

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**

**第10回堺市障害者スポーツ大会がはじまります！！**  
**みなさま、応援よろしくお願いたします。**

**総合開会式**

5月6日  
(水・祝)

開催場所

金岡公園陸上競技場

受付時間

9:30~

開会式時間

10:00~

**個人競技日程**

月	日	曜日	受付時間	開始式時間	実施競技	実施場所
5	6日	(水・祝)	9:30	10:00~	総合開会式・陸上競技	金岡公園陸上競技場
	9日	(土)	9:00	9:30~	ボウリング競技	ラウンドワン泉北店
	10日	(日)	9:30	10:30~	水泳競技	堺市立健康福祉プラザ
	16日	(土)	9:30	10:00~	卓球競技	堺市立健康福祉プラザ
	17日	(日)	9:00	10:00~	アーチェリー競技	浜寺公園アーチェリー場
	23日	(土)	12:00	13:00~	フライングディスク競技	ファインプラザ大阪

**団体競技(オープン競技)日程**

開催日 : 5月24日(日)  
 開催場所 : 堺市立健康福祉プラザ

**ポッチャ**

- 開始式時間  
10:00~
- 終了予定時間  
12:00

**ふうせんバレーボール**

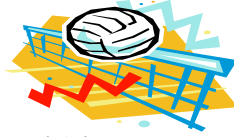
- 開始式時間  
13:30~
- 終了予定時間  
16:00

上記の個人競技(オープン競技・種目を除く)は、「第15回全国障害者スポーツ大会紀の国わかやま大会」堺市代表選手の選考会を兼ねて実施します。  
 ※オープン競技・種目に出場される方は、全国障害者スポーツ大会への選考対象にはなりません。

団体競技堺市予選会・近畿地区予選会の日程は次のページに掲載しています。

## 団体競技 堺市予選会日程

### バレーボール



- 対象者：精神障害
- 開催日：平成27年4月3日(金)
- 時 間：13:00~16:00
- 場 所：堺市立健康福祉プラザ 体育室

### ソフトボール



- 対象者：知的障害
- 開催日：平成27年4月26日(日)
- 予備日：平成27年4月29日(水・祝)
- 時 間：10:30~16:00
- 場 所：金岡公園野球場  
(予備日の場合、堺市立堺高等学校)

### バスケットボール



- 対象者：知的障害(女子)
- ※堺市への登録は1チームのみのため実施しない

## 団体競技 近畿地区予選会日程

競技名	障害種別	開催日	開催地：開催場所
バスケットボール	知的	6月7日(日)	和歌山県：田辺スポーツパーク体育館
車椅子バスケットボール	身体(肢体)	6月7日(日)	和歌山県：武道・体育センター 和歌山ビッグウェーブ
ソフトボール	知的	6月7日(日)	和歌山県：紀の川市粉河運動場
グランドソフトボール	身体(視覚)	6月7日(日)	和歌山県：紀の川市打田若もの広場
バレーボール	知的	6月7日(日)	和歌山県：海南市総合体育館
	身体(聴覚)	6月7日(日)	和歌山県：岩出市立市民総合体育館
	精神	6月7日(日)	和歌山県：田辺市体育センター
サッカー	知的	6月7日(日)	和歌山県：桃源郷運動公園陸上競技場
フットベースボール	知的	6月7日(日)	和歌山県：紀の川市粉河運動場

## 今年の全国障害者スポーツ大会は……和歌山県！！

大会マスコット  
キャラクター

紀州犬をモチーフ  
にした  
「きいちゃん」



大会名：紀の国わかやま大会2015  
大会テーマ：躍動と歓喜、そして絆

平成27年10月24日(土)~10月26日(月)までの3日間、和歌山県内の各地で正式競技(13)・オープン競技(2)が開催されます。

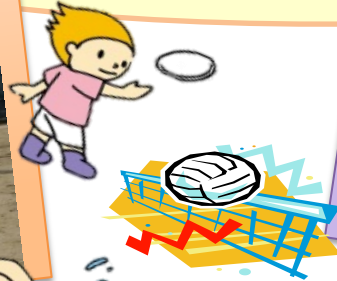
10月23日(金)に和歌山県の各競技会場を使用して公式練習会があります。堺市選手団は公式練習会に間に合うよう選手団を派遣します。

# 第10回堺市障害者スポーツ大会 に向けた練習会を報告!!



参加された皆様は大会へ向けて一生懸命練習に取り組まれていました!!

