

# スポーツセンターだより



ながい

ながい

## 2021 ENJOY!長居フェスティバル

参加費：無料

開催日：10月3日(日) 10:00~17:00

開催場所：体育室・会議室・ラウンジ

体育室 さまざまなスポーツ体験イベントを実施します。  
会議室・ラウンジ 親子ヨガ・音楽を使った運動等を実施します。  
詳細はホームページまたはLINEでお知らせします。

参加方法：事前申込制 (先着順)  
センター受付・電話・FAXのいずれかでお申し込みください。  
申込期間：9月2日(木)~9月30日(木)



まいしま

## 2021 アミティフェスティバル

参加費：無料

まいしま たんじょうさい

## みんなで、アミティ舞洲の誕生祭をしよう!!

感染症防止対策を講じた運動会・工作教室・ヘアアレンジ体験など楽しい催しがいっぱい!みんなでアミティ舞洲の誕生祭を楽しみましょう!

開催日：10月17日(日)  
10:00~16:00



・運動会・オンライン運動会 事前申込制  
ヘアアレンジ体験当日申込、工作教室申込なし

### 今号の 内容

1面 2021 ENJOY!長居フェスティバル  
2021 アミティフェスティバル  
2~3面 長居からのお知らせ  
4~5面 舞洲からのお知らせ

6面 大会・イベント 案内・報告、特集①  
7面 特集②  
8面 特集③  
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



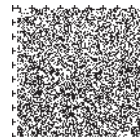
←LINEの  
ご登録は  
こちらから



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。

## ●スポーツ教室 ※スポーツ教室の実施日や時間については、変更する場合があります。

### はじめよう卓球

体育室

ラケットの持ち方からラリーを続けることを目標に指導します。

開催日：9月12日、11月28日、12月26日 日曜日  
 時 間：9月・12月 13:30～14:45  
 11月 10:30～11:45

対象者

障がいのある中学生以上の人と  
 その家族・介助者  
 定員 5組(介助者含む)

事前申込が必要  
 申込について、  
 前月の20日～先着順

### 水中運動

プール室

水中ウォーキングや水中トレーニングを行います。

開催日：9月14日、10月12日、11月9日、12月14日  
 火曜日  
 時 間：13:30～14:30

対象者

障がいのある18歳以上の人と  
 その家族・介助者  
 定員 各回 15名(介助者含む)

事前申込が必要  
 申込について、  
 前月の20日～先着順

### 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、楽しくゲームができるようにつなげます。

開催日：9月13・27日、10月11・25日、11月8・22日、  
 12月13・27日 月曜日  
 時 間：13:15～14:45

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  
 定員 各回 15名(介助者含む)

事前申込が必要  
 申込について、  
 前月の20日～先着順

### 精神障がい者のふれあい活動

体育室

毎回テーマを設定し、情報提供や運動の機会、参加者の交流の場を提供します。

開催日：9月30日 木曜日  
 時 間：13:30～14:30

9月のテーマ「ソフトテニス体験」

対象者

精神障がい者保健福祉手帳をお持ちの  
 18歳以上の人とその家族・介助者  
 定員 各回 30名(介助者含む)

事前申込が必要  
 申込について、毎回  
 前月の20日～先着順

### 股関節・膝関節トレーニング

プール室

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：9月27日、11月15日 月曜日  
 時 間：13:30～14:30

対象者

股関節・膝関節に障がいのある  
 18歳以上の人  
 定員 15名

事前申込が必要  
 申込について、  
 前月の20日～先着順

### 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、高次脳機能の向上と、自立した生活の実現に向けた支援を行います。

開催日：9月3日、10月1日、11月5日、12月3日 金曜日  
 時 間：13:15～14:45

対象者

高次脳機能障がいのある18歳以上の人  
 とその家族・介助者  
 定員 各回 10組(介助者含む)

事前申込が必要  
 申込について、  
 前月の20日～先着順

### 認知機能を高めよう

体育室・会議室  
 長居公園

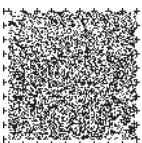
運動による「身体機能」と「認知機能」の向上をめざした活動を行います。

開催日：9月17日、10月15日、11月19日、12月17日 金曜日  
 時 間：13:15～14:45

対象者

障がいのある18歳以上の人とその家族・介助者  
 定員 各回 30名(介助者含む)

