

スポーツセンターだより



ながい

だい かい なつ ぼん たい かい 第45回 夏まつり (盆おどり大会)

盆おどり大会や夜店、パターゴルフなど、
一緒に楽しみましょう!

開催日: **8月3日(土)**

・パターゴルフ

時間 13:00~16:00

場所 体育室

・盆おどり大会・夜店

時間 18:00~20:30

場所 駐車場 (雨天時は体育室、1F通路)



昨年の様子



まいしま

のうりょうはな び

納涼花火イベント

開催日: **8月9日(金)**

予備日: 8月23日(金)

17:00~19:00 夏の遊びなど (アリーナ)

18:00~ 屋台開店 (シャトルバス乗り場)

19:30~20:10 花火イベント

※雨天等による花火・屋台の中止の判断は、15時とします。その場合、
その後の天候に関わらず中止となります。

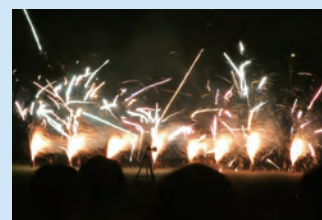
※15時以降に雨天等になった場合、18時30分に中止の判断をします。

※天候の状況により、途中で中止する場合があります。

夏の風物詩である花火 (打ち上げ、手持ち) や
夏にちなんだ遊び、屋台出店など、夏ならではの
内容が盛りだくさん! 夏休みのひとときをアミ
ティ舞洲で、一緒に過ごしましょう。



夏の遊び



打ち上げ花火

今号の 内容

1面 夏まつり、納涼花火イベント
2~3面 スポーツ教室案内 (長居)
4~5面 スポーツ教室案内 (舞洲)
6面 大会・イベント 案内・報告

7面 障がい者スポーツ振興事業
スポーツセンターからのお知らせ
8面 新規配属職員の紹介
スポーツセンターからのお知らせ

ホームページ



ながい

長居障がい者スポーツセンター

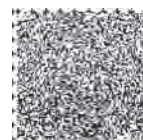
検索



まいしま

舞洲障がい者スポーツセンター

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。



ながい

スポーツ教室 (6月～8月)

●技術習得、リハビリ、健康づくり、クラブ体験など、様々な教室を実施します。

自由
参加

参加ご希望の方は、当日実施場所までお越しください。

精神障がい者のフットサル

体育室

パスやシュートなどフットサルの基本練習を行い、ゲームができるようにつなげていきます。

開催日：6月10日・24日、7月8日・22日、8月26日〈月曜日〉
時 間：13:15～14:30

対象者 精神障がいのある18歳以上の人と
その家族・介助者

登録制

高次脳機能障がい者のいきいき

体育室

運動やグループワークを行います。高次脳機能を向上させ、個人の希望の実現に向けた支援を行います。

開催日：6月7日、7月5日〈金曜日〉
時 間：13:00～14:45

対象者 高次脳機能障がいのある18歳以上の人

自由
参加

脳血管障がい者の当事者会

遊戯室

情報交換やマット上での片麻痺リハビリ体操を行います。

開催日：6月13日〈木曜日〉
時 間：13:15～14:30

対象者 脳血管障がいのある18歳以上の人

自由
参加

精神障がい者のふれあい活動

研修室1

ストレッチ、リラクセーション、屋外でのウォーキングなど。

開催日：9月3日・17日、10月1日、
11月5日・19日、12月3日・17日〈火曜日〉
時 間：13:15～14:45
事前申込：7月1日(月)～7月30日(火)

ストレッチ、
リラクセーション、
屋外でのウォーキング等
を行います。



対象者 精神障がいのある
18歳以上の人
定員：10名程度

事前
申込

股関節・膝関節トレーニング

プール

股関節・膝関節周りの筋力アップ・関節可動域訓練を行います。

開催日：6月17日〈月曜日〉
時 間：13:30～14:30



関節や筋肉にづらい痛みやしびれ、
思い通りに動かせない…、
運動が良い！とわかってはいるけど
なかなかできない…という悩みを
お持ちの方、一緒に運動しませんか！
共にいい汗をかいて日頃の
悩みを解消しましょう！

