

## 令和7年度 スポーツ練習会【1月～3月】

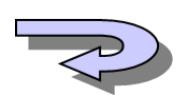
障害者スポーツ競技の練習会を開催します。

スポーツを通してたくさんの方と交流を深めましょう。初めての方もぜひご参加ください!!

| No. | 種目                   | 開催日程        | 時間                  | 申込<br>締切日    | 場所                       | 指導者                 | 対象者  |
|-----|----------------------|-------------|---------------------|--------------|--------------------------|---------------------|--|
| 1   | 陸上                   | 2/8<br>(日)  | 9:00<br>～<br>12:00  | 1/25<br>(日)  | 金岡公園<br>陸上競技場            | 堺市陸上競技協会            |  |
| 2   | 水泳                   | 1/10<br>(土) | 14:15<br>～<br>15:45 | 12/27<br>(土) | 健康福祉プラザ<br>プール           | スポーツセンター<br>指導員     | 小学4年生以上の<br>身体障害者手帳/療育手帳/<br>精神障害者保健福祉手帳/<br>自立支援医療受給者証/<br>特定疾患医療受給者証または<br>特定医療費(指定難病)受給者証/<br>小児慢性特定疾病医療受給者証/<br>障害福祉サービス受給者証/<br>特別支援学校在学証明書/<br>特別支援学級在学証明書<br>所持者<br>(水泳・アーチェリーは中学生<br>以上の上記条件該当者) |
|     |                      | 2/7<br>(土)  |                     | 1/24<br>(土)  |                          |                     |  |
| 3   | アーチェリー               | 2/1<br>(日)  | 10:00<br>～<br>11:30 | 1/18<br>(日)  | 健康福祉プラザ<br>体育室           | 大阪府<br>アーチェリー<br>連盟 |  |
| 4   | 一般卓球/<br>サウンドテープルテニス | 2/28<br>(土) | 13:15<br>～<br>14:45 | 2/14<br>(土)  | 健康福祉プラザ<br>体育室/<br>4階研修室 | 堺卓球協会               |  |
| 5   | フライング<br>ディスク        | 1/17<br>(土) | 13:15<br>～<br>14:45 | 1/4<br>(日)   | 健康福祉プラザ<br>体育室           | スポーツセンター<br>指導員     | 小学校4年生以上の方<br>(障害のない方もお申込み<br>いただけます)  |
|     |                      | 2/14<br>(土) |                     | 1/31<br>(土)  |                          |                     |  |
| 6   | ボウリング                | 2/15<br>(日) | 14:00<br>～<br>16:00 | 2/1<br>(日)   | ラウンドワン<br>堺駅前店           | 大阪府<br>ボウリング<br>連盟  |  |
| 7   | ボッチャ                 | 2/22<br>(日) | 10:00<br>～<br>11:30 | 2/8<br>(日)   | 健康福祉プラザ<br>体育室           | スポーツセンター<br>指導員     |  |



申込方法は裏面をご覧ください



**申込方法** 所定の「申込書」に必要事項を記入のうえ、下記の【申込先】に直接または郵送、FAXでお申込みください。電話でのお申込みは受け付けません。FAXでお申込みされる場合は、必ず受信確認をしてください。

**【申込先】** 堺市立健康福祉プラザスポーツセンター  
〒590-0808 堺市堺区旭ヶ丘中町4丁3番1号  
TEL 072-275-5029 FAX 072-243-4545

**【申込締切】原則として各開催日の2週間前まで。  
1月17日（土）開催のフライングディスクは1月4日（日）まで**

**参加費** • ボウリング練習会は参加費500円が必要です。シューズを借りられる方は別途400円ご準備ください。当日2階のエスカレーター前に設置する練習会受付場所でお支払ください。  
• 障害のない方でボッチャ練習会に参加される場合は、施設利用料が必要です。  
体育室利用料（大人500円、小人250円）  
• その他練習会は無料です。