事前申込が必要  
 申込について、  
 前月の20日～先着順



## みんなで楽しもう♪ミュージック・ケア 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：9月11日、10月9日、11月13日、12月11日  
土曜日  
時 間：13:30～14:45

**対象者** 障がいのある人とその家族・介助者  
定員 各回 40名(介助者含む)

**事前申込が必要**  
申込について、  
前月の20日～先着順

## リズムでからだを動かそう 体育室

いろいろなリズムにのって、楽しみながらからだを動かします。

開催日：9月25日、10月16日、11月27日、12月25日  
土曜日  
時 間：13:30～14:45

**対象者** 障がいのある人とその家族・介助者  
定員 各回 40名(介助者含む)

**事前申込が必要**  
申込について、  
前月の20日～先着順

## はじめようアーチェリー 体育室

基本技術・マナーなどを大阪障害者アーチェリークラブ員が指導します。

開催日：9月26日、11月21日 日曜日  
時 間：14:00～16:30

**対象者** 未経験または経験5年未満の障がいのある中学生以上  
定員 15名程度

**事前申込が必要**  
申込について、  
前月の20日～先着順

## 令和3年度 第2回障がいの理解講座

発達障がいのある子どもを豊かに元気に育てる  
—障がいの理解から、適切な支援の方法を考える—  
オンデマンド講座

講 師：大阪府立大学  
地域保健学域 教育福祉学類  
准教授 木曾 陽子 先生

開催日：視聴期間 12月 予定  
申込期間 9月末 予定

時 間：90分程度

共 催：エルムおおさか



障がいのある子どもが地域で、心豊かに、元気に、家族や友人、支援者の方たちと共に快適な地域生活を送れることをめざします。

発達障がいについて理解し、その理解をふまえて、子どもたちの行動や特性から具体的な対応方法を学びます。

## 「家でもできる のびのびストレッチ」の冊子と DVDを新たに作成しました!

上半身編・下半身編合わせて15種類のストレッチをご紹介します。すべて、立位と座位の両方をご紹介します。ぜひ、ご活用ください。

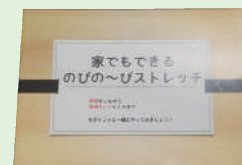
〇家でもできるのびのびストレッチ  
DVD 1枚 200円  
冊子 1冊 200円  
DVD/冊子セット 300円

※表示価格はすべて税込みです。  
※郵送の場合は、別途送料が必要です。

詳しくは職員に  
お問い合わせください。



DVD



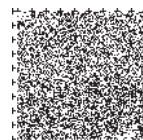
冊子

## プール一般利用休止について

第39回スポーツフェスタ2021大阪開催のため、次の日程において、プールの一般利用を休止します。ご理解・ご協力をお願いいたします。

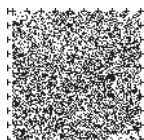
日 時：10月17日(日) 9:00～18:00(終日)

