

スポーツセンターだより

夏の夜を楽しく過ごすイベント!

ながい だい かい
第42回
なつ ぼん たいかい
夏まつり(盆おどり大会)

にちじ がつ にち とう
日時：8月6日 (土)

10:00~
パターゴルフ、こどもあそびひろば、バザー

16:00~
ゆかた体験
(事前に申込み必要)

18:00~
盆おどり大会、夜店
(雨のときは館内)



ゆかた体験



のうりよう はな び
まいしま **納涼花火イベント**

にちじ がつ にち きんよう
日時：8月5日 (金)

18:00~ 屋台
19:30~ 花火
(雨のとき：19日(金)に延期)



打ち上げ花火と手持ち花火を
行います

屋台にもぜひお立ち寄り
ください!



《今号の内容》

1面 夏まつり・納涼花火イベント
2面 スポーツ教室案内(長居)
3面 スポーツ教室案内(舞洲)
4面 大会・イベント案内

5面 大会・イベント案内、障がい者スポーツ振興事業
6面 大会・イベント報告
7面 新しく配属された職員の紹介、ラウンジ、職員コラム
8面 スポーツセンターからのお知らせなど

ホームページをリニューアルしました!

「長居障がい者スポーツセンター」
「舞洲障がい者スポーツセンター」

で検索!



【各ページ隅のSPコードに、専用機器(スピーチオ)をかざすことで、音声として読みあげます。】



すべて申込不要(自由参加)の教室です。



注目の教室をピックアップ!

6

健康寿命をのぼそう

運動を習慣化して、
 健康な生活を維持・
 向上させましょう!



- ①リラクゼーション
- ②いろいろトレーニング
- ③アクアビクス
- ④認知症予防



日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			休館日		高次脳機能障がい者の ふれあい活動 13:00～14:45	
5	6	7	8	9	10	11
ジュニア水泳 (赤)15:00～15:45 (黄)16:00～16:45		・健康寿命をのぼそう (リラクゼーション) 14:30～15:00 ・からだづくり 18:30～19:30	休館日	健康寿命をのぼそう (認知症予防) 13:15～14:45	知的・発達障がい児 の運動 15:00～16:00	ミュージック・ケア ① 13:00～13:45 ② 14:00～14:45
12	13	14	15	16	17	18
	精神障がい者の フットサル 13:15～14:30	・健康寿命をのぼそう (いろいろトレーニング) 14:30～15:00 ・からだづくり 18:30～19:30	休館日	休館日	・健康寿命をのぼそう (アクアビクス) 11:00～11:30 ・高次脳機能障がい 者のふれあい活動 13:00～14:45	エンジョイ!レク 13:30～14:30
19	20	21	22	23	24	25
ジュニア水泳 (赤)15:00～15:45 (黄)16:00～16:45		からだづくり 18:30～19:30	休館日		知的・発達障がい児 の運動 15:00～16:00	リズムでからだを動 かそう 13:30～14:30
26	27	28	29	30		
ジュニア水泳 (青)15:00～15:45 (緑)16:00～16:45	精神障がい者のフ ットサル 13:15～14:30	からだづくり 18:30～19:30	休館日			

7

ジュニア水泳

赤班 水なれ

黄班 浮き身から泳ぎまで

対象：障がいのある幼児・小学生と
 その保護者



水あそびから
 はじめましょう!



青班 25m完泳

対象：障がいのある幼児・小学生と
 その保護者

緑班 25m以上の泳力アップ・
 大会出場

対象：障がいのある小学生(高学年)・
 中学生

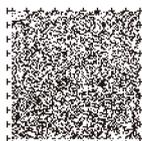
いっぱい泳いで、いっ
 ぱい笑って、いっぱい
 友達を作ろう!



日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					高次脳機能障がい者の ふれあい活動 13:00～14:45	みんなで踊ろう盆踊り 13:30～14:15
3	4	5	6	7	8	9
		・健康寿命をのぼそう (リラクゼーション) 14:30～15:00 ・からだづくり 18:30～19:30	休館日		知的・発達障がい児 の運動 15:00～16:00	ミュージック・ケア ① 13:00～13:45 ② 14:00～14:45
10	11	12	13	14	15	16
ジュニア水泳 (青)15:00～15:45 (緑)16:00～16:45	精神障がい者のフ ットサル 13:15～14:30	・健康寿命をのぼそう (いろいろトレーニング) 14:30～15:00 ・からだづくり 18:30～19:30	休館日		・健康寿命をのぼそう (アクアビクス) 11:00～11:30 ・高次脳機能障がい 者のふれあい活動 13:00～14:45	エンジョイ!レク 13:30～14:30
17	18	19	20	21	22	23
ジュニア水泳 (赤)15:00～15:45 (黄)16:00～16:45		からだづくり 18:30～19:30	休館日	休館日		リズムでからだを動 かそう 13:30～14:30
24	25	26	27	28	29	30
ジュニア水泳 (青)15:00～15:45 (緑)16:00～16:45	精神障がい者のフ ットサル 13:15～14:30	からだづくり 18:30～19:30	休館日			みんなで踊ろう盆踊り 13:30～14:15
31						

