

ながい まいしま
長居・舞洲

2026

3

おおさか ししょう しゃ
大阪市障がい者スポーツセンターだより

その先をめざせ!



第25回大阪市障がい者スポーツ大会
フライングディスクディスタンス競技より

今号の内容

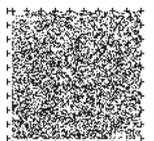
2～3面 特集① 大阪市障がい者スポーツ大会

4～5面 スポーツ教室案内(長居・舞洲)

6～7面 イベント案内・報告

8面 特集② 長居・舞洲からのメッセージ

各ページ隅の音声コードを、無料専用アプリ Uni-Voice (ユニボイス) で読みとることで、音声として読みあげます。



第26回大阪市障がい者スポーツ大会に出ませんか？

この大会は、青森県で開催される「第25回全国障害者スポーツ大会」≪10/23(金)～10/26(月)≫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。さあ! 集まれ! 大阪市の選手たち!!

競技	日程	場所
ボウリング [知的障がい者のみ]	5月3日(日・祝)	マグスミノエ
卓球 [サウンドテーブルテニス含む]	5月9日(土)	舞洲障がい者スポーツセンター
ポッチャ [肢体不自由者のみ]	5月16日(土)	舞洲障がい者スポーツセンター
アーチェリー [身体障がい者のみ]	5月17日(日)	浜寺公園アーチェリー場
水泳	5月24日(日)	長居障がい者スポーツセンター
陸上競技	5月30日(土)	ヤンマースタジアム長居
フライングディスク	5月31日(日)	ヤンマースタジアム長居

※会場、日程は変更する場合があります。詳しくは大会ホームページをご覧ください。

全部で
7競技



対象

大阪市に住む(通所、入所、通学含む)、身体障がい・知的障がい・精神障がいのある12歳以上の人(令和8年4月1日現在)。

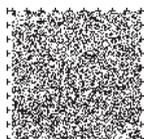
申込
期間

令和8年
3月15日(日)～4月15日(水)

大会のホームページはこちら



大会の紹介動画はこちら



【問合せ先(大会事務局)】

長居障がい者スポーツセンター内 スポーツ振興室

TEL:06-6606-1631 FAX:06-6606-1638 メール:s-entry@fukspo.org

ほう こく デフリンピック報告

しょういん かつやく スポーツセンター職員も活躍!!

開催日：2025年11月15日～26日

〔長居SCの東口指導員のコメント〕

日本で開催されたデフリンピックで、陸上競技のメディカルスタッフとして関わりました。過去3回、選手団での参加経験がありましたが、100周年の歴史的な今大会は、メインスタンドが埋まるほど、多くの観客が集まり盛り上がりました。選手たちも応援を受け、素晴らしいパフォーマンスを見せてくれていました。なかなか経験できない国際大会の運営スタッフとして携わり、大変貴重な経験となりました。



メディカルスタッフの仲間と
(右端が東口指導員)



満員の陸上競技場！

おおさか し ざいじゅう せんしゅ 大阪市在住の選手のみなさん、 つか さま お疲れ様でした!

競技	名前	結果 (順位)
バレーボール女子	いしはら みなみ 石原 美海	優勝
	うめと あやか 梅本 綾也華	
	うめと さやか 梅本 沙也華	
バスケットボール女子	わた ななみ 和田 七海	優勝
水 泳	ひらばやし はるか 平林 花香	50 m背泳ぎ 8位 100 m背泳ぎ 予選出場 100 m自由形 準決勝 10位 4 × 100 mフリーリレー 5位 4 × 100 mメドレーリレー 3位
	いまい ゆうた 今井 勇太	4位
ビーチバレーボール男子	てらい なつき 寺井 捺貴	決勝トーナメント1回戦出場
	いとう えい 井上 樹	6位
さかした しんいち 坂下 真一		
あけやま てつ 明山 哲		
バスケットボール男子	ごうだ しょうへい 合田 尚平	予選出場
	いとう えい 井上 和	
ハンドボール	ふなこし ひろゆき 船越 弘幸	7位
テ ニ ス	たまみつ たかひろ 玉光 隆弘	男子シングルス 2回戦出場 男子ダブルス 2回戦出場 ミックスダブルス 準々決勝進出