※変更または、中止となる場合があります。



## ●スポーツ教室 ※プール室は、10月から改修工事のため休室となります。(P.8をご参照ください) ※スポーツ教室の実施日や時間については、変更する場合があります。

<p><b>グループ教室</b> <span style="float: right;">アリーナ</span></p> <p>グループの要望に合わせ、レクリエーション、スポーツ、トレーニングなどを行います。</p> <p>開催日：平日 時 間：10:00～17:00のうち 1時間程度</p> <p>対象者 障がい福祉サービス事業所等</p> <p style="text-align: right;">事前申込が必要 (希望日の3か月前)</p>	<p><b>遊びのひろば</b> <span style="float: right;">アリーナ</span></p> <p>いろんな遊具を使い、身体を動かす楽しさを体感します。</p> <p>開催日：9月25日、11月27日、12月25日 土曜日 12月24日 金曜日 時 間：13:00～16:30 3部に分けて行います。</p> <p>対象者 障がいのある人 定員 各部40名程度</p> <p style="text-align: right;">事前申込が必要</p>
<p><b>ジュニア水泳(メダカ)</b> <span style="float: right;">プール</span></p> <p>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。 *安全確保のため、介助者も入水していただきます。</p> <p>開催日：9月19日、11月7日、12月5日 日曜日 時 間：9月：15:50～16:40 11月・12月：15:30～16:30</p> <p style="text-align: right;">※11月からは 長居SCで 開催します。</p> <p>対象者 障がいのある幼児から小学生までの人 定員 各回15名</p> <p style="text-align: right;">事前申込が必要</p>	<p><b>ジュニア水泳(トビウオ)</b> <span style="float: right;">プール</span></p> <p>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。</p> <p>開催日：9月26日、11月28日、12月26日 日曜日 時 間：9月：15:50～16:40 11月・12月：15:30～16:30</p> <p style="text-align: right;">※11月からは 長居SCで 開催します。</p> <p>対象者 障がいのある幼児から18歳(高校生)までの人 定員 各回20名</p> <p style="text-align: right;">事前申込が必要</p>
<p><b>ジュニア水泳(イルカ)</b> <span style="float: right;">プール</span></p> <p>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。</p> <p>開催日：9月18日、10月2日、11月6日、12月4日 土曜日 時 間：18:00～19:00</p> <p style="text-align: right;">※10月からは長居SCで 開催します。</p> <p>対象者 障がいのある小学生から 18歳(高校生)までの人 定員 各回20名</p> <p style="text-align: right;">事前申込が必要</p>	<p><b>ジュニア卓球</b> <span style="float: right;">アリーナ</span></p> <p>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。</p> <p>開催日：9月11日・25日、10月16日、11月27日、12月25日 土曜日 時 間：10:15～12:00</p> <p>対象者 障がいのある幼児から18歳(高校生)までの人 定員 各回20名</p> <p style="text-align: right;">事前申込が必要</p>
<p><b>ジュニアフットサル</b> <span style="float: right;">アリーナ</span></p> <p>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。</p> <p>開催日：9月26日、10月10日、11月23日、12月12日・26日 日曜日 時 間：10:15～12:00</p> <p>対象者 障がいのある幼児から18歳(高校生)までの人 定員 各回40名</p> <p style="text-align: right;">事前申込が必要</p>	





## ジュニア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：9月26日、10月10日、11月28日、12月12日・26日  
日曜日  
時間：13:15～14:30

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  
定員 各回20名

事前申込が必要

## ジュニアボッチャ

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：9月19日、10月3日、11月7日、12月5日・19日  
日曜日  
時間：13:15～14:30

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  
定員 各回20名

事前申込が必要

## 舞洲スポーツアイランド満喫ツアー

舞洲スポーツ  
アイランド

舞洲スポーツアイランド内を散策したり、ドキドキワフワク謎解きミステリーツアーなどを行います。

開催日：11月14日 日曜日  
時間：12:30～14:30

対象者 障がいのある人とその家族  
定員 20名

事前申込が必要  
(9/19開始)

## 大人のフットサル

アリーナ

基本動作の練習や、ミニゲームなどをおこないます。初心者大歓迎！ルールがわからなくても大丈夫です。楽しくボールを蹴りましょう。

開催日：11月6日、12月5日、1月15日、2月23日  
土日または祝日  
時間：11月・2月 13:00～15:00  
12月・1月 10:00～12:00

対象者 障がいのある18歳以上の人  
定員 各回20名

事前申込が必要

## 2021キッズカーニバル

肢体障がいのある子どもたちを対象に、ボッチャなどのスポーツ体験や最新の福祉機器、スポーツ用車いすなどの展示、試乗会をおこないます。ぜひご参加ください！

開催日：2021年10月9日(土)  
時間：10:00～15:00  
3部に分けて行います。各部60名程度  
場所：アリーナ  
参加方法：事前申込が必要です。

詳しくはホームページをご確認ください。



会場の様子



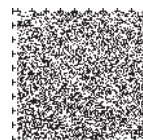
ボッチャ体験

## プール一般利用休止について

2021大阪市ふれあい水泳大会開催のため、次の日程において、プールの一般利用を休止します。ご理解・ご協力をお願いいたします。

日時：9月22日(水) 17:00～20:30  
9月23日(木・祝) 9:00～17:30(終日)

※変更または、中止となる場合があります。



れいわ ねん ど しょう しゃ  
令和3年度障がい者スポーツ  
し どう いん よう せい こう しゅう かい しょ きゅう  
指導員養成講習会(初級)

参加者数  
32人

開催日：令和3年7月10日(土)、11日(日)、17日(土)

