

堺市立健康福祉プラザ

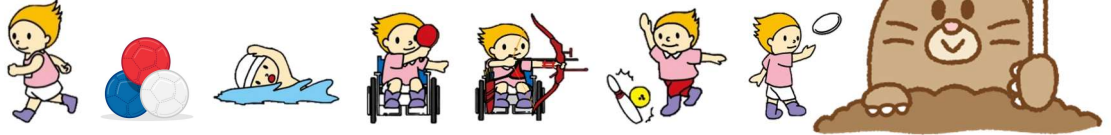
スポーツセンターたより

堺市堺区旭ヶ丘中町4丁3番1号 TEL:072-275-5029 FAX:072-243-4545

第21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
お願いいたします!!

競技日程



月	日	曜日	実施競技	受付時間	開始式時間	実施場所(受付場所)
5	5日	火・祝	陸上競技	9:30~10:00	10:00	金岡公園陸上競技場(南側入口)
	9日	土	ボッチャ	13:00~13:30	13:30	健康福祉プラザ 体育室(体育室前)
	10日	日	水泳	9:30~10:30	10:30	健康福祉プラザ プール(スポーツセンター受付)
	16日	土	卓球	9:30~10:00	10:00	健康福祉プラザ 体育室(体育室前)
	17日	日	アーチェリー	9:30~10:00	10:00	浜寺公園 アーチェリー場(アーチェリー場)
	23日	土	ボウリング	9:00~9:40	9:40	ラウンドワン堺駅前店(2階)
	24日	日	フライングディスク	11:30~12:15	12:15	大阪府立障がい者交流促進センター ファインプラザ大阪(大ホール)
8	9日	日	ボッチャ オープン団体競技	9:30~9:50	10:00	健康福祉プラザ 体育室(体育室前) 6月8日(月)申込締切
9	23日	水・祝	ふうせんバレーボール オープン団体競技	9:30~9:50	10:00	健康福祉プラザ 体育室(体育室前) 7月23日(木)申込締切

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
バレーボール	精神	6月6日(土)	和歌山県:紀の川市民体育館
ソフトボール	知的	6月14日(日)	堺市:金岡公園野球場
バスケットボール	知的	6月13日(土)、14日(日)	京都府:山城総合運動公園体育館

個人競技は、「第25回全国障害者スポーツ大会」堺市代表選手の選考会を兼ねています。
※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。



第13回フライングディスク大会

3月20日(金・祝) J-GREEN 堺

アキュラシー競技

10枚投げてゴールを通過した枚数を競います



ディスタンス競技

飛距離を競います



第13回堺市立健康福祉プラザフライングディスク大会を開催しました。今年は、晴れ間が広がる穏やかな天気の中での開催でしたが、肌寒さが残っており、選手の皆様は少し身体が固くなっている様子がありました。

本大会は、障害のある方に加えて、日頃一緒に練習をされているご家族の方や介護者もご参加いただける大会となります。今年もたくさんの方々が参加されました。ご夫婦で競い合ったりと、それぞれ大会を楽しんでおられる様子がとても印象的でした。

今年も大会運営にご協力いただきました、大阪障がい者フライングディスク協会の皆様、プラザボランティアの皆様ありがとうございました。



堺市初級パラスポーツ指導員養成講習会報告



1月11日・18日・25日の3日間、健康福祉プラザにて「初級パラスポーツ指導員養成講習会」を開催いたしました。講習会では、健康福祉プラザ視覚・聴覚障害センター、こころの健康センター、重症心身障害者(児)支援センターベルデ堺、スポーツセンターの職員に加え、外部講師のご協力のもと、受講者の皆様に、障害の特性理解、スポーツ指導のポイント、安全管理など、実践的な内容を学びいただきました。今回は、受講者が5名と少人数での開催であったため、受講者同士のペアワークや講師との対話が活発に行われ、質問もしやすい雰囲気の中で、より深い理解につながりました。