フライングディスク競技(個人競技)  
2月28日(土)



バレーボール【精神】(団体競技)  
3月1日(日)



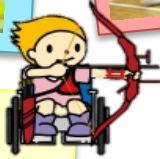
水泳競技(個人競技)  
3月7日(土)



卓球競技(個人競技)  
3月14日(土)



アーチェリー競技(個人競技)  
3月21日(土)



ソフトボール【知的】(団体競技)  
3月21日(土)



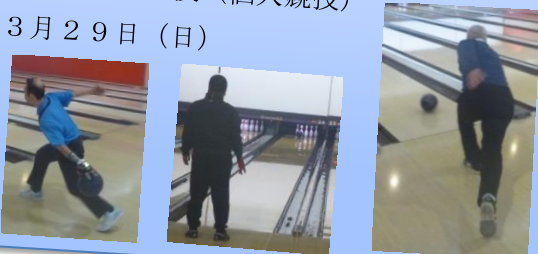
陸上競技(個人競技)  
3月22日(日)



バスケットボール競技【知的】(団体競技)  
3月22日(日)



ボウリング競技(個人競技)  
3月29日(日)



大会本番も  
頑張ってください!!

# イベント情報

# 春のプラザ祭り

春のプラザ祭り

## スポーツセンタープラザ杯



観に来てね!!  
パラリンピック正式種目  
ボッチャ大会開催!

4月18日(土) 9:00~16:00

- 体験しよう! 『ボッチャ』
- みんなで踊ろう! 『よさこい』

参加  
無料

### ボッチャって?

重度の障害のある方のために考案されたスポーツです。赤チーム3名と青チーム3名に分かれて試合を行います。各チームが的になるボールに近づけるように自分のボールを投げ、的になるボールに近いチームの勝ちになります。

### バリアフリー映画上映

(3階大研修室) 10:00~12:00

映画「最強のふたり」



## クイズラリー開催!

健康福祉プラザの各階に1問ずつ掲載されているクイズに答えて応募すると抽選で協賛企業よりご提供の景品が当たります。(景品は当日会場で紹介します)

### 創作コーナー

(1階エントランス)

- さわり織り  
(先着: 50名 参加費: 50円)

(2階エレベーター前)

- ビーズアクセサリー作り  
(先着: 50名 参加費: 50円)



(4階研修室 A)

- スイーツデコでキーホルダー作り  
(先着: 25名 参加費 400円)

午前の部: 10:00~12:00  
午後の部: 14:00~16:00



### 販売コーナー

(1階エントランス) 10:00~15:00

- 第5回堺市授産製品  
コンクール受賞作品販売  
(屋外広場) 10:00~15:30
- 「もちつき」と「野菜販売」



### 当日はフードカーも来ます!

(屋外広場) 10:00~売切れ次第終了  
パン・焼き菓子・カレーパン・カレー・  
焼きそば・鶏飯おにぎりを販売します。

### お遊びコーナー

(4階研修室 B・C) 10:00~15:30

- ストラックアウト
- フロアカーリング
- 輪投げ



参加  
無料

### 体験コーナー

(1階 EV 前) 10:00~15:00

- 点字体験
- (1階エントランス) 10:00~15:00
- 石ころアート体験
- (2階ライブラリー) 13:00~14:00
- ミニ手話講座

参加  
無料

## こんにちは!!スポーツセンター職員です!!

 <p><b>鍋島 麻莉子</b></p> <p>私はスポーツが大好きで、今はアルティメットをしています。皆様が楽しくスポーツをしていただけるようサポートしていきますので、よろしくお願いします。</p>	 <p><b>今出 茜</b></p> <p>私は、体を動かすこと大好きです!趣味でソフトボールをしています。また、体力には自信があるので、皆様と楽しく運動をしていきたいです。</p>	 <p><b>濱地 杏奈</b></p> <p>私の趣味は、スキーです。スキーを16年間しています。雪山をこよなく愛しています。皆様のお力になれるよう、頑張りますのでよろしくお願いします!!</p>
 <p><b>森岡 孝夫</b></p> <p>私は野球とアルティメットをしていました。利用者の皆様が運動を楽しく続けられるように全力でサポートしていきます!</p>	 <p><b>山本 美紗</b></p> <p>私は、バスケットボールをしていました。体を動かすことが好きで、体を動かす楽しさを皆様へお伝えできるよう、精一杯頑張ります!!</p>	

## こんにちは!!スポーツセンターアルバイトスタッフです!!

  <p><b>増戸 由佳</b></p> <p>私は、利用者の皆様の元気な姿にいつもパワーをもらっています。皆様の元気な姿に負けないように私も明るく元気に頑張ります!! よろしくお願いします。</p>	 <p><b>平田 あいみ</b></p>  <p>私は、プラザで多くの方々と会えるのを楽しみに勤務しています。ご利用の皆様が安心して運動ができて、いつも笑顔で過ごせるよう明るく元気に頑張りますので、よろしくお願いします!!</p>
--	---

## スポーツセンターに来て 元気になりました!!



山本正さん

スポーツセンターで運動するようになったきっかけは、膝が悪くなり大好きなテニスや社交ダンスができなくなったからです。開所当初から利用していて3年程、週に3回、2時間程度汗を流しています。今では少しだけ自転車にも乗れるようになりました。また、自分と同じ膝を悪くした方たちと出会い、意見交換するようにもなり、充実した運動ができるようになりました。

ご協力ありがとうございました。次は「あ・な・た」にインタビューをさせていただくかも・・・?

