

体育センター通信

7月号
No.2



新しい設備続々導入中！



卓球台

現在、主に障害者の就労移行支援事業所の方々や一般の卓球クラブの方々がこの卓球台を利用しています。



マット

2021年1月に導入した体操用マットです。主に新体操の団体の方々がこのマットを利用されています。皆様に使って頂き、好評を得ています。

センターの活動、障害者スポーツ・イベント情報などお届けします！

当センターでは、今後も便利に利用していただけるよう、利用者の意見を取り入れ、既存設備の交換や、新設備を導入していく予定です。そのためにも、皆様のご意見をお待ちしております！

No.02 今回紹介させて頂くのは、「社会福祉法人四季の里 みのり工房」です。

みのり工房は、就労移行支援・就労継続支援B型事業所・定着支援事業所の3つの事業がある多機能型の事業所です。

ゴムのバリ取りやエアコン室内機の分解・分別などの内職作業・外勤作業を通して一般就労を目指す「就労移行」と、作業を主とし毎日通所することで集中力や体力を身に付け就労移行へ繋げる「就労継続支援B型」があります。自主作品でバザー活動も行っています。

また、就職後も長く安定して職場に定着できるよう総合的にサポートする「就労定着支援事業」も行われています。



みのり工房 外観

● 四日市市障害者体育センターでの活動で良かったこと

活動して良かったことは、一人では体力づくりが困難である方への場所の提供ができたことです。体を動かすことで汗をかきストレス発散にも繋がったと思います。

また、障害者スポーツへの参加機会があることで四季の里の他部署との交流も深まりました。現在はコロナの影響もありますが、今後も地域や同じ障害をもつ方々と交流したいという意見も頂いております。

社会福祉法人四季の里 みのり工房
三重県四日市市西日野町5028-1
TEL: 059-321-0858

スポーツ紹介 ～スポーツウエルネス吹矢～

健康を目的とした新しいスポーツ



競技の様子



的

スポーツウエルネス吹矢は、5～10m離れた円形の的をめがけて息を使って矢を放ち、その得点を競うスポーツです。性別・年齢問わず誰でも、ゲーム感覚で楽しみながら健康になれるスポーツです。

おおきな特徴として、「礼に始まり礼に終わる」一連の基本動作と、腹式呼吸をベースにしたスポーツウエルネス吹矢式呼吸法というものがあり、大きく体を動かし呼吸することで、精神集中や血行促進、細胞の活性化に役立ち、内臓の諸器官にもよい影響を与え、また精神力・集中力が身に付きます。

当館では「三重県スポーツウエルネス吹矢協会 四日市中央カワセミ支部」が定期的に練習を行っています。

自主事業

当センターでは年に1度、市民間の交流会や、講師を招いた体験会を行っています。今年3月13日に開催し、ボッチャ・フライングディスクの競技体験を行いました。コロナウイルス感染症の拡大により、規模を縮小して開催いたしました。

開会式



開会式の様子です。
感染予防対策として、席の間隔を空けています。

ボッチャ



ボッチャ用
勾配具
(ランプ)



ボッチャの体験コーナーです。
障害者スポーツ指導員の方が
ルール説明や審判を行ってくれました。
障害の種類を問わず様々な人が
練習試合を楽しみました。

フライングディスク



フライングディスクは
円盤を輪に入れるというシンプルな
スポーツで、とても好評でした。
参加者の方も判定を手伝い、
よい交流となりました。

四日市市障害者体育センター

【開館日】

水～土曜日 13時 ～ 21時
日曜日 9時 ～ 17時
月曜日 13時 ～ 17時

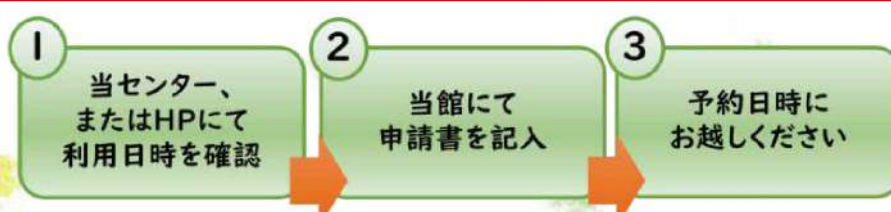
【休館日】

毎週**火曜日**、「国民の**祝日**」及び
「**年末年始**（12月29日～1月3日まで）」



利用方法

障害者（個人・団体）は使用料無料です。それ以外の方もご利用いただけます。



※HPとは四日市市障害者体育センターのホームページのことです

当センターで
できるスポーツ

卓球・卓球バレー・バレーボール・バスケットボール
テニス・バドミントン・ボッチャ・フットサル
アーチェリー・スポーツ吹矢・フライングディスク・体操

アクセス

電車でお越しの場合

四日市あすなろう鉄道
「西日野駅」下車 約0.5km

バスでお越しの場合

三重交通バス
「笹川中学校前」下車 約0.3km

※駐車場（約30台）あり
自動車でもお越しいただけます



お問い合わせ先

〒510-0943 四日市市西日野町4070番地1

・TEL&FAX 059-322-1784

・ホームページ 右のQRコードをスマホ等で
読み込むとアクセスできます！

・メールアドレス stc26@m2.cty-net.ne.jp



<https://www.stc-yokkaichi.com/>