8

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
			休館日		みんなで踊ろう盆踊り 13:30～14:15	
7	8	9	10	11	12	13
			休館日			ミュージック・ケア ① 13:00～13:45 ② 14:00～14:45
14	15	16	17	18	19	20
			休館日	休館日		エンジョイ!レク 13:30～14:30
21	22	23	24	25	26	27
			休館日			リズムでからだを動 かそう 13:30～14:30
28	29	30	31			
			休館日			





きょうしつ がつ がつ
スポーツ教室 (6月～8月)

「ワンポイントスイミングレッスン」を除き、
 他は申込不要(自由参加)の教室です。

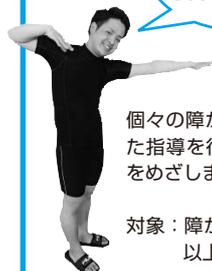
6

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
				ジュニア剣道 18:30～19:30		
5	6	7	8	9	10	11
	股・膝関節障がい者の トレーニング (水中運動) 11:00～12:00	休館日	健康づくり (水中運動) 13:30～14:00		★ワンポイントスイ ミングレッスン 13:15～15:00	・ジュニア卓球 10:15～12:00 ・レベルアップ水泳 18:30～19:30
12	13	14	15	16	17	18
ジュニアクラブ ・フットサル 10:30～12:00 ・麻雀バスケットボール 13:15～14:45 ・水泳 (メダカ) 15:15～16:00 (ビッコ) 16:15～17:00	★ワンポイントスイ ミングレッスン 18:00～19:00	休館日	健康づくり (トレーニング・ ストレッチ) 13:30～14:00	ジュニア剣道 18:30～19:30		・知的・発達障がい者の チャレンジ教室 10:30～12:00 ※雨天中止 ・ジュニア水泳 (イルカ) 18:00～19:00
19	20	21	22	23	24	25
グラウンドゴルフ体験 13:00～15:00	休館日	休館日		★ワンポイントスイ ミングレッスン 13:15～15:00	レベルアップ水泳 18:30～19:30	
26	27	28	29	30		
ジュニアクラブ ・フットサル 10:30～12:00 ※多目的ひろば 雨天中止 ・水泳 (メダカ) 15:15～16:00 (ビッコ) 16:15～17:00	★ワンポイントスイ ミングレッスン 13:15～15:00	休館日				

すいすい
レベルアップ水泳
 かんえいしや
 ☆25m完泳者から



泳力アップをめざそう！
 ターンやスタートの練習
 もします。



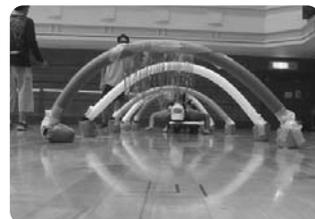
個々の障がいや能力に応じ
 た指導を行い、泳力アップ
 をめざします。

対象：障がいのある中学生
 以上の人

7

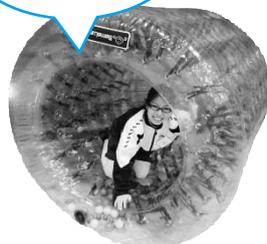
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
						ジュニア水泳 (イルカ) 18:00～19:00
3	4	5	6	7	8	9
	股・膝関節障がい者の トレーニング (水中運動) 11:00～12:00 ★ワンポイントスイ ミングレッスン 13:15～15:00	休館日		ジュニア剣道 18:30～19:30	★ワンポイントスイ ミングレッスン 13:15～15:00	・ジュニア卓球 10:15～12:00 ・ビームライフル射撃 12:00～15:30 ・体験 13:00～16:00 ・ジュニア水泳 (イルカ) 18:00～19:00
10	11	12	13	14	15	16
ジュニアクラブ ・フットサル 10:30～12:00 ・麻雀バスケットボール 13:15～14:45 ・水泳 (メダカ) 15:15～16:00 (ビッコ) 16:15～17:00	★ワンポイントスイ ミングレッスン 18:00～19:00	休館日	健康づくり (水中運動) 13:30～14:00	★ワンポイントスイ ミングレッスン 13:15～15:00		・知的・発達障がい者の チャレンジ教室 10:30～12:00 ・遊びのひろば 13:00～16:00 ・ジュニア水泳 (イルカ) 18:00～19:00
17	18	19	20	21	22	23
		休館日	健康づくり (トレーニング・ ストレッチ) 13:30～14:00		レベルアップ水泳 18:30～19:30	
24	25	26	27	28	29	30
ジュニア水泳 (メダカ) 15:15～16:00 (ビッコ) 16:15～17:00		休館日			遊びのひろば 13:00～16:00	
31						