だい かい おお さか し しょう しゃ きょうしつ 第52回大阪市障がい者スキー教室

すべ たの たいかん 滑る楽しさを体感! バーチャルコース

参加人数
58名

実際のチェアスキーにのって、画面の中のバーチャル雪山を滑りました。参加者からは「楽しかった」の声をたくさんいただきました。スキーを体験したことのない人も、スキーが少し身近なものになったのではないのでしょうか。

開催日：11月15日(土)
場 所：舞洲障がい者
スポーツセンター

参加者のコメント

・実際に行くにはハードルを感じていました。この体験でイメージをつかめたので、次は雪上の体験会に参加したいと思います。



だい かい おお さか し しょう しゃ きょうしつ 第52回大阪市障がい者スキー教室 行ってきました! いいやまコース

長野県飯山市には雪がいっぱい! たくさんの仲間とともに、大阪では味わえない“非日常”を満喫しました。

開催日：1月29日(木)～2月1日(日)
場 所：戸狩温泉スキー場(長野県飯山市)

参加人数
68名

参加者のコメント

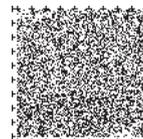
・(子どもが,)また来年も行きたい!と、言ってくれたので大成功です。来年も元気に参加できます様トレーニングを続け、またエントリーしたいと思います。



講習の様子



集合写真



きょうしつ スポーツ教室ピックアップ(ながい)

はじめよう水泳

プール室

水慣れから、浮いて進めるまでを目標に指導します。

申込が必要
5月1日(金)～
5月14日(木)
選考制

開催日：6月5・12・19・26日
7月3・10・17・24日 金曜日
時 間：①18:15～19:00
②19:15～20:00

対象者

水泳未経験の障がいのある中学生以上の方
定員：6名程度



未経験の方が歓迎です！
一緒に泳ぎましょう！！

知的障がい者のサッカー

体育室

セレッソ大阪のスクールコーチがパス・ドリブル・シュート等、サッカーにおける技術や体力づくりを指導します。

申込が必要
5月1日(金)～
5月14日(木)
選考制

開催日：6月8・22日、7月13・27日、
8月17・24日、9月14・28日 月曜日
時 間：18:30～19:45

対象者

知的障がいのある中学生以上の人
定員：20名程度



2026年6月よりセレッソ大阪との共催で、再スタートします!!
初めてサッカーをする方も大歓迎です！

キッズからだづくり

体育室

学校体育に必要なからだの使い方を習得し、今後の体力づくりやスポーツに繋げていきます。

申込が必要
毎回 前月20日～
先着順

開催日：6月6日、7月4日、
8月1日、9月5日 土曜日
時 間：①13:15～14:00 ②14:15～15:00

対象者

障がいのある小学生（保護者・介助者含む）
定員：15組程度

個々の障がいに応じたさまざまなからだの使い方を指導します！
各回の内容については、HPをご覧ください。



パーソナルトレーニング 第1期

トレーニング室
他

具体的な目標を設定して回数・時間・内容など、その人にあったトレーニングメニューとスケジュールを作成し、パーソナル指導を行います。また、定期的にフィジカルやパフォーマンスの変化を記録し、対象者にフィードバックすることで、より意識を高め、パーソナルトレーニング期間終了後も継続的にトレーニングができるように指導します。

申込が必要

所定の申込みフォームに、必要事項を記載し、お申込みください。
○申込みフォーム <https://forms.gle/v2Jdjv7BxAdxwonT6>
○申込み期間 3月1日(日)～31日(火)
※受講可否は、4月7日(火)までにご連絡します。

申込みフォーム

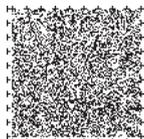


実施期間：①5月から7月の3ヶ月間
②週2・3回程度
実施回数：①1回の指導時間は1時間
②3ヶ月間の合計は
30回(30時間)以内

※4月中に、目標やトレーニング内容などを決めるための面談をします。

対象者

競技スポーツに取り組む、障がいのある高校生以上の人
定員：2名



*スポーツ教室の実施日や時間は変更する場合がありますので、ホームページやLINEでご確認をお願いいたします。

その他のスポーツ教室の情報については右のQRコードよりご確認ください。



スポーツ教室ピックアップ(まいしま)

めざせ全スポ!! バレーボール アリーナ

バレーボールのオーバーハンドパス、アンダーハンドパスを学び、パスやラリーができるよう練習を行います。

申込が必要
4月1日(水)~
4月19日(日)
選考制

開催日：5月20日、6月17日、7月1・15日、
8月5・19日、9月2・16日、10月7・21日、
11月4・18日、12月2・16日、
2027年1月20日、2月17日 水曜日

