

スポーツセンターだより



だい かい なつ 第47回 夏まつり

夏の暑さを吹き飛ばそう！夏のひとときを、一緒に過ごし夏の思い出を作りましょう。

開催日：8月7日(土)

13:30～16:00 みんなでチャレンジ!! (体育室)
17:00～19:30 納涼大会・夜店 (駐車場)
※雨天時は体育室にて開催



みんなチャレンジ!!



納涼大会、夜店



まいしま

のうりょうはなび 納涼花火イベント

夏の風物詩である花火(手持ち花火)や夏の遊びで楽しい夏の思い出を一緒に作りましょう！(今年度は映像での花火鑑賞となります。)

開催日：8月6日(金)

時間：17:00～19:50

場所：大阪市舞洲障がい者スポーツセンター
アリーナ・多目的広場



夏の遊び



手持ち花火

※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または館内掲示などをご確認ください。

今号の 内容

1面 夏まつり、納涼花火イベント
2～3面 長居からのおしらせ
4～5面 舞洲からのおしらせ

6～7面 大会・イベント 報告、
障がい者スポーツ振興事業、新規配属職員の紹介
8面 スポーツセンターからのおしらせ

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

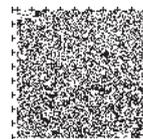


まいしま

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。



●スポーツ教室

※スポーツ教室の実施日や時間については、変更または中止する場合があります。

認知機能を高めよう

体育室・長居公園
9月：会議室

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18日、7月16日、
9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、
毎回 前月の20日～先着順

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：7月18日、8月1日、
9月12日 日曜日
時間：13:30～14:45



対象者 卓球初心者、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

事前申込が必要
申込について、
毎回 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：6月8日、7月13日、8月10日、9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、
毎回 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：6月14日・28日、7月12日・26日、8月23日、
9月13日・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、
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：7月19日、9月27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(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

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：6月4日、7月2日、9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、
毎回 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：6月19日、7月10日、8月14日、9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、
毎回 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：6月5日、7月24日、8月28日、9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、
毎回 前月の20日～先着順

はじめよう水泳

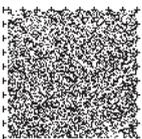
プール室

水慣れから、浮いて進めるまでを目標に指導します。

開催日：6月3日・10日・24日、7月1日・8日・29日、8月5日・12日・26日、9月2日・9日・30日 木曜日
時間：18:30～19:30

対象者 障がいのある中学生以上の人
定員 5名

事前申込が必要
申込期間 6月1日～6月20日
抽選



水泳(メダカ)☆顔つけ～浮き身

プール室

保護者の方と一緒に顔つけから浮き身までをめざした水泳練習を行います。

開催日：9月3日・10日・17日・24日、10月1日・8日・15日・22日・29日、11月5日 金曜日 全10回
時 間：15:30～16:30

対象者 障がいのある幼児・小学生
定員 10組(保護者を含む)

事前申込が必要
申込期間 7月19日～8月16日
抽選

水泳(トビウオ)☆クロール(息継ぎなし)～12.5mまで

プール室

12.5m息継ぎをしながら泳ぐことをめざした水泳練習を行います。

開催日：9月5日・12日・19日・26日、
10月10日・24日・31日 日曜日 全7回
時 間：①11:15～12:15 ②15:30～16:30

対象者 障がいのある小学生
定員 各10名

事前申込が必要
申込期間 7月19日～8月16日
抽選

アーチェリー教室

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、大会へ出場できる技術やルールを知る。

開催日：9月7日・14日・21日・28日、
10月5日・12日・19日・26日 火曜日
時 間：18:00～20:00

対象者 障がいのある中学生以上
定員 20名

事前申込が必要
申込期間 7月19日～8月16日
抽選

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する。

開催日：7月18日、9月26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、
毎回 前月の20日～先着順

3月から 股関節トレーニングの DVDを販売しています!!