対象者 股関節・膝関節障がいのある18歳以上の人

自由
参加

認知機能を高めよう

体育室

運動による「身体機能」と「認知機能」の向上をめざした活動を行います。

開催日：6月21日、7月19日〈金曜日〉
時 間：13:15～14:30

対象者 障がいのある18歳以上の人

自由
参加

ランrunラン

体育室

走る動作につながる動きやトレーニングを取り入れながら、ランニングを行います。

開催日：6月4日・11日・25日、
7月2日・9日・23日〈火曜日〉
時 間：19:00～20:00

対象者 知的障がい・発達障がいのある18歳以上の人

登録制

ミュージック・ケア①②

体育室

いろいろな楽器の音に合わせて、からだを動かしたり、歌ったり、楽器を触りながら音楽に親しみます。

開催日：6月8日、7月13日、8月10日(土曜日)

時 間：①13:00～13:45

②14:00～14:45

対象者

①障がいのある18歳未満の人とその家族・友人・介助者
②障がいのある18歳以上の人とその家族・友人・介助者

自由
参加

リズムでからだを動かそう

体育室

いろいろなリズムによって、楽しみながらからだを動かします。

開催日：6月22日

7月27日

8月24日(土曜日)

時 間：13:30～14:30



対象者

障がいのある人とその家族・友人・介助者
(年齢制限なし)

自由
参加

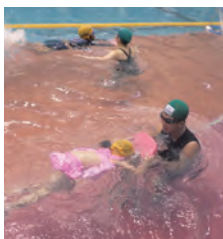
水泳(トビウオ) ☆クロール(息継ぎなし)～12.5mまで プール

12.5m息継ぎをしながら泳ぐまでをめざします。

開催日：6月9日・23日

7月14日・28日(日曜日)

時 間：16:00～16:45



対象者

障がいのある小学生

登録制

水泳(メダカ) 日曜クラス ☆顔つけ～浮き身 プール

保護者の方と一緒に顔つけから浮き身までをめざします。

開催日：6月2日・16日、

7月7日・21日(日曜日)

時 間：16:00～16:45

対象者

障がいのある幼児・小学生(保護者含む)

登録制

ビームライフル射撃

体育室

誰でも楽しめるビームライフルにチャレンジ!「長居ビームライフル射撃クラブ員」が指導します。

開催日：6月29日

8月31日(土曜日)

時 間：13:30～15:00

対象者

障がいのある人とその家族・友人・介助者
(年齢制限なし)

自由
参加

発達障がい者のためのクワイエットアワー トレーニング室 研修室1

トレーニング室の照明・音楽・映像などを落とし、普段より刺激の少ない環境をつくります。各自のペースでご利用ください。※館内放送、他施設の利用状況により多少の音はあります。

開催日：6月16日、7月21日、8月18日(日曜日)

時 間：16:00～17:45(トレーニング室)

15:00～17:45(研修室1)

対象者

発達障がいのある18歳以上の人

登録制

知的・発達障がい児の運動

小体育室
会議室

あそびや運動を通して、様々なからだの動きを習得します。7月～9月は親子ヨガを行います。

開催日：6月14日(小体育室)・28日(会議室3)

7月12日・26日、8月23日(金曜日)(会議室1)

時 間：15:00～16:00



教室風景



親子ヨガ

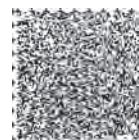
7月～9月は「親子ヨガ」です。
親子でスキンシップしながら
楽しみませんか。



対象者

知的障がい・発達障がいのある
幼児(保護者含む)

登録制





まいしま

スポーツ教室 (6月～8月)

●技術習得、ジュニアクラブなど、様々な教室を実施します。

自由
参加

参加ご希望の方は、当日実施場所までお越しください。

25mチャレンジ水泳 ☆初心者

プール

クロールまたは背泳ぎで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。

開催日：9月26日、10月3日・10日・17日・24日・31日、
11月7日・14日・21日・28日(木曜日)

時間：18:15～19:00

事前申込：8月3日(土)～9月1日(日)

事前
申込

全10回の教室をとおして
一緒に25m完泳を
めざしませんか。



対象者 知的・発達・精神障がいのある
中学生以上の人
定員：10名程度

はじめよう! 水泳 ☆初心者

プール

これから水中運動をはじめたい、25m完泳が目標という方を対象に、個々の障がいや能力に応じた指導を行います。

開催日：9月26日、10月3日・10日・17日・24日・31日、
11月7日・14日・21日・28日(木曜日)