時 間：18:30~20:00

対象者

知的・発達障がいのある中学生以上で
立位でバレーボールを
することができる人
定員：15名程度



レベルアップボッチャ アリーナ

ボッチャのスキル向上や戦術面の理解など、全国障害者スポーツ大会をはじめとした大会に出場することをめざし、競技力を養うための教室です。

申込が必要
4月1日(水)~
4月19日(日)
選考制

※日本ボッチャ協会強化練習会と合同で実施します。

開催日：5月11・25日、6月8・22日、
7月13・27日、8月10・24日、
9月14・28日、11月9日、12月14日、
2027年1月25日、2月1日 月曜日

時 間：18:30~20:00

対象者

肢体障がいのある中学生以上の
ボッチャ経験者
定員：8名程度



ジュニアスクールバスケットボール アリーナ

パスやドリブル、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。

申込が必要
3月1日(日)~
3月20日(金・祝)
選考制

開催日：4月29日(水・祝)、6月21日(日)、
7月19日(日)、8月11日(火・祝)、
9月21日(月・祝)

時 間：13:15~14:45

対象者

障がいのある幼児から
18歳(高校生)までの
立位でプレイすることが
できる人
定員：20名程度



ジュニアスクールストリートダンス アリーナ

音楽に合わせて楽しみながらからだを動かし、身体感覚リズム感を養います。

申込が必要
3月1日(日)~
3月20日(金・祝)
選考制

開催日：4月26日、6月7日、7月12日、
8月23日、9月20日 日曜日

時 間：13:15~14:45

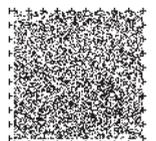
対象者

障がいのある幼児から18歳(高校生)までの人
定員：20名程度



*スポーツ教室の実施日や時間は変更する場合がありますので、ホームページやLINEでご確認をお願いいたします。

その他のスポーツ教室の情報については右のQRコードよりご確認ください。





パラスポーツを たいけん 体験してみよう!!

中級パラスポーツ指導員をめざす学生12名が3つの大学からつどい、パラスポーツの体験会を企画・運営しました。イベント当日は、緊張しつつも臨機応変に対応し、参加者と一緒に楽しみました。

開催日：
11月29日(土)

参加人数
31名



車いすバスケットボール体験



シッティングバレーボール体験



だい かい 第52回 クリスマスのつどい

世界初の片腕の義手バイオリニストとしてギネス世界記録に認定された伊藤真波氏と大阪体育大学ダンス部にゲストとしてご出演いただきました! また、当センターゆかりの団体発表、参加型レクリエーション、職員ダンス、などさまざまなプログラムを実施し、子どもから大人まで、会場は笑顔や楽しそうな声でいっぱいでした!

開催日：12月14日(日)

参加人数
928名



伊藤真波氏



大阪体育大学
ダンス部



集合写真

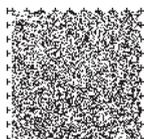


アミティカップ たい かい バスケットボール3x3大会

今年度から車いすの部、立位の部に分かれて開催しました。当日、自由に参加できるシュート体験ブースを設置し、3x3大会に申込みをしていない方も大会の雰囲気を感じることができる機会を設けました。エキシビジョンマッチやDJの参加、スポットライトで照らした特設コートなど多くのイベントも同時に開催したことで、盛り上がる大会となりました。

開催日：
12月21日(日)

参加人数
101名



しん ねん 2026新年のつどい

今年もスペシャルゲストをお迎えし、会場やステージパフォーマンスを盛り上げていただきました! 大阪中央ロータリークラブ様のご協賛により景品が当たる「お菓子みくじ」を実施し、来場者の皆さまにご好評いただきました。また、数年ぶりに職員によるダンス発表も行いました。多くの皆さまにご参加いただき、ありがとうございました。

開催日：1月11日(日)

参加人数
840名



お正月遊びの様子



ステージパフォーマンスの様子

イベント案内

※イベント開催のため、スポーツセンターが混み合うことがあります。



2026 こどもフェスティバル

障がいのある子どもたちとその家族、友達を中心に、仲間、周囲の人たちとともに楽しくからだを動かし、コミュニケーション能力や社会性を育むことを支援します。からだづくりを狙ったプログラムなどを実施します。申込不要で自由にご参加いただけますので、ぜひご来場ください!