すでに購入された方の声を一部ご紹介します。



このDVDを独り占めしているのがもったいなく、友人の分も購入しました。不安と隣り合わせの日々に寄り添っていただけている気がしています。ありがとうございます。

ご購入には、DVD1枚500円+送料が必要です。

詳しくは、長居障がい者スポーツセンターへご連絡ください。

令和3年度 障がいの理解講座 ～オンデマンド講座～

「知的・発達障がいのある人たちを支える
家族から、支援者からのメッセージ」

知的障がいのあるお子さんを育てられた「親」としての視点と、障がいのある方への教育、運動を支援する視点からのメッセージをお届けします。



大阪市
手をつなぐ育成会
理事長 小泉いと子氏



大阪市障害者福祉・
スポーツ協会
障がい者スポーツ
振興室
室長 小山直幸氏

申込期間：7月20日(火)まで

参加費：無料

※詳しくは、センターホームページをご覧ください。



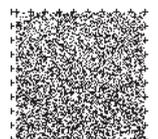
ポータブルエルゴメーター
★車いすユーザーにおすすめ!

トレーニング室に新しい器具が入りました!!

リハビリから本格的な筋力トレーニングまで、さまざまなニーズのあるトレーニング室。新たな器具を導入しましたのでご紹介します。

特 徴：①車いすの方でも乗り移ることなく、そのままトレーニングができます!
②負荷を調整することで、有酸素運動や筋力アップのトレーニングができます。

期待する効果：①肩甲骨の動きを出しながら、上肢の筋力アップが期待できます。
②麻痺のある上肢に対して、スムーズな動きを引き出せます。



●スポーツ教室 ※スポーツ教室の実施日や時間については、変更または中止する場合があります。

ワンポイントスイミング

プール

水中運動や各泳法など、ご要望に応じてマンツーマンでレッスンをを行います。

開催日：平日 月4回程度

時間：不定期

*開催日時はホームページ
や館内掲示等でお知らせ
いたします。



対象者 障がいのある人
定員 各回 4名

事前申込が必要

レベルアップ水泳

プール

さまざまな練習メニューに取り組み、泳力アップをめざします。

開催日：7月9日、8月13日、

9月10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
定員 15名

事前申込が必要

グループ教室

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。

開催日：平日

時間：10:00～17:00のうち

1時間程度



対象者 障がい福祉サービス事業所等

事前申込が必要
(希望日の3か月前)

遊びのひろば

いろんな遊具を使い、身体を動かす楽しさを体感します。

開催日：6月12日(土)、7月10日(土)・21(水)・29(木)、

8月2(月)・18(水)・28(土)、

9月25(土)

時間：13:00～16:30

3部に分けて行います。



対象者 障がいのある人
定員 各部20名程度

事前申込が必要

ジュニア水泳(メダカ)

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。

*安全確保のため、介助者も入水していただきます。

開催日：6月27日、7月18日、

8月15日、9月19日 日曜日

時間：6月(15:40～16:30)

7月～9月(15:50～16:40)



対象者 障がいのある幼児から小学生までの人
定員 20名

事前申込が必要

ジュニア水泳(トビウオ)

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27日、7月25日、

8月29日、9月26日 日曜日

時間：6月～9月(15:50～16:40)



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

事前申込が必要

ジュニア水泳(イルカ)

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27日(日)、7月17日(土)、8月21日(土)、9月18日(土)

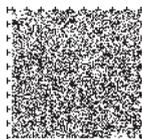
時間：6月(16:00～17:00)

7月～9月(18:00～19:00)



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 20名

事前申込が必要



ジュニア卓球

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12日・26日、
7月10日・24日、
8月14日・28日、
9月11日・25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
定員 20名

事前申込が必要

ジュニアフットサル

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13日・27日、7月11日・25日、
8月8日・29日、9月26日 日曜日
時 間：①10:00～11:00
②11:00～12:00