時間：19:15～20:00

事前申込：8月3日(土)～9月1日(日)

事前
申込



対象者 身体障がいのある中学生以上の人
定員：5名程度
*安全確保のため、介助者も入水していただく場合があります。

ワンポイントスイミングレッスン

プール

水泳指導をご希望の方はお気軽にお声掛けください。

開催日：日程が決まり次第、ホームページや館内掲示
ポスターなどでお知らせします。

時間：18:00～20:00

対象者 障がいのある人

当日
申込

レベルアップ水泳 ☆25m完泳者から

プール

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。

開催日：6月14日、7月12日(金曜日)

時間：18:30～19:30

対象者 障がいのある18歳以上の人*高校生を除く

自由
参加

重度身体障がい者の運動②

アリーナ
プール

できることをひとつでも増やせるように、様々なスポーツ活動やレクリエーションを行い、四肢・体幹の可動域改善やバランス能力向上をめざします。

開催日：※10月6日、※11月17日(プール)、
12月15日、1月13日、3月15日
(日曜日または祝日)

時間：10:30～12:00

事前申込：8月17日(土)～9月8日(日)

事前
申込

※プールで
開催します。



対象者 四肢・体幹に障がいのある
18歳以上の人とその家族・介助者
定員：10名程度

重度身体障がい者のミュージック・ケア②

会議室

音楽にあわせて、からだを動かしたり、大きな布や様々な楽器をつかって、心身に快い刺激を与え、身体感覚機能の促進を図ります。

開催日：10月12日、11月9日、12月21日、
1月18日、2月22日、3月14日(土曜日)

時間：13:30～14:30

事前申込：8月17日(土)～9月8日(日)

楽しい時間を
一緒にすごし
ましょう!



対象者 四肢・体幹に障がいのある
18歳未満の人とその家族・介助者
定員：10名程度

事前
申込



遊びのひろば

アリーナ

音楽体操やレクリエーション、軽スポーツなど盛りだくさんの内容です。どなたでも気軽に参加いただけます。

開催日：6月8日、7月22日・27日、
8月1日・5日・9日・23日

時 間：13:00～16:00

対象者 障がいのある人とその家族・友人・介助者

自由
参加

水泳(メダカ) ☆水慣れから 顔つけキックまで

プール

日頃の水泳活動につなげることを目的とし、水慣れから顔つけキックまでをめざします。

開催日：6月9日・23日、7月14日・28日、
8月11日・25日(日曜日または祝日)

時 間：15:15～16:00

対象者 障がいのある幼児から小学生までの人
*安全確保のため、介助者も入水していただきます。

自由
参加

水泳(トビウオ) ☆クロール(息継ぎなし) から12.5mまで

プール

日頃の水泳活動につなげることを目的とし、クロール(息継ぎなし)から12.5m息継ぎをしながら泳ぐまでをめざします。

開催日：6月9日・23日、7月14日・28日、
8月11日・25日(日曜日または祝日)

時 間：16:15～17:00

対象者 障がいのある幼児から18歳(高校生)までの人

自由
参加

水泳(イルカ) ☆12.5m以上泳ぐ (息継ぎあり)から

プール

25m完泳、大会出場を目標に技術の習得、向上をめざした練習を行います。

開催日：6月1日・15日、7月6日・20日、
8月10日・31日(土曜日)

時 間：18:00～19:15

対象者 障がいのある小学生から18歳(高校生)までの人

自由
参加

卓 球

アリーナ

大会出場を目標に技術の習得、向上をめざした練習を行います。

開催日：6月8日・22日、7月13日・27日、
8月3日・24日(土曜日)

時 間：10:15～12:00

対象者 障がいのある幼児から18歳(高校生)までの人

自由
参加

フットサル

アリーナ

パスやシュートなどの基本技術を習得し、ゲームができるよう練習を行います。

開催日：6月9日・30日、7月14日・28日、
8月4日・25日(日曜日または祝日)

時 間：10:15～12:00

対象者 障がいのある幼児から18歳(高校生)までの人

自由
参加

車いすバスケットボール

アリーナ

車いす操作や、パス・シュートなど、ゲームをめざした練習を行います。

開催日：6月9日・30日、7月14日・28日、
8月4日・25日(日曜日または祝日)

