

# 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  
**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**

けんこうじゆみょう  
**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
	精神障がいの者の 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 ・高次脳機能障がいの 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	精神障がいの者のフ 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

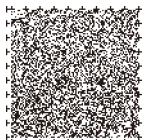
いっぱい泳いで、いっ  
 ぱい笑って、いっぱい  
 友達を作ろう!



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	精神障がいの者のフ 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 ・高次脳機能障がいの 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	精神障がいの者のフ 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。



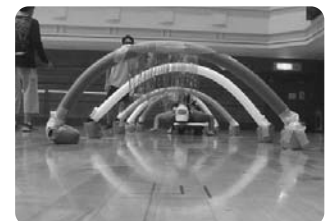
個々の障がいや能力に応じ  
 た指導を行い、泳力アップ  
 をめざします。

対象：障がいのある中学生  
 以上の人

**7**

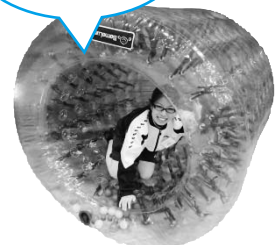
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
						ジュニア水泳 (イルカ) 18:00～19:00
3	4	5	6	7	8	9
	股・膝関節障がい者の トレーニング (水中運動) 11:00～12:00 ★ワンポイントスイ ミングレッスン 13:15～15:00	休館日		ジュニア剣道 18:30～19:30	★ワンポイントスイ ミングレッスン 13:15～15:00	・ジュニア卓球 10:15～12:00 ・ビームライフル射撃 体験 12:00～15:30 ・遊びのひろば 13:00～16:00 ・ジュニア水泳 (イルカ) 18:00～19:00
10	11	12	13	14	15	16
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**



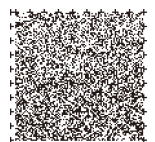
どなたでも気軽に参加できるレクリ  
 エーションを行います。

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

講師 おおはし あきえ  
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**

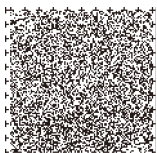
ながい  
6月5日(日)  
第12回風船バレーボールおおさか大会

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

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。



メダルをもらって嬉しさいっぱい!



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

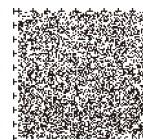


大阪市障がい者スポーツ指導者養成講習会 (初級) 受講者募集中!

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

### パトリアスロン 選手発掘事業 やってみよう!パトリアスロン

せんしゅはつくつじぎょう



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。



### 2016 舞洲

### インドアアーチェリー大会

たいかい



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。



競技で使う車椅子、自転車と記念撮影「はい、チ～ズ☆」



### 2016 まいしま卓球大会

たつきゅうたいかい

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。

ながい

### 第19回大阪アンリミテッドアーチェリー大会

だい かいおおさか

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

#### 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!



### 第16回大阪市障がい者スポーツ大会

だい かいおおさか ししゅう しゃ たいかい

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。



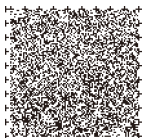
アーチェリー  
5月14日(土)  
長居障がい者  
スポーツセンター



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

まいしま



**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。

大阪市内各なご区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



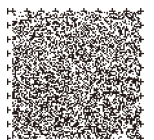
**ラウンジ「ゆにてい」**

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

目的別に探しやすい

25mチャレンジ水泳①

内容	25m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。
日程	H28.5/11~7/27 (水) 全12回
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

写真でようすがわかる

参加対象の障がいがわかりやすい

## 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