対象者

①障がいのある幼児から小学生までの人
②障がいのある中学生から18歳(高校生)までの人
定員 各20名

事前申込が必要

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：6月13日・27日、
7月11日・25日、
8月8日・29日、
9月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 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：6月20日、7月18日、
8月15日、9月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 20名

事前申込が必要

ヨット

大阪北港
マリーナ

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5日(日) *予備日12日(日)
時 間：①11:00～12:15
②13:15～14:30

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6組程度



事前申込が必要
(7/1～)

すい えい たい かい ふれあい水泳大会

開催日：9月23日(木・祝)
時 間：舞洲障がい者スポーツセンター プール
申込開始：令和3年6月28日(月)から

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、内容を変更または中止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。スポーツセンターまでお問合せください。



大会の様子



リレー表彰

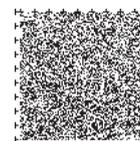
ジュニアスポーツクラブが じ ぜん も う し こ み せ い 事前申込制になります!

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、ジュニアスポーツクラブ(水泳・卓球・フットサル・車いすバスケットボール・ボッチャ)に参加を希望される方は、実施月ごとに事前に申込みをしてください。

定員を越えた場合や事前申込がない場合は参加をお断りさせていただきます。

詳しくはセンターホームページをご確認ください。

※事前申し込みの受付開始は、前月の20日から先着順とします。





こ ほうこく
**2021 子ども
フェスティバル報告**

大阪市手をつなぐ育成会による啓発劇・人形劇団クラルテによる人形劇を鑑賞、職員によるリズム体操でからだを動かしました。

開催日：令和3年**3月14日(日)**
時間：13時15分～15時15分
場所：体育室

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止対策のため、人数制限をして実施。

参加者数
46名



大阪市手をつなぐ育成会の啓発劇



人形劇団クラルテの人形劇



リズム体操



たいかい
アミティカップボッチャ大会

参加者数
68名

全体的に競技レベルが上がり、緊張感のある白熱した戦いが見られました。どのチームも久しぶりの大会でも盛り上がりました!

開催日：令和3年
3月20日(土・祝)
時間：9時30分～15時40分
場所：アリーナ



はいしん し どういん いっしょ
**[LIVE配信]指導員と一緒に
からだをうごかそう♪**

視聴回数
延べ**4774回**
(5/23時点)

臨時休館の間、少しでもからだを動かす機会を提供したい…という思いから、5月1日から毎日、YouTubeのLIVE配信機能を使い、ラジオ体操やストレッチ、指導員おすすめの運動プログラムなどの内容を配信いたしました♪

画面の前で、一緒にからだを動かしていただいている姿を想像しながら、毎日ワクワク取り組みました。

開催日：令和3年**5月1日(土)～5月31日(月)**

しょう しゃ しんこう じぎょう
障がい者スポーツ振興事業

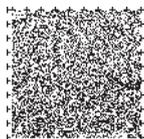
れいわ ねん ど おおさかし しょう しゃ し どういん よう せい こうしゅうかい あんない
令和3年度大阪市障がい者スポーツ指導員養成講習会のご案内

令和3年度大阪市障がい者スポーツ指導員養成講習会を開催します。

申込期間：6月10日(木)まで

開催日	場所	時間
7月10日(土)	長居障がい者スポーツセンター	9:40～19:40
7月11日(日)	舞洲障がい者スポーツセンター	9:15～17:40
7月17日(土)	長居障がい者スポーツセンター	9:15～17:40

令和2年度の様子



詳しくは
ホームページを
ご覧ください。





にしだ まさのり
名前：西田 勝紀
所属：舞洲障がい者
スポーツセンター
館長

〈コメント〉

はじめまして。4月1日付けで舞洲障がい者スポーツセンター館長に就任しました西田です。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、利用時間や利用方法・イベントの中止等で皆様大変ご不便、ご迷惑をおかけしていますが、感染拡大予防に取り組み、順次再開をめざしておりますので、引き続き、ご理解・ご協力よろしくお願いいたします。ご利用のみなさまが、スポーツやレクリエーションを安心・安全に楽しんでいただけるよう、職員一同努めてまいりますので、みなさまも健康に十分注意していただき、コロナウイルスに感染しないように、お願いいたします。



