



すぽせん だより

No.57
2024.3



手づくり飾り



カフェすてっぷ
コラボ
ランチメニュー
ロコモコ丼



手づくり飾り



手づくり
ハワイアン
シュシュ

2024.2.15 健康づくり講座「フラダンス体験会」

CONTENTS

- 第15回スポセンディスクドッチ大会2
- 体力測定／新人職員紹介3
- STTステップアップ講習会4
- 健康づくり講座4
- 第42回東海障害者インドア・アーチェリー大会5
- エレベーターが新しくなりました6
- 第17回障害者スキー体験会6
- 令和6年4月～令和6年9月種目別練習日7



事業団
公式マスコットキャラクター
「りはみん」

第15回スポセンディスクドッチ大会

第15回スポセンディスクドッチ大会を1月21日（日）に名古屋市障害者スポーツセンター体育室で開催しました。今年は前回大会よりも参加チームが2倍に増え、合計6チームで開催しました。

大会の結果は以下の通りです。

優 勝	桃花校舎
準優勝	スポセンBチーム
3 位	One Life

大会はすべての試合が接戦で、どこが勝つがわからない試合になりました。前回大会よりも戦術をしっかりと練っているチームが多く、見ていてとても面白い大会になりました。さらに大会を重ねていくことで個人の技術が向上しており見どころの多い大会にもなりました。初めて参加する選手も一生懸命ディスクを追いかけていてとても印象的でした。

次回の大会は、令和7年1月19日（日）に開催予定になります。ご参加お待ちしております。



体力測定



令和5年12月17日(日)13:30~15:30に名古屋市障害者スポーツセンター体育室にて実施しました。測定種目は身長・体重を含めた9種目を実施しました。

今回の参加人数は23名で、新規の方はもちろん、継続して参加していただいた方が多くいらっしゃいました。ボランティアの方7名は測定・記録・誘導に分かれ、手際よく参加者の支援をしていただきました。

コロナ禍でなかなか体を動かす機会が少なくなり、ご自身の持つ体力に向き合える時間となったと思います。

この測定を機に、日々の運動への取り組みのきっかけ作りや改善につながればと考えております。

次回は令和6年6月15日(土)に測定を予定しております。

まだ実施したことのない人も、以前に参加したことがありしばらく測定していない人も、次回はぜひご参加ください！お待ちしております！



新人職員紹介



三浦 由紀 (みうら ゆき)

昨年12月から受付業務で勤務しております三浦です。

子どもの頃から、バスケットボール・卓球・陸上・弓道・スキー・ウィメンズマラソンにチャレンジなど、スポーツに親しんできました。

一年前に介護者初任者研修を受け、両親の老いを通して運動と身体機能についても深く考えるようになりました。さまざまな方が心身の向上と安定をめざし運動に取り組める施設として皆さまに学び、安心して利用いただけるよう配慮して対応したいと思います。

宜しくお願いいたします。

STTステップアップ講習会

令和6年1月20日(土)

STTとはサウンドテーブルテニスといい、視覚障害者が行う卓球です。一般的な卓球とは違い、金属球の入ったボールの音を頼りにネットの下を転がして行う競技です。

今回は8月にSTT審判員養成講習会に参加した方を対象に、3月に開催する東海障害者卓球大会(STTの部)に向けて、審判員のルールの一掃を図ることを目的に開催しました。

8名の参加があり、始めの1時間はルールの確認を行い、残りの時間はSTT選手に協力をいただき、試合形式で審判の練習をしました。判定に迷った際は都度試合を止め、審判員・選手含め判定の確認を行い、選手とともに審判技術の向上を目指しました。

健康づくり講座

フラダンス体験会

令和6年2月15日(木)

今回の健康づくり講座は、昨年のすぽせんわくわくフェスティバルに出演していただいた、クブラウの長井智子先生にお願いし、フラダンス体験会を開催しました。

今回、雰囲気づくりを大切に、カラフルなレイと、第2回目で講師をしてくださった、団体しらゆりの会さんが協力してくれて作成したハワイアンシュシュを着用していただきながらレッスンをしてもらいました。会場もハワイの雰囲気を少しでも感じられるよう、手作りのオーナメント等を飾ったり、館内入口や2階のカフェすてっぴにハワイアンBGMを流したりしました。参加者の中にはレイやパウスカート等を持参されて使用されている方もいました。