堺市では、この講習会を毎年1月に開催しています。障害のある方がスポーツを楽しむきっかけづくりに関わってみたい方、スポーツの喜びを伝えたい方は、ぜひご参加ください。皆様のお申込みをお待ちしています。

スポーツ練習会の案内

6月のスポーツ練習会を開催いたします。

競技経験を問わず、初めての方もご参加いただける練習会です。一緒にスポーツを楽しみませんか？

No.	種目	開催日程	時間	申込締切日	場所	指導者	対象
1	水泳	6/6 (土)	14:15~15:45	5/23 (土)	健康福祉プラザ プール	スポーツセンター 指導員	小学4年生以上の 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/ 特定疾患医療受給者証または 特定医療費(指定難病)受給者証/ 小児慢性特定疾病医療受給者証/ 障害福祉サービス受給者証/ 特別支援学校在学証明書/ 特別支援学級在学証明書 所持者 (水泳・アーチェリーは中学生 以上の上記条件該当者)
2	アーチェリー	6/28 (日)	10:00~11:30	6/14 (日)	健康福祉プラザ 体育室	大阪府 アーチェリー連盟	
3	一般卓球/ サウンドテーブルテニス	6/27 (土)	13:15~14:45	6/13 (土)	健康福祉プラザ 体育室/ 4階研修室	堺卓球協会	
4	フライングディスク	6/13 (土)	13:15~14:45	5/30 (土)	健康福祉プラザ 体育室	スポーツセンター 指導員	
5	ポッチャ	6/7 (日)	10:00~11:30	5/24 (日)	健康福祉プラザ 体育室	スポーツセンター 指導員	

申込締切が過ぎた場合でも、定員に達していなければ、お申込みいただける事業もございます。詳しくは、スポーツセンターまでお問い合わせください。

【申込方法】健康福祉プラザホームページから申込書をダウンロード、またはスポーツセンターで配架していますので、必要事項をご記入の上、下記の申込先に直接または郵送、FAXでお申込ください。

【問合せ先】堺市立健康福祉プラザ スポーツセンター (TEL)072-275-5029 (FAX)072-243-4545

第1回スポーツ教室の案内

個々に合わせて指導員が丁寧に指導いたします。初めての方も大歓迎です！
※申込多数の為、抽選になった場合は、初めて参加される方を優先させていただきます。ご了承ください。

- 《対象者詳細》①身体障害者手帳所持者 ②療育手帳所持者 ③精神障害者保健福祉手帳所持者 ④自立支援医療受給者証所持者
⑤特定疾患医療受給者証所持者または特定医療費(指定難病)受給者証所持者 ⑥小児慢性特定疾病医療受給者証所持者
⑦3歳～未就学児 ⑧障害福祉サービス受給者証所持者 ⑨特別支援学級・学校在学証明書所持者