あそ
遊びのひろば



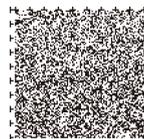
どなたでも気軽に参加できるレクリ
 エーションを行います。

アリーナで元気いっぱい
 からだを動かして遊びま
 しょう！



8

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
						遊びのひろば 13:00～16:00 ・ジュニア水泳 (イルカ) 18:00～19:00
7	8	9	10	11	12	13
		休館日		ジュニア剣道 18:30～19:30		
14	15	16	17	18	19	20
	休館日	休館日				ジュニア水泳 (イルカ) 18:00～19:00
21	22	23	24	25	26	27
		休館日	遊びのひろば 13:00～16:00			・ジュニア卓球 10:15～12:00 ・ミュージック・ケア 13:30～14:30
28	29	30	31			
ジュニアクラブ ・フットサル 10:30～12:00 ・麻雀バスケットボール 13:15～14:45 ・水泳 (メダカ) 15:15～16:00 (ビッコ) 16:15～17:00		休館日				



しょう
ながい
障がいの理解講座

がつかいさい こうざ
6月開催の講座
じゅうどしょう しゃ ちいき
**「重度障がい者の地域での
自立生活について
～当事者の立場から～」**

6月20日(月) 13:15～14:45

おおはし あきえ
講師 大橋グレース 愛喜恵 (自立生活夢宙センター)



NHK教育テレビの障がい者向け情報番組「バリバラ」にレギュラーとして出演中。

重度障がいがありながらも充実した日常生活のこと、障がい者の自立をめざした啓発活動などを語っていただきます。

※申込みは6月10日(金)までです。

○●障がいの理解講座 年間予定●○

(詳しくは後日、館内掲示やホームページなどでお知らせします。)

- ・股関節障がい者について(10月2日(日))
- ・知的・発達障がい児・者のスポーツ・運動教室の内容について(11月18日(金))

障がい児を対象とした「ムーブメント教室」を実施している長野県障がい者福祉センターから講師を招き、教室のお話を聞くとともに、長居で開催している知的・発達障がい児・者対象の教室を紹介します。

- ・精神障がい者について～当事者の立場から～(12月 日時未定)

- ・脳血管障がい者の運動について(3月12日(日))

慢性期の脳血管障がい者の運動について、正しく継続するための評価と運動のお話、また、脳血管障がいの最新情報をお伝えします。



昨年度の様子

まいしま
だい かい
第5回アミティカップソフトボール大会 たいかい



日 時：7月17日(日) ≪予備日：7月30日(土)≫
9:00～17:00

場 所：舞洲運動広場(セレッソスポーツパーク舞洲)

知的障がい児(者)を中心に構成された12チームが出場し、日頃の練習の成果を発揮する大会です。観戦無料、ぜひ応援に来てください。



た
その他のイベントのおしらせ

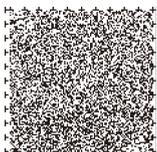
ながい
6月5日(日)
第12回風船バレーボールおおさか大会

6月19日(日)
第5回STT選手権大阪大会
(STT:視覚障がい者の卓球である
サウンドテーブルテニスの略称)