また、2階にあるカフェすてっぴとコラボし、ランチメニューで当日限定の「ロコモコ丼」を提供していただきました。多くの方に食べていただきとてもよかったと思います。

当日は11名の参加者にお越しいただきました。ストレッチから筋トレを一通り行い、音楽に合わせて基本のステップ等を教えていただきました。その後、メイン曲の歌詞を見ながら曲の意味を理解しました。振り入れをして実際に曲に合わせて踊るところまで、参加者の皆さんは真剣に先生の振りを確認しながら踊っていました。

フラダンスの振りには歌詞の意味が込められており、理解しながら踊ると自然に頭に入っていきます。曲調はゆったりしていますが、フラダンスのステップは少し膝を曲げる体勢になるので全身の体幹が鍛えられるそうです。実際にやってみるとハードだなと感じましたが、曲に合わせて踊ると歌詞の意味を理解して踊る実感と、ゆったりとした音楽が流れている癒しの空間、皆と振りを合わせる一体感等が感じられとても貴重な体験になりました。

参加者の皆さんは振りを理解しながら一所懸命に音楽に合わせて踊っていました。曲が終わると拍手が自然と出て、とてもよい雰囲気のなか開催することができました。終わる頃にはじんわりと良い疲れが出て、参加者の皆さんも笑顔で帰られていく姿が印象的でした。

講師長井智子先生
ありがとうございました!



第42回 東海障害者インドア・アーチェリー大会

〈非公認〉

開催日：令和6年2月18日（日）

開催場所：名古屋市障害者スポーツセンター 体育室

障害者 申込者…25名 参加者…22名

〈参加者の成績〉（障害者のみ）

◎チャレンジの部（男女混合、10m、80cm 的使用）

順位	氏名	前半	後半	合計	所属
1位	奥田 遥都	260	253	513	三重
2位	相井 圭三	245	251	496	滋賀
3位	福地 智樹	241	247	488	名古屋
4位	市来 敏幸	240	224	464	名古屋
5位	太田 麻衣	208	204	412	三重

◎ステップの部（男女混合、18m、80cm 的使用）

順位	氏名	前半	後半	合計	所属
1位	松下 翔	243	239	482	岐阜
2位	桐生 孝宣	122	160	282	三重
3位	福地 陽子	111	155	266	名古屋

◎リカーブ男子（18 mラウンド、40cm 的使用）

順位	氏名	前半	後半	合計	所属
1位	稲部 恒夫	243	247	490	愛知
2位	西松 透	232	232	464	岐阜
3位	伊藤 隆人	223	231	454	三重
4位	篠田 泰邦	197	210	407	岐阜
5位	玉井 亨	189	217	406	岐阜
6位	高橋 潔	159	212	371	静岡
7位	伊藤 勇	137	107	244	静岡
8位	堀江 隆浩	117	94	211	名古屋

◎リカーブ女子（18 mラウンド、40cm 的使用）

順位	氏名	前半	後半	合計	所属
1位	亀山智佐衣	154	197	351	岐阜



◎コンパウンド（男女混合、18 mラウンド、縦三目的使用）

順位	氏名	前半	後半	合計	所属
1位	川崎 信一	275	270	545	愛知
2位	繁田 一紀	268	268	536	静岡
3位	近藤 哲浩	269	263	532	愛知
4位	山田 茂雄	267	258	525	愛知
5位	亀山 康弘	258	243	501	岐阜



今年は25名の申込みがあり、22名の参加となりました。昨年と比べると参加者も増え、少しずつではありますが以前に戻りつつあり、大会も盛り上がりました。

チャレンジ部門では障害者スポーツセンターで練習を行い、大会に挑戦した方々もみえて1射1射丁寧に実施する姿がとても印象的でした。ステップ部門では昨年チャレンジ部門に入賞した方々が参加し、練習の成果を発揮していました。リカーブ、コンパウンド部門ではベテラン勢の姿が戻り、僅差を争う戦いとなりました。

来年度は、令和7年1月26日（日）に開催予定です。皆様のご参加をお待ちしております。

エレベーターが新しくなりました

本年度の名古屋市による大規模修繕工事の一環として、令和5年12月から令和6年1月末まで、館内エレベーターの改修工事が行われました。

エレベーター本体が新しくなったことで、機能としては従来のエレベーターと大きな変化はありませんが、出入口の様様やカゴ内部の色が変わりました。

工事期間中はエレベーターが利用できず、特に2階をご利用の皆様には大変ご迷惑をおかけしました。ご協力ありがとうございました。

センターは昭和56年の開設から40年以上経過しており施設の老朽化が著しく、施設の安全・快適なご利用のためには今後も修繕工事が発生することが予測されます。その都度ご利用の皆様には大変ご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご理解ご協力をよろしくお願いいたします。