教室名	参加対象者	曜日	時間	受付開始時間	日程	定員	場所	申込締切	
1 ポッチャ	15歳以上の方となたでも(中学生を除く)	月	13:45～14:45	13:30～	4/13、20、27 5/11	18名	体育室	3/30(月)	
2 キッズスイム(親子)	⑦と保護者等	月	15:00～15:45	14:45～	4/13、20、27 5/11、18、25 6/1、8	15組	プール		
3 ジュニア体操(知的)	②・③・④・⑧・⑨(知的のいずれかを所持する小学1～3年生と保護者等、または小学4年生～中学生(介助が必要な方は保護者等同伴))	木	16:30～17:30	16:15～	4/16、23、30 5/14、21、28 6/4、11	10名	体育室	申込締切が過ぎた場合でも、 定員に達していなければ、 お申込みいただける事業も ございます。 詳しくは、スポーツセンター までお問い合わせください。	
4 ジュニアスイム(知的Ⅰ)	②・③・④・⑧・⑨(知的のいずれかを所持する小学1～3年生と保護者等、または小学4年生～中学生(介助が必要な方は保護者等同伴))	金	17:15～18:15	17:00～	4/17、24 5/1、8	10名	プール		
5 エンジョイスイム(知的・初級)	②・③・④・⑧・⑨(知的のいずれかを所持する15歳以上の方(中学生を除く))	月	18:00～19:00	17:45～	4/20、27 5/11、18、25 6/1、8、15	10名	プール		4/6(月)
6 エンジョイスイム(知的・中級)	②・③・④・⑧・⑨(知的のいずれかを所持し、 25m以上泳げる 15歳以上の方(中学生を除く))	月	18:00～19:00	17:45～	4/20、27 5/11、18、25 6/1、8、15	10名			
7 エンジョイスイム(身体・初級)	①・⑤・⑥・⑧・⑨(身体のいずれかを所持する15歳以上の方(中学生を除く))	月	19:15～20:15	19:00～	4/20、27 5/11、18、25 6/1、8、15	10名			
8 エンジョイスイム(身体・中級)	①・⑤・⑥・⑧・⑨(身体のいずれかを所持し、 25m以上泳げる 15歳以上の方(中学生を除く))	月	19:15～20:15	19:00～	4/20、27 5/11、18、25 6/1、8、15	10名			
9 リラックスヨガ	15歳以上の方となたでも(中学生を除く)	水	11:00～12:00	10:45～	5/13、20、27 6/3、10、17、24 7/1	40名	体育室		4/29(水祝)
10 ジュニアスイム(身体Ⅰ)	①・⑤・⑥・⑧・⑨(身体のいずれかを所持する小学1～3年生と保護者等、または小学4年生～中学生(介助が必要な方は保護者等同伴))	水	17:15～18:15	17:00～	5/13、20、27 6/3	10名	プール		
11 キッズ体操(親子)	⑦と保護者等	木	15:30～16:15	15:15～	5/14、21、28 6/4、11	5組	体育室		
12 ふうせんバレーボール	15歳以上の方となたでも(中学生を除く)	月	13:45～14:45	13:30～	5/18、25 6/1、8	24名	体育室		5/4(月祝)
13 ジュニアスイム(知的Ⅱ)	②・③・④・⑧・⑨(知的のいずれかを所持する小学1～3年生と保護者等、または小学4年生～中学生(介助が必要な方は保護者等同伴))	金	17:15～18:15	17:00～	5/22 6/12、19、26	10名	プール		5/16(土)
14 コンディショニング水泳	①・⑤で身体に何らかの麻痺がある(介助が必要な方は保護者等同伴)	土	16:00～17:00	15:45～	5/30 6/6、13、20、27 7/4、11、18	5組	プール		
15 ジュニアスイム(身体Ⅱ)	①・⑤・⑥・⑧・⑨(身体のいずれかを所持する小学1～3年生と保護者等、または小学4年生～中学生(介助が必要な方は保護者等同伴))	水	17:15～18:15	17:00～	6/10、17、24 7/1	10名	プール		



※各教室、小学3年生以下の方は必ず保護者等同伴でご参加ください。小学4年生以上の方は保護者等の介護者無しでもご参加いただける教室があります。ただし、介助が必要な場合は保護者等同伴でご参加ください。

【申込方法】健康福祉プラザホームページから申込書をダウンロード、またはスポーツセンターで配架していますので、必要事項をご記入の上、下記の申込先に直接または郵送、FAXでお申込ください。
【問合せ先】堺市立健康福祉プラザ スポーツセンター (TEL)072-275-5029 (FAX)072-243-4545

令和8年度 5月・6月カレンダー

5月

					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

6月

	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

※5日(火・祝)堺市障害者スポーツ大会
陸上競技開催のため休館
※10日(日)堺市障害者スポーツ大会
水泳競技開催

■: 休館
▣: 利用時間変更有



☆ 今年度もみなさまのご利用をお待ちしております ☆

指定管理者：堺市社会福祉事業団 堺障害者団体連合会 フィットネス21事業団 共同事業体