7月に開催した3日間の講習会で32名の方が修了されました。

今回の講習会で修了された方々の今後の活躍を期待したいと思います。



しょう しゃ  
障がい者スポーツの  
り かい きょうしよくいん か きけんしゅうかい  
理解のための教職員夏季研修会

参加者数  
15人

開催日：令和3年8月3日(火)

教職員を対象とした、夏季研修会を開催し、15名の方が参加されました。講義と実技を受講していただき、障がい者スポーツについての理解を深めていただきました。



だい かい おお さか し  
第48回 大阪市  
しょう しゃ きょうしつ  
障がい者スキー教室

一緒に雪山で冬を楽しみましょう！

開催日：令和4年1月27日(木)～1月30日(日)

場所：戸狩温泉スキー場(長野県飯山市)

参加資格：大阪市在住または在勤で、障がい者手帳を所持している方。

申込期間：令和3年11月15日(月)～11月30日(火)

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開催内容を変更する場合があります。詳しくは、ホームページをご覧ください。

こく さい しん ぜん じょ し くる ま  
2022国際親善女子車いす  
おお さか たい かい  
バスケットボール大阪大会

前回大会は中止となりましたが、今大会は開催を予定しています。詳しくは大会ホームページ等をご覧ください。

「国際親善車いすバスケットボール大会」をチェック!!



開催日：令和4年2月18日(金)～2月20日(日)

場所：丸善インテックアリーナ大阪(大阪市中央体育館)

その他のイベント

会場：長居

※中止または変更となる場合があります。

第39回スポーツフェスタ2021大阪	10月17日(日)
第46回全大阪ろうあ者文化祭	10月24日(日)
第21回ふれあい文化祭わたしの大阪アート展	10月30日(土)
第45回大阪市肢体障害者協会 文化祭	10月31日(日)

とく しゅう  
特集 ①

とう きょう きょう ぎ たい かい おう えん  
東京2020パラリンピック競技大会を応援しよう!

8月24日から開催されている東京パラリンピックに、大阪市ゆかりの選手が9名出場します！また、大会に先立ちまして、長居障がい者スポーツセンターで聖火フェスティバルを行いました。みんなでパラリンピック出場選手にエールを送りましょう!!!

【大阪市ゆかりの出場選手】

陸上競技：高松 佑圭 選手、堀越 信司 選手、和田 伸也 選手

柔道：松本 義和 選手

ボッチャ：中村 拓海 選手

車いすバスケットボール：網本 麻里 選手

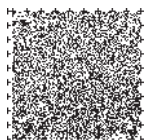
シッティングバレーボール：日高 恒仁 選手、飯倉 喜博 選手、嵯峨根 望 選手



採火者の  
藤原進一郎氏



採火の様子



# 第21回全国障害者スポーツ大会大阪市選手団の紹介と中止について

10月23日(土)～25日(月)に、三重県での開催が予定されていた第21回全国障害者スポーツ大会ですが、新型コロナウイルス感染症の影響で中止することが決定されました。

大阪市選手団としては、個人競技50名、団体2競技20名の選手が参加予定で、練習会等を通して大会参加の準備をしてきただけに残念でなりません。

大会は中止となりましたが、大阪市代表の選手を次のとおり紹介することで、選手のみなさんの今後の活躍をお祈りしたいと思います。

## 個人競技 50名

陸上競技	卓球	水泳	フライングディスク
<b>肢体不自由</b> 笠川 弘志 河上 真貴子 黒木 咲生 <b>視覚障がい</b> 榎木 亮太 金山 英樹 濱田 和代 福永 智洋 <b>知的障がい</b> 高松 佑圭 橋 良雅 南 智司 諸岡 晃 山田 真生 山本 汐音 渡辺 勇太	<b>肢体不自由</b> 宇佐見 保弘 前口 美奈子 <b>視覚障がい</b> 大野木 祥夫 <b>聴覚障がい</b> 松村 好郎 <b>知的障がい</b> 高橋 菜緒 安間 太郎 和田 なつき 安倉 豊 今市 真喜子	<b>肢体不自由</b> 太田 祥都 谷口 和弘 田村 みくり 渡辺 健次 <b>聴覚障がい</b> 田辺 俊行 <b>知的障がい</b> 梅原 航希 高木 紗知 津川 拓也 村瀬 たくと 山根 准子	<b>肢体不自由</b> 小西 昭子 正野 至誠 戸光 加奈子 帆足 昭雄 松浦 嘉彦 江田 晴彦 平岡 浩一 村松 正美
	アーチェリー	ボッチャ	ボウリング
	<b>肢体不自由</b> 安宅 操 川原 美代子	<b>肢体不自由</b> 道城 葵 松本 セナ	<b>知的障がい</b> 上原 正志 中島 千佳 溝上 絵理 溝辺 嘉信 山本 猛