皆様ご協力よろしくおねがいしま〜す(o)／

教室名	対象	曜日・時間	開催日
コンディショニング水泳	身体障害者手帳所持者で身体に何らかの麻痺がある方と介護者	土曜日 11:00~12:00	4/4 5/2、9、30 6/13、14、21、28 7/5、12、19
ふうせんバレーボール	高校生以上	月曜日 13:45~14:45	4/6、13、20、27 5/11、18、25 6/1
ジュニア体操(親子)	療育手帳もしくは、精神障害者保健福祉手帳を所持している小・中学生と保護者等	木曜日 16:15~17:15	4/9、16、23、30 5/14、21、28 6/4
キッズ体操(親子)	3歳~未就学児と保護者等	木曜日 15:15~16:00	4/30 5/14、21、28 6/4
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	5/25 6/1、8、15、22、29 7/6、13
エンジョイスイム(初級)	療育手帳もしくは、精神障害者保健福祉手帳を所持している中学生以上(初心者)	月曜日 17:15~18:15	6/1、8、15、22、29 7/6、13、20
エンジョイスイム(中級)	療育手帳もしくは、精神障害者保健福祉手帳を所持している中学生以上(25m以上泳げる方)	月曜日 18:30~19:30	6/3、10、17、24 7/1、8、15、22
バリアフリーヨガ	高校生以上	水曜日 13:15~14:15	6/3、10、17、24 7/1、8、15、22
ジュニアスイム(親子)I	身体障害者手帳を所持している小学生と保護者等	金曜日 17:15~18:15	6/5、12、19、26 7/3、10、17、24
ジュニアスイム(親子)II	身体障害者手帳を所持している中学生と保護者等	金曜日 18:30~19:30	6/5、12、19、26 7/3、10、17、24
車いすハンドボール練習会		土曜日 10:00~11:30	4/4 6/6
水泳練習会		土曜日 14:30~16:00	4/4 5/26/6
卓球練習会		日曜日 10:00~11:30	4/19
(サウナ・アプテニスを含む)	中学生以上の 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 / 保持者	土曜日 13:15~14:45	6/13
アーチエリー練習会		日曜日 10:00~11:30	4/12 6/14
ビームライフル練習会		日曜日 13:15~14:45	6/28
フライングディスク練習会		土曜日 10:00~11:30	4/11 6/27
ボッチャ練習会	中学生以上	土曜日 13:15~14:45	4/5 5/3
リフレッシュ体操	精神障害のある方	木曜日 13:15~14:45	4/16 6/18
春のプラザ祭り	ボッチャ体験/よさこい どなたでも参加可能(申し込み不要)	土曜日 9:00~16:00	4/18
トレーニング講習会	高校生以上	月・水13:00~14:00 木・金18:00~19:00 木・金10:00~11:00	
はじめてプログラム	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 / 保持者	水/木/土/日 各30分 (プール/体育室)	4/2、8、11、12、15、19、22、23、25、26 5/13、20、27 6/3、7、10、11、14、17、18、20、24、25、27
アスリートプログラム(トレーニング)	堺市障害者スポーツ大会に出場される方	(トレーニング)日曜日 18:30~19:30 (プール)日曜日 17:50~18:50	4/5、19 5/3、17 6/7、21 4/12(体力測定) 6/14
個別相談	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 / 保持者優先	①水/木/金 各30分 ②金曜日 各30分	①10:15~②14:15~ 4/9、15、24 5/8、20、24 6/5、11、17 ①14:00~②14:40~ 4/17 5/15 6/19
①運動相談 ②医事相談		プールプログラム(週2) 水曜日10:30~ 木曜日13:15~ トレーニングプログラム(週4)月曜日13:15~ 木曜日9:30~ 金曜日11:15~、14:30~	
パラエティープログラム (アグアピクス・エアロピクス等)	高校生以上	木曜日 10:30~11:30	4/23
健康セミナー 「体力測定」	どなたでも参加可能		
かんたんスポーツ	どなたでも参加可能	13:15~14:45 4/5(日)「レクリエーションスポーツ」 5/3(日)「ビームライフル」 6/7(日)「ショートテニス」	