8月7日(日)
長居STT研究会
サウンドテーブルテニス「オープン戦」

まいしま
6月4日(土)・5日(日)
第22回日本電動車椅子サッカー選手権
関西ブロック予選会

7月3日(日)
第43回大阪ろうあ者スポーツ大会





2016 大阪市ふれあい水泳大会

おおさかし

すいえいたいかい

日時：9月22日(木・祝)
 9：15 受付開始
 10：30 開会式
 10：45 競技開始 17：00 競技終了予定
 場所：舞洲障がい者スポーツセンター



つなぐ瞬間がドキドキのリレー



メダルをもらって嬉しさいっぱい！

出場についてはこちら

対象：大阪府内在住あるいは舞洲・長居障がい者スポーツセンターを利用している知的障がいのある人、または大会当日18歳未満の障がいのある人
 定員：320名程度(先着順)
 *定員になり次第、受付終了
 参加費：(個人) 1種目500円
 (リレー) 1チームにつき2,000円
 申込期間：①スポーツセンターへ持ってくる場合
 7月9日(土)～8月7日(日)
 ②郵送の場合 7月31日(日)必着
 ※FAXでの申込みはできません。



夏休み映画上映会

日時：7月22日(金)・23日(土)・24日(日)
 8月5日(金)・6日(土)・7日(日)
 ①11：30～ ②12：30～
 ③13：30～ ④14：30～
 場所：舞洲障がい者スポーツセンター
 参加費：無料
 どなたでもご参加いただけます。



上映するタイトルなどは、館内掲示などでお知らせします。

障がい者スポーツ振興事業

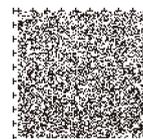


大阪市障がい者スポーツ指導者養成講習会 (初級) 受講者募集中！

日時：7月24日(日) 9：45～17：00
 7月30日(土) 9：30～18：15
 7月31日(日) 9：30～17：15
 場所：7月24日 長居障がい者スポーツセンター
 30日・31日 舞洲障がい者スポーツセンター
 受講資格：全日程を受講できる18歳以上の方
 (平成28年4月1日現在)
 受講料：無料(ただし、テキスト代3,500円が必要です)
 申込締切：6月12日(日)
 申込方法：申込書に記入のうえ、持参・郵送・FAX・メールのいずれかでお申し込みください。
 申込場所：講習会事務局(長居障がい者スポーツセンター内)



☆詳しくは、スポーツセンターまたはホームページにある開催要項をご覧ください。



ながい

せんしゅはくつじぎょう
パラトライアスロン 選手発掘事業
 やってみよう!パラトライアスロン



視覚障がいの選手が使う「タンデムバイク」

開催日:3月21日(月・祝)
 参加者数:40名

競技の概要や自転車の試乗、ウェットスーツを着ての試泳を行いました。参加者からは、この体験会をきっかけに、大会をめざすという声もありました。



競技で使う車椅子、自転車と記念撮影「はい、チ～ズ☆」



まいしま
2016 舞洲

たいかい
インドアアーチェリー大会



競技中のようす

開催日:3月20日(日)
 参加者数:83名

障がいのある人とない人が一堂に会し、活発に交流が行われました。障がい者アーチェリーの普及・発展に関する声もありました。



たつきゅうたいかい
2016 まいしま卓球大会

開催日:5月3日(火・祝)
 参加者数:154名



最年少11歳から最高齢81歳まで、障がいのある人とない人が卓球を通してお互いの交流を図り、熱戦を繰り広げました。



参加者からのコメント
 初めての大会だったけど、1勝することができました。来年に向けて、練習頑張ります！

ながい

だい かいおおさか
第19回大阪アンリミテッド
 アーチェリー大会 たいかい

開催日:4月10日(日)
 参加者数:48名

アンリミテッド(無制約)をモットーとした、初心者にやさしい大会です。体験教室から競技を始めた人も多く参加しました。



的の距離は最短で5mから



だい かいおおさか ししゅう しゃ たいかい
第16回大阪市障がい者スポーツ大会

初めて参加した人も毎年出場している人も、日頃の練習の成果を発揮しました。この大会は、10月に若手県で開催される「第16回全国障害者スポーツ大会」に出場する大阪市代表選手候補の選考会を兼ねています。



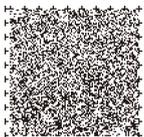
アーチェリー
 5月14日(土)
 長居障がい者
 スポーツセンター



ボウリング
 5月15日(日)
 弁天町グランドボウル



卓球
 5月15日(日)
 長居障がい者
 スポーツセンター



ながい



森本 慎司
(もりもと しんじ)
総務課 総務係長

- ①読書
- ②スポーツセンターでの勤務は初めてなので、新人のつもりで頑張ります。



柳生 みづほ
(やぎゅう みづほ)
指導課 スポーツ指導員

- ①ビーチバレー、バレーボール
- ②笑顔で楽しく、みなさんとスポーツができればと思います。

写真

名前
(よみがな)
所属

- ①得意なスポーツ・趣味
- ②ひとこと



河合 俊次
(かわい しゅんじ)
指導課 スポーツ指導員
(理学療法士)