## 団体競技 20名

男子バレーボール (聴覚)	女子バレーボール (聴覚)
坂下 真一 鎌田 大地 山口 慶人 寺井 捺貢 小西 大輝	黒木 歩夢 石田 晃杜 中山 僚太 藪野 英 杉田 彰吾
	女子バレーボール (聴覚)
	戌丸 奈美 梅本 祥子 梅本 沙也華 梅本 舞衣華 林 紅実
	女子バレーボール (聴覚)
	栄 智美 高山 愛海 宮崎 愛永 梅本 綾也華 福本 真子



## ボッチャの大阪市代表選手候補選考会を開催しました!

第21回全国障害者スポーツ大会「三重とこわか大会」より新競技となる、ボッチャの大阪市代表選手を決める大会を開催し、2名の選手が選考されました。

緊張感の漂うなか、白熱した試合となりました。

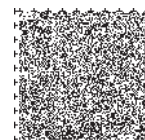
開催日：令和3年6月26日(土)  
 場所：長居障がい者スポーツセンター 体育室



大会の様子



優勝者2名





りん じ きゅうかんちゅう まいにち はいしん  
臨時休館中に毎日LIVE配信をしました!



なが いしゅう しゃ  
そして…長居障がい者スポーツセンターのYouTubeをはじめました!!

臨時休館中(5月1日～6月20日)の毎日、自粛生活でもからだを動かす機会を提供したいと、一日1回～2回のLIVE配信を長居・舞洲両センターで行いました。

ラジオ体操・ストレッチや指導員が考えた運動プログラム等様々な内容を配信しました。約1ヵ月半という長い臨時休館でしたが、たくさんの方にご視聴いただき再開の折には様々な声をいただきました。少なからず皆さんの日々の運動につながったことを嬉しく思います。ありがとうございました。

また、長居障がい者スポーツセンターでは、LIVE配信が終了した後でも自宅や事業所で、センターに来館できなくてもからだを動かす機会をという思いから、トレーニング動画・認知機能を高める動画・親子でできるキッズ向けの動画等を制作しました。

この動画は、YouTubeチャンネルでご覧いただけます。ぜひご活用ください。

動画を  
一部ご紹介  
します!

●トレーニング

みんなで腹筋!!  
めざせ、ナイスボディ!!!



●認知機能を高めよう

指を動かし、脳へ刺激を!! 認知機能のエクササイズです。



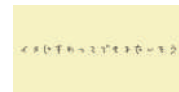
●キッズ向け

お子さんと一緒に、大人も楽しめる内容になっています



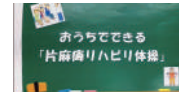
●リズム体操

立位でも座位でも楽しめるリズム体操となっています。



●片麻痺リハビリ体操

少しの刺激と日々の努力で動きやすい体を一緒に作りましょう!



スポーツセンターからのお知らせ



しょうぼうくんれん じっし  
消防訓練を実施します

9月の訓練は職員のみで行います。みなさまに安全にご利用いただけるよう取り組みます。ご協力をよろしくお願いいたします。



こうじ ともな いちぶ しせつ へいしつ  
工事を伴う一部施設の閉室について

●プール室

吊り天井脱落対策工事のため、令和3年10月～令和4年3月までの間、プールはご利用いただけません。

●外壁改修工事について(アーチェリー場)

建物の外壁改修工事実施のため、令和3年10月～令和4年3月の間、各所に足場を設置するため、アーチェリー場はご利用いただけません。ご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。

※正式に日程等が決まりましたら、ホームページ等でお知らせいたします。

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(水)～1月3日(月)です。

開館時間 長居・舞洲 9:00～21:00

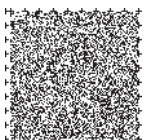
宣言解除	平日・土曜日	9:00～21:00
	日曜日・祝日	9:00～18:00
宣言中	平日・土曜日	9:00～20:00
	日曜日・祝日	9:00～18:00

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

令和3年度から7年度まで新たな指定管理を受け、引き続き両センターを管理・運営してまいります。



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