第17回障害者スキー体験会

令和6年2月23日（金・祝）に長野県のあさひプライムスキー場に行ってきました。スキー体験会ということで、初心者の方はもちろん、経験者の方も含めて当日は19名（参加者、協力者、職員含め）の参加でした。

センターを8時前に出発し、スキー場には11時45分頃に到着しました。出発した際には大雨でしたが、恵那のトンネルを抜けると辺りは真っ白の雪でした。スキー場に着いた後は全員で昼食を摂り、午後の活動に備えて小休止しました。

リフトが2つとファミリー向けでとてもコンパクトな特徴のゲレンデでした。当日の現地の天気は雪が少し降る程度で、風もなく雪の状態は良かったです。



参加者の方からは「やっぱりここがいいよね～、滑りやすいね！」といった声がありました。中にはスクールを受講し2時間みっちり講師の方に教わるなど、各々がスキーを楽しむことができました。久しぶりにあさひプライムスキー場を利用しましたが、以前と変わらずゲレンデは滑りやすくスタッフの方々も親切でした。

来年度も皆様のスキーへのご参加お待ちしております。

令和6年 4 月～ 令和6年 9 月 種目別練習日

●事前申込みの必要はありません。

種目・開催時間	会 場	対 象	年 齢	4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月
月 コンディショニング(マット) 13:30~14:30	会議室	身体障害者 精神障害者 難病患者	中学生以上	15	20	17	8	19	9
火 健康アクア 11:00~11:50	プール	障害者 難病患者	中学生以上	23	28	25	23	27	—
ダンスダンス 17:00~18:00	体育室	知的障害者 自閉症の方	小学生以上	16	21	4	2	6	3
バドミントン 17:15~19:30	体育室	障害者 難病患者	小学生以上	9	28	25	9	27	10
木 脳血管障害者の運動 13:30~15:00	体育室	脳血管障害者	中学生以上	25	23	27	11・25	22	12
トランポリン 17:30~19:00	体育室	知的障害者 自閉症の方	小・中学生	—	—	6	4	1	5
金 ピラティス・ストレッチ 13:30~14:30	会議室	障害者 難病患者	中学生以上	19	17	21	19	16	20
卓球 13:30~15:30	体育室	障害者 難病患者	中学生以上	12・26	24	7・28	12	23	13
健康体操 13:30~15:30	卓球室	障害者 難病患者	中学生以上	12・26	24	7・28	12	23	13
アーチェリー※ ¹ 17:15~19:30	体育室	身体障害者 精神障害者 難病患者	中学生以上	12	—	28	12	—	13
バスケットボール※ ² 18:30~19:30	露橋 スポーツセンター	知的障害者 自閉症の方	小学生以上	—	24	28	—	—	27
車いすテニス 17:15~20:00	体育室	肢体不自由者	小学生以上	19	—	21	19	16	20
車いすバスケットボール 17:15~19:30	体育室	肢体不自由者	小・中・高校生	5	3	—	5	2	6
土 ティーボール 10:00~11:30	極楽小学校	知的障害者 自閉症の方	小学生以上	13	—	—	13	—	14
泳法別ワンポイント①※ ³ 9:45~10:45	プール	知的障害者 自閉症の方	小学生以上	6・20	—	1・15	6・20	—	7・21
泳法別ワンポイント②※ ³ 10:45~11:45	プール	身体障害者 精神障害者 難病患者	小学生以上	6・20	—	1・15	6・20	—	7・21
ジュニア運動 10:00~11:30	体育室	肢体不自由者	小・中学生	20	18	—	20	17	21
スポンジテニス 10:00~11:30	体育室	知的障害者 自閉症の方	小学生以上	—	25	22	27	24	28
サウンドテーブルテニス 13:30~15:00	STT室	視覚障害者	中学生以上	27	25	22	—	—	28
フライングディスク① 13:00~14:30	体育室	身体障害者 難病患者	小学生以上	20 (外)※ ⁴	—	1	6	—	—
フライングディスク② 14:30~16:00	体育室	精神障害者 知的障害者 自閉症の方	小学生以上	20 (外)※ ⁴	—	1	6	—	—
ボッチャ 13:30~15:30	体育室	障害者 難病患者	小学生以上	13	—	—	13	—	7
ビームライフル※ ¹ 13:30~15:00	会議室	障害者 難病患者	中学生以上	20	—	15	20	—	21
プールでワンポイント① 10:00~11:30	プール	障害者 難病患者	小学生以上	9・16	14	13	2	8	3・27
プールでワンポイント② 13:30~15:00	プール	障害者 難病患者	小学生以上	5・11・ 15・23・ 27	13・16・ 18・31	10・17・ 22・24	1・5・8・ 11・25	2・11・ 16・26	2・9・ 12・26

