



# 下関市障害者 スポーツセンター NEWS

令和5年2月  
第6号

## 第15回障害者フライングディスク記録会を開催しました

令和4年12月4日にフライングディスク記録会を開催しました！  
感染予防のため規模を縮小して午前・午後の部の2部制で行い、  
午前・午後ともに10名の方に参加していただきました。  
日頃からフライングディスクを練習されている方も初めて記録会  
に参加される方もいらっしゃいましたが、体を動かす楽しさを感じ  
られたのではないのでしょうか。

中には見事10枚パーフェクトを達成された方もいらっしゃいま  
した😊

とても寒い中での記録会となりましたが、ご参加いただきありが  
うございました。



## ゆるっと♪ちよいトレ教室を開催しました

令和5年1月7日、14日、21日にゆるっと♪ちよいトレ教室を開催  
し、7名の方に参加していただきました。

年末年始の運動不足は解消できましたでしょうか。

上肢、下肢、体幹を3回に分けて楽しくトレーニングしました。お手  
玉を使った頭の体操では苦戦する方もいらっしゃいましたが、楽  
しい雰囲気でした😊

ご参加いただき、ありがとうございました。



## 中級・上級者バドミントンクリニックを開催しました

令和5年1月28日(土)に中級・上級者バドミントンクリニックを  
開催し、4名の方に参加していただきました。

しっかりと準備運動をして、基本的な打ち方の練習から始まり、最  
後はダブルスのゲームまで行いました。

ダブルスのフォーメーション練習は難しく苦戦していましたが、普  
段の練習でも取り入れてほしいと思います😊

ダブルスゲームは、4チーム総当たりで3試合行い、どの試合もい  
い勝負で白熱した試合になりました。

真剣だけど笑顔あふれるクリニックになりました♪





# 2月・3月の教室・大会等のお知らせ

※今後の新型コロナウイルスの感染状況によっては、中止・延期する場合がございます。

あらかじめご了承ください。



## フライングディスク教室

日時: 2/2(木)・2/9(木)  
13:00~14:30  
2/16(木)・2/18(土)  
18:30~20:00

対象: 障害のある方

(高校生以下は原則として保護者同伴)

内容: 大会出場に向けてディスクの投げ方や、ルール・マナーなどを学びます。

締め切り  
しました!

## 初心者・初級者障害者バドミントン教室

日時: 2/25(土)・3/2(木)  
3/4(土)・3/16(木)  
18:30~20:00

対象: 中学生以上の障害のある方

(高校生以下は原則として保護者同伴)

内容: ラケットの握り方からラリーが続くことを目標にした初心者・初級者のための教室です。

定員: 15名(定員を超えた場合は抽選)

締切: 2/16(木)必着



## ここにこそスポーツデー

日時: 3/19(日)

受付 9:30 開始 10:00

対象: 障害のある方とその家族、センター利用者

内容: いろいろなレクリエーションスポーツを行います。

定員: 30名(定員を超えた場合は抽選)

締切: 3/10(金)必着



## 第25回下関市知的障害者親睦 バレーボール大会

日時: 3/11(土) 13:00~ 開会式

3/12(日) 9:00~ 試合開始

会場: 山口県立下関武道館

(下関北運動公園内)

★県内外からのチームが参加予定です。

山口県からは下関ブルータイフーン(男子)

きららソレイユ(女子)が参加予定です。



## 知的障害者親子体操教室

日時: 毎週土曜日

体操教室①(小学生以下) 13:00~13:45

体操教室②(中学生以上) 14:30~15:30

内容: 色々な道具を使って歩く・走る・投げるなどの基本的な動作を楽しく身に着けます。

★お申し込みはスポーツセンターまで☺



## =特別休館のお知らせ=

日時: 3/11(土)、3/12(日)

山口県立下関武道館にて「第25回下関市知的障害者親睦バレーボール大会」開催のため、当スポーツセンターは特別休館といたします。

ご利用者の皆さまにはご迷惑をお掛けいたしますが、ご了承いただきますようお願い申し上げます。



## 下関市障害者スポーツセンター

下関市貴船町三丁目4-1

TEL 083-232-1846

FAX 083-227-2555

E-mail [s-sports@shimosyakyo.or.jp](mailto:s-sports@shimosyakyo.or.jp)

URL <http://shimonoseki-sspc.jp>