開催日時：3月8日(日)
10:00～15:00
(12:00～13:00昼休憩)

場 所：体育室
参 加 費：無料



ヨット体験会

アクセスディンギーという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。はじめての方でも安心して乗ることができるので、ぜひ一度体験してみてください!

開催日時：4月12日(日)
1部：10:00～11:20
2部：12:40～14:00
3部：13:40～15:00

場 所：大阪北港マリーナ (集合場所はセンターです。マイクロバスによる送迎あり)
定 員：各部6組程度 (1組4名まで)
参 加 費：500円
申 込 期 間：3月1日(日)～3月20日(金・祝)
申 込：Googleフォーム、Fax、持参



お知らせ



体育室の利用時間区分変更について

令和8年4月1日より、次のとおり変更します(入替時間をなくし、各時間枠が長くなります)。

	平日・土曜	日曜・祝日
午前	9:00～12:00	9:00～12:00
午後①	13:00～15:30	13:00～15:30
午後②	15:30～18:00	15:30～17:45
夜間	18:00～20:45	閉室



消防訓練を実施します

ご協力をよろしくお願いいたします。

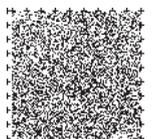
	実施日	時 間
舞 洲	3月13日(金)	14:00～14:30
長 居	3月27日(金)	



センターボランティア登録が はじ 始まります

2026年度登録及び活動方法について説明会を開催します。ボランティア活動に興味のある方はぜひご参加ください。

	日 時	会 場
長 居	3月8日(日) 13:30～14:30	会議室1
舞 洲	3月14日(土) 13:30～14:30	会議室



春休み映画上映会開催!!

日本の昔話や童話を上映します。

日時：3月27日(金)・28日(土)・29日(日)
①11:30～ ②13:30～
③14:30～ ④15:30～

なが い まい しま
長居・舞洲からのメッセージ

このたび当法人は、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の次期指定管理予定者（令和8年度～12年度）として、選定されました。引き続き、どうぞよろしくお願いいたします。



ながい



大儀指導課長

「障がいのある人がいつ一人で来館しても、安心してスポーツを楽しむことができる環境づくり」を基本方針に掲げ、センター開設から50年間培ったノウハウを活かし、更なる障がい者スポーツの拠点施設となるよう取り組みます。

また、長居障がい者スポーツセンターは長居公園の一角に位置し、アクセスも大変良く初心者や高齢者を含めた幅広い層の方々が来館されることから、個人利用者の利便性を重視するとともに、団体利用者へのスポーツコミュニティづくりを推進していきます。



まいしま



内藤指導課長代理

舞洲障がい者スポーツセンターは、大阪市2つ目の障がい者専用施設として今年29年目を迎えます。これまでと同様、ジュニア教室やレクリエーション教室、練習の成果を発揮する大会に、季節ごとや、立地を活かしたイベントはもちろんのこと、現在新たなバーチャルスポーツ体験事業を企画しており、皆さんに新しい発見をしていただけるものと思います。日常においても、専門性の高い職員が皆さんのご要望にお応えできる準備をしています。「来てよかった、また来たい」と思ってもらえるスポーツセンターであり続けるため、私たち職員は努力してまいります。



ながい

スポーツ教室参加者の声

～パラブレイキン教室より～

パラブレイキン教室に参加中の星 才智さん(16歳・知的障がい)より、教室に参加しての感想をいただきました。



ほし さいち
 星 才智さん

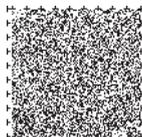
幼い頃から家族で通っていたスポセンは、障がいの特性上、大きな声を出したりする僕にとって、安心して過ごせる大切な場所でした。週末は、夜ご飯を食べたらスポセン!! 家族で楽しい時間を過ごしていました。『はじめよう水泳教室』では、顔つけすらイヤだった僕が、今では4泳法泳げるようになりました。おもしろい、あたたかい指導があったからです。『パラブレイキン』に参加し始めた頃は、ダンスは好きだけれど、自由に踊るといことがむずかしく、戸惑っていましたが、先生方の「いいね！」で、楽しめるようになりました。いつもあたたかく僕の成長と一緒に喜んでくださるスタッフのみなさんが大好きです。これからも、いろいろなことにチャレンジして、楽しいをたくさん見つけたいです。1人で通えるようになって、スポセンでお友達を作って一緒に楽しめるようになるのが目標です。

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年度まで指定管理を受け両センターを管理・運営しています。



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