*対象に障害者とする種目は、すべての障害者が対象です。事前申し込みの必要はありません。利用証をセンター受付に提出後、運動のできる服装で各会場にお集まりください。

※¹ 視覚障害者は対象ではありません。

※² 障害者手帳を受付に提示してください。

※³ 個人でプール内に待機していただく事が難しい場合は、介助者同伴での参加をお願いいたします。

※⁴ FD(外)は貴船小学校で行います。



ウェブサイト



(社福)名古屋市総合リハビリテーション事業団
名古屋市障害者スポーツセンター

〒465-0055 名古屋市名東区勢子坊二丁目1501番地

電話 (052) 703-6633 FAX (052) 704-8370

URL <https://www.nagoya-rehab.or.jp/sports/index.html>

医事相談・スポーツ用具相談



	医事相談	スポーツ用具相談
4月	4日(木)	4日(木)
5月	2日(木)	2日(木)
6月	6日(木)	6日(木)
時間	14:00~16:00	13:30~15:30
担当	理学療法士 体育指導員 看護師	リハ工学技師 体育指導員

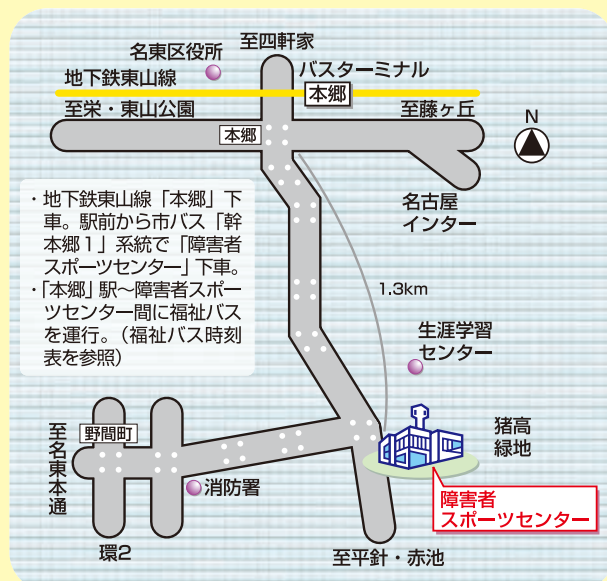
※都合により中止する場合があります。

こころの健康相談

	第1土曜日	第2月曜日	第3木曜日	第4土曜日
4月	6日	8日	18日	27日
5月	4日	13日	16日	25日
6月	1日	10日	20日	22日
時間	13:00~16:00			
担当	精神保健福祉士			

※都合により中止する場合があります。

※予約優先。



●福祉バス(サンサン号)時刻表●

センター発	10:20	16:20	本郷駅発	9:20	15:40
	12:20	17:20		10:40	16:40
	13:20	18:20		12:40	17:40
	14:20	19:20		13:40	18:40
	15:20	20:30		14:40	19:40

■開館時間 9:30~20:30 (12:00~13:00 休憩)

■休館日 毎週水曜日・祝日の翌日・年末年始

■施設案内 温水プール(25m6レーン)・体育室・卓球室
トレーニング室・料理実習室・和室・会議室 他

■愛知県内在住の障害者は無料です。

■専用利用は、障害者団体は3ヵ月前、その他は1ヵ月前から
申込を受付ます。

■はじめての方には、指導員が対応します。

障害者スポーツセンター 令和6年4月~令和6年6月利用カレンダー

	4月	5月	6月
休館日	3日(水) 10日(水) 17日(水) 24日(水) 30日(火)	1日(水) 7日(火) 8日(水) 9日(木) 10日(金) 15日(水) 22日(水) 29日(水)	5日(水) 12日(水) 19日(水) 26日(水)

※大会・プール清掃等のため利用制限があります。

5月11日(土)17:00~閉館、5月12日(日)17:00~閉館、

6月7日(金)・6月8日(土)・6月9日(日)・6月17日(月)・6月18日(火)利用制限あり