たにわ たかひろ
名前：谷和 孝博
所属：長居障がい者
スポーツセンター
副館長兼総務課長

〈コメント〉

みなさん、こんにちは。4月から長居障がい者スポーツセンター副館長に就任しました谷和（たにわ）です。

いつも、当スポーツセンターをご利用いただき、ありがとうございます。

この歴史ある長居障がい者スポーツセンターで、皆様と共に障がい者スポーツに参画できますことを嬉しく思っております。

新型コロナウイルス感染症の影響で、十分なサービスの提供を行えていない現状ですが、スポーツやレクリエーションを通じて出会いや交流の場として、より楽しく快適にご利用いただけますよう、職員一同努めてまいりますので、よろしくお願い致します。



みかみ たいせい
名前：三上 大成
所属：舞洲障がい者スポーツセンター 指導課
得意なスポーツ：卓球・バドミントン・テニス
趣味：筋トレ・映画鑑賞
座右の銘：誰よりも考えて、意識して行動する

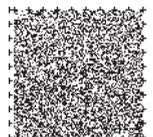
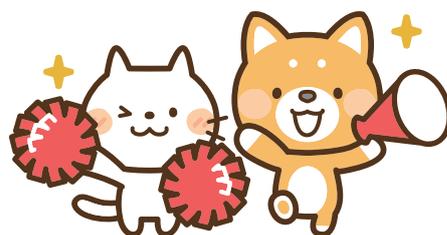
〈コメント〉 楽しい教室づくり、運動指導を提供していきたいと思
います。
よろしくお願いいたします。



しょう しゃ しんこう じぎょう
障がい者スポーツ振興事業

だい かい おお さか し しょう しゃ たい かいちゅう し
第21回大阪市障がい者スポーツ大会中止および
だい かい ぜん こく しょうがい しゃ たい かい せん こう ほう ほう
第21回全国障害者スポーツ大会の選考方法について

大阪府域に発出された緊急事態宣言が5月31日まで延長されたことを受け、すべての競技を中止としました。なお、第21回全国障害者スポーツ大会の大阪市代表選手候補の選考につきましては、第21回大阪市障がい者スポーツ大会の申込者の中から、「第19回大阪市障がい者スポーツ大会」の成績を参考に選考します。



スポーツセンターからのお知らせ

LINEの
とうろく
↓ご登録はこちらから!↓



スポーツセンターのイベントや教室・利用方法についてなどの情報をお届けしています。

シャトルバス・アミティ1号
そうげい ぞうびんよう あたら
(送迎バス・増便用)が新しくなりました。



新シャトルバス



新アミティ1号

ボウリング室のオートスコアラー
しつ あたら
システムが新しくなりました。



スポーツセンター
ボランティアガイド変更について

スポーツセンター ボランティアガイド変更について

令和3年度以降、よりたくさんの方にボランティア活動を行っていただくため、年度登録制度からボランティア活動毎の登録へ変更となります。よろしくお願いいたします。

これから

- ① ボランティア募集からしたい活動を選択
- ② スポーツセンターの担当に連絡、調整
- ③ 活動の開始

パッケージエアコン及び
かんきせつび ぞうせつ
換気設備を増設しました。

卓球室にパッケージエアコン及び換気設備を増設しました。快適な空間で卓球ができるよう改修しました。



ご寄贈いただきました

日本障がい者スポーツ協会様より、マスクを寄贈いただきました。



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

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

※新型コロナウイルス感染症の状況により、開館時間を変更する場合があります。

※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。

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

印刷：あさひ高速印刷株式会社