時 間：13:15～14:45

対象者 下肢に障がいのある小学生から
18歳(高校生)までの人 *幼児要相談

自由
参加

ヨット

大阪北港
マリナー

非常に安定性が高く、操作が簡単なヨットに乗る体験を行います。

開催日：9月8日(日)(予備日9月29日(日))

時 間：①11:00～13:00 ②13:00～15:00

事前申込：7月20日(土)～8月11日(日)

対象者 障がいのある人とその家族・友人・介助者
*小学生以下は保護者同伴 定員：各部12組程度

事前
申込

ボッチャ

アリーナ

大会出場を目標に技術の習得、向上をめざした練習を行います。

開催日：6月16日、7月21日、
8月18日(日曜日または祝日)

時 間：13:15～14:45

対象者 肢体障がいのある小学生から
18歳(高校生)までの人 *幼児要相談

自由
参加



夏休み映画上映会について

参加
無料

夏休み映画上映会を開催します。

開催日：8/3(土)、4(日)、5(月)、
24(土)、25(日)、26(月)

時 間：①11:30～、②12:30～、
③13:30～、④14:30～

詳しくは館内ポスターをご覧ください。





しょう り かいこう ざ せき ずい そんしょう しょう しゃ
障がいの理解講座「**脊髄損傷と障がい者スポーツについて**」

障がい者スポーツ振興部・スポーツ振興室の職員である梶本が当事者として、脊髄損傷（主に頸髄損傷）について、また、自身の生活面や仕事のことに加え、工夫することのできるスポーツなどを紹介します。

開催日：7月15日（月・祝）
時間：13:15～14:45
申込期間：6月1日（土）～29日（土）
場所：長居障がい者スポーツセンター 会議室
定員：80名
参加費：無料



講師：梶本佳史



車いすツインバスケットボールの試合風景



おお さか し すい えい たい かい
2019 大阪市ふれあい水泳大会

開催日：9月23日（月・祝）
場所：舞洲障がい者スポーツセンター プール
定員：300名程度（オープン参加は24名）※先着順、定員になり次第、受付終了
申込開始：6月15日（土）～ ※詳しくは、要項をご覧ください。
※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22日（日） 15:00～18:00
・9月23日（月・祝） 終日



昨年の競技の様子



だい かい おお さか
第22回大阪アンリミテッド
アーチェリー大会
たい かい
参加者数
41人

アーチェリー教室の参加者からアーチェリー愛好者まで多くの方が参加され、日頃の練習の成果を発揮されました。選手同士の交流や笑顔も見られ、温かい雰囲気の中での大会となりました。

開催日：4月14日（日） 場所：体育室



みなさん、お疲れさまでした！



2019
まいしま卓球大会
たっ きゅう たい かい

参加者数
2日 40人
3日 150人

2日は初心者向けの「チャレンジ!まいしま卓球大会」を初開催、3日は、中・上級者向けの「まいしま卓球大会」を開催しました。どちらもたくさんの熱戦と、たくさんの笑顔が見られました。

大会期間：5月2日（木・祝）
5月3日（金・祝）



チャレンジ大会の様子

試合をする機会が少ないので、楽しかったです！

参加者の
コメント

審判長の
コメント

老若男女、障がいの有無・種別を問わない貴重な大会です！

おおさか し しょう しゃ し どう しゃ
大阪市障がい者スポーツ指導者
よう せい こうしゅうかい しょうきゅう さん か しゃ ぼ しゅう
養成講習会(初級)参加者募集

日 時：7月 20日(土) 9:45～18:25
21日(日) 9:30～17:00
28日(日) 9:30～17:00

場 所：20日・21日 長居障がい者スポーツセンター
28日 舞洲障がい者スポーツセンター

受講資格：大阪府下在住または在勤で、全日程を受講できる18歳以上
の方(平成31年4月1日現在)※市内優先

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9日(日) ※必着

申込方法：受講申込書に必要事項を記入のうえ、電子メール、郵送、FAX
のいずれかで、講習会事務局へお申し込みください。

しょう しゃ
障がい者スポーツ
り かい きょうしゅくいん
理解のための教職員
か き けんしゅうかい さん か しゃ ぼ しゅう
夏季研修会参加者募集

日 時：8月6日(火) 13:00～17:00

場 所：長居障がい者スポーツセンター
会議室および体育室

対 象：大阪府内の学校園教職員等

受講料：無料

申込締切：7月12日(金) ※必着

申込方法：受講申込書に必要事項を記入のう
え、電子メールで事務局へお申し
込みください。

連絡先：TEL:06-6606-1631 FAX:06-6606-1638 E-mail: s-entry@fukspo.org
詳しくは、長居障がい者スポーツセンターのホームページをご覧ください。

