害のある方

展示 10月23日(木)~26日(日)に、1階体育室にて応募いただいた全ての作品を展示します。

申込期間 6月2日(月)~9月1日(月)必着  
※今年から期間が1ヶ月早くなっていますのでご注意ください。



ホームページ

## 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。

## 市民交流センター(7月受付分)

プラザ4階(電話 275-5017 / FAX 243-0330 / メール simin-kouryuu@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(HPI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

### 楽しく始める! 絵画教室

概要 全8回の連続講座です。初心者の方でも描きやすいモチーフで、デッサンや絵具で描く練習、屋外での写生等を行います。絵画の基礎が学びたい方及びレベルアップを図りたい方にも、丁寧に上達のコツをお教えいたします。

日時 8月1日、15日、9月5日、19日、10月3日、17日、11月7日、21日(全8回、全て金曜日) 午後2時~4時半

場所 4階クラフトルーム

対象 障害のある小学生以上の方

定員 10名(申し込み多数時抽選)

参加費 2,500円(※8回で)

持ち物 作業用エプロン、筆記用具

申込期間 7月1日(火)~7月15日(火)必着



### 夏休み子ども創作教室~タイルアートにチャレンジしよう!~

概要 割ったタイルを自由に貼り合わせて、コルクボードに絵を描きましょう!(縦幅30×横幅20cm) タイルの色や大きさ等を考えながら、自由な発想で世界に一枚しかない、オリジナルのアート作品が作れます。夏休みの宿題におすすめです。

日時 8月10日(日) 午後2時~4時

場所 4階クラフトルーム

対象 障害のある小学生(※保護者同伴)

定員 10名(申し込み多数時抽選)

参加費 600円

持ち物 軍手、筆記用具、持ち帰り用ビニール袋

申込期間 7月1日(火)~7月15日(火)必着



### 夏休み子どもパン作り教室

概要 生地を一から手でこねて、みんなで楽しく、「蒸しパン」と「ちぎりパン」を作ります。作ったパンは、すべてお持ち帰りいただきます。

日時 8月2日(土) 午後1時~4時

場所 4階クッキングルーム

対象 障害のある小学生(※保護者同伴)

定員 8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、持ち帰り用ビニール袋、筆記用具 (※マスク着用推奨)

申込期間 7月1日(火)~7月15日(火)必着



### 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「水まんじゅう」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。堺市の老舗の和菓子店「宝泉菓子舗」の三代目店主の前田崇之さんに楽しく、面白くご指導いただきます。

日時 8月24日(日) 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

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、持ち帰り用ビニール袋、筆記用具 (※マスク着用推奨)

申込期間 7月1日(火)~7月15日(火)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魚の香味焼き、②長芋中華スープ、③鮭缶と豆腐明太子和え、④冬瓜中華煮物の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 8月16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

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 7月1日(火)~7月15日(火)必着