**受付** • 各開催時間の15分前より受付を開始します。別紙の会場アクセスに受付場所を記載していますのでご確認ください。

**【健康福祉プラザで開催の練習会】**

水泳練習会は地下1階のスポーツセンター受付、その他の練習会は体育室へお集まりください。

**【陸上練習会(2/8) 金岡公園陸上競技場】**

南役員室で受付を行います。※南門(9:00開門)からの入場となります。

**【ボウリング練習会(2/15) ラウンドワン堺駅前店】**

ボウリング場 2階のエスカレーター前で受付を行います。

**その他** • 各練習会について

| 練習会               | 内容   |
|-------------------|--|
| 陸上練習会<br>2月8日     | 小雨決行。<br>荒天時中止。  |
| ボウリング練習会<br>2月15日 | 知的障害のある中学生以上の方は、デュアルレーン方式（フレームごとに左右の2つのレーンを移動し交互に投球する方法）で3ゲーム練習します。その他の方は、シングルレーン方式（1つのレーンを使用して投げる方法）で3ゲーム練習しますが、デュアルレーン方式を希望される方は申込用紙に記入してください。 |

- プールで開催する練習会は水着とスイムキャップを必ずお持ちください。
- 体育室で開催する練習会は運動しやすい服装と、室内用シューズを必ずお持ちください。
- 参加者の傷害保険は主催者で加入します。怪我等の場合は応急処置のみとし、その後の責任は負いません。
- 介護の必要な方は介護者同伴でご参加ください。

本事業にて主催者が撮影した写真・映像については、個人情報保護関係法令を遵守し、本事業への参加調節事務及び当センターの情報誌・ホームページ等の掲載のみに使用し、それ以外の目的には使用いたしません。



堺市立健康福祉プラザ スポーツセンター

## 会場へのアクセス

### 金岡公園陸上競技場

住所：堺市北区長曾根町1179-18

#### ■来場方法

##### 《車》

利用料金は障害者手帳を提示すると、終日免除になります。

##### 《電車》

大阪市営地下鉄御堂筋線「新金岡駅」下車 → 4番出口から西へ約1km 徒歩約10分



#### ■受付場所：陸上競技場内南役員室

### ラウンドワン堺駅前店

住所：堺市堺区戎島町4丁44番3号

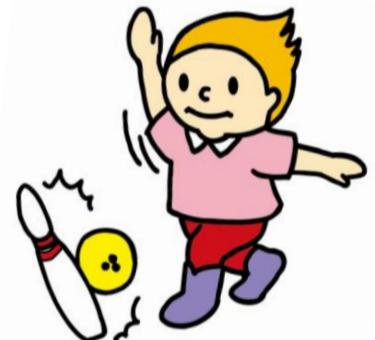
#### ■来場方法

##### 《車》

阪神高速 15号堺線 住之江出口より旧26号を南へ3分 南海堺駅前すぐ

##### 《電車》

南海本線「堺駅」下車 → 西口から徒歩約1分



##### 《電車～バス》

南海高野線「堺東駅」西口ロータリー ①番乗り場「南海本線堺駅前」行きシャトルバス乗車  
→ 約10分 2つ目「堺駅」(終点) 停留所下車 → 堀駅西口方面に徒歩 約200m

#### ■受付場所：2階のエスカレーター前

### 堺市立健康福祉プラザ

住所：堺市堺区旭ヶ丘中町4丁3番1号

スポーツセンター 【TEL】072-275-5029  
【FAX】072-243-4545

#### ■来場方法

##### 《車》

駐車料金は障害者手帳を提示すると終日免除になります。

##### 《電車》

JR阪和線「百舌鳥駅」下車 → 西へ徒歩15分(約1.4km)

JR阪和線「上野芝駅」下車 → 北西へ徒歩15分(約1.3km)

##### 《バス》

南海高野線「堺東駅」西口ロータリー

① バス乗り場の9番10番11番のりば → 「塩穴通り」下車 → 徒歩10分

② 10番のりば「宮山台経由 泉ヶ丘行」→ 「旭ヶ丘」下車 ☆1番近いバス停へ停まります。



#### 【参加時の注意点】

- ・体調が優れない場合は、参加をお控えください。
- ・お問合せやキャンセルされる場合は、堺市立健康福祉プラザ スポーツセンターまでご連絡ください。



堺市立健康福祉プラザ スポーツセンター