- ①ポッチャ
- ②久しぶりのスポーツセンター勤務、がんばります！



柿谷 早紀
(かきたに さき)
指導課 スポーツ指導員

- ①バレーボール
- ②笑顔でがんばります！一緒にからだを動かしましょう！



川合 歩
(かわい あゆみ)
指導課 スポーツ指導員

- ①ハンドボール
- ②一緒にスポーツを楽しみましょう！

職員コラム

今回は、スポーツ振興室の角正主任です。

大阪市内各おおさかし区ないかくくで障しょうがいのある人のスポーツをひろ広めています！

地域でのスポーツ振興を担当する「スポーツ振興室」では、障がいのある人の地域でのスポーツ・レクリエーション活動や、「障がい者のスポーツ」の普及など、地域に出向いてさまざまな活動を行っています！ご要望がありましたら、お気軽にお問い合わせください！
(☎06-6606-1631)



西区障がい者スポーツ・レクリエーションひろば
障がいのある人たちが区民ホールに集い、音楽体操やレクリエーションを楽しみました

競技用車椅子体験会

地域でのイベントにて、障がい者のスポーツで使用する競技用車椅子の体験コーナーを担当し、障がい者のスポーツをたくさんの人に知ってもらいました



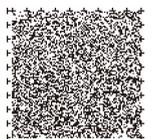
ラウンジ「ゆにてい」

今年も、夏まつりに出店します！
新メニューに、鶏肉の塩焼きが登場！

その他、ポテトフライ、焼きそば、鶏のからあげなどの定番メニュー、冷たい飲み物も用意してお待ちしています！



夏季メニューも始めています。ぜひご利用ください。



スポーツセンターからのお知らせ



ホームページのリニューアルについて

4月1日より、ホームページをリニューアルしました。



トップ画面

リニューアルの一例(スポーツ教室)

— スポーツ教室

2.5mチャレンジ水泳①

内容	2.5m泳げるようになることを目標に、個々の障がいや能力に応じた指導を行います。	<input type="button" value="版"/> <input type="button" value="免"/> <input type="button" value="秘"/> <input type="button" value="内"/> <input type="button" value="知"/> <input type="button" value="柄"/>
日程	H28.5/11~7/27 (水) 全12回	<input type="button" value="要申込"/>
時間	18:30~19:30	
対象	障がいのある中学生以上の入会員：10名程度	
場所	プール	
参加費	無料	
申込	3/23~4/10	

目的別に探しやすい

参加対象の障がいがわかりやすい

写真でようすがわかる

屋外プールの利用について

下記の日程で屋外プールをオープンします。ぜひご利用ください。

7月23日(土)~8月30日(火)
10:00~15:00 (12:15~13:00は休憩時間となります)

プールの一般利用休止について

「2016大阪市ふれあい水泳大会」開催に伴い、下記のとおり、プールの一般利用を休止いたします。

9月21日(水) 17:00~21:00
9月22日(木・祝) 終日

サブアリーナのリニューアルについて

4月1日より、サブアリーナをリニューアルしました。

自立式ハンモックを新たに設置しました。



より安全に多くの方にご利用いただくため、トランポリンからエアートランポリンに変更しました。

《読者のみなさまへ》

ホームページでは「センターだより」のバックナンバーをご覧いただけます。ご意見、ご感想をお寄せください。

長居休館日 毎週水曜日、第3木曜日
舞洲休館日 毎週火曜日、第3月曜日
 ※休館日が祝日にあたる場合は開館します。
 ※年末年始の休館日は12月29日(木)~1月3日(火)です。

開館時間 平日・土曜日 9:00~21:00
 日曜日・祝日 9:00~18:00

編集・発行

(社福) 大阪市障害者福祉・スポーツ協会 障がい者スポーツ振興部 スポーツ振興室

大阪市長居障がい者スポーツセンター
 (〒546-0034 大阪市東住吉区長居公園1-32)
 スポーツ施設 TEL 06-6697-8681 FAX 06-6697-8613
 スポーツ振興室 TEL 06-6606-1631 FAX 06-6606-1638

大阪市舞洲障がい者スポーツセンター
 (〒554-0041 大阪市此花区北港白津2-1-46)
 スポーツ施設 TEL 06-6465-8200 FAX 06-6465-8207
 宿泊研修施設 TEL 06-6465-8210 FAX 06-6465-8213