だい かい おおさか し しょう しゃ たい かい かい さい
第19回大阪市障がい者スポーツ大会を開催しました

10月に茨城県で開催される「第19回全国障害者スポーツ大会」の大阪市代表選手候補選考を兼ねて、
約400人の選手が、日頃の練習の成果を発揮し、たくさんの笑顔と感動がみられました。

ボウリング

開催日：5月3日(金・祝)
場 所：弁天町グランドボウル

水 泳

開催日：5月19日(日)
場 所：舞洲障がい者スポーツセンター

陸上競技・
フライングディスク

開催日：5月26日(日)
場 所：ヤンマースタジアム長居

アーチェリー

開催日：5月11日(土)
場 所：長居障がい者スポーツセンター

卓 球

開催日：5月18日(土)
場 所：長居障がい者スポーツセンター



ボウリングの部の様子



アーチェリーの部の様子

スポーツセンターからのお知らせ



なつ ほん ばん
いよいよ夏本番！
おく がい
屋外プールオープン！

次の期間に屋外プールをオープンします。
ぜひご利用ください！

期間：7月20日(土)～
8月27日(火)

時間：10:00～15:00
(12:15～13:00は休憩時間となります)



か き き かん しつ
夏季の期間のボウリング室の
り よう かい すう
利用回数について

夏季の期間中、ボウリング室の利用回数
を変更します。

期間：7月20日(土)～8月25日(日)

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
申込み1回につき1ゲーム 1日2ゲームまで	申込み1回につき1ゲーム 1日3ゲームまで





こやま なおゆき
名前：小山 直幸

所属：障がい者スポーツ振興部スポーツ振興室長 兼 長居障がい者スポーツセンター館長

4月から館長になりました小山直幸です。振興室では6年間、市スポーツ大会・全国障害者スポーツ大会、45年間続いているスキー教室や国際親善女子車いすバスケットボール大阪大会などを担当していました。昭和49年5月に開館した長居障がい者スポーツセンターは、令和元年に入り開館から46年目を迎えましたが、開館時からの基本方針、「いつ一人で来館しても指導員や仲間がいて、安心していろいろなスポーツを楽しむことができる」は、今も変わりません。

ご利用の皆様の誰もが、安全にスポーツやレクリエーションを楽しんでいただけるよう職員一同、サポートしていきます。どうぞよろしくお願いいたします。

たにぐち よしひこ
名前：谷口 祥彦

所属：長居障がい者スポーツセンター
総務課

得意なスポーツ：

サッカー、テニス、バドミントン、etc

趣味：スポーツ鑑賞



新鮮なことが色々あり、まだまだ慣れないですが、一生懸命頑張りますのでよろしくお願いいたします！

うえき だいすけ
名前：植木 大輔

所属：舞洲障がい者スポーツセンター
運営課

得意なスポーツ：野球、ラグビー

趣味：筋トレ、読書



皆さまがスポーツを通して笑顔になれるように精一杯頑張ります。よろしくお願いいたします。

さくらい しゅんすけ
名前：櫻井 俊輔

所属：長居障がい者スポーツセンター
指導課

得意なスポーツ：サッカー

趣味：人の趣味と一緒に楽しむこと(広く浅くいろんな世界を知りたい)



利用者の皆さまが「楽しい」「スポーツセンターに来てよかった」と思えるように、自分も楽しみながら頑張ります！

スポーツセンターからのお知らせ



き ぞう
ご寄贈いただきました。

三菱電機株式会社、三菱電機SOCIO-ROOTS基金様より、「液晶録画テレビ58V型」を両センターに寄贈していただきました。



贈呈式の様子 長居



贈呈式の様子 舞洲



き ぞう
ご寄贈いただきました。

大阪中央ロータリークラブ様より、空間除菌脱臭機「ジアイノ」2台を寄贈していただきました。卓球室とプレイルームに設置させていただきます。



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(日)～1月3日(金)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