

【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

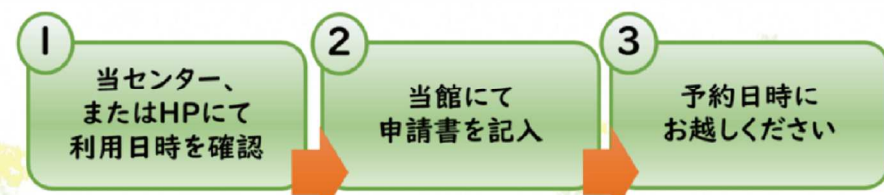
【休館日】

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/>

体育センター通信

12月号  
No.7

ぐっと寒くなりましたね。皆様お変わりありませんか？  
今月は  
・りんぐりんぐ鈴鹿  
・人権週間、障害者週間  
特集です。どうぞよろしくお願いたします。



救命入門講習



延期となった救命入門講習を行いました。反応の確認や胸骨圧迫やAEDの使用を演習しました。周りの人にとっさの指示をすることは訓練でも難しかったです。良い経験になりました。

寄付について



友和卓球クラブ様より卓球台の寄付を頂きました。今回寄付された卓球台は、大切に利用させていただきます。当館の活動へのご協力に感謝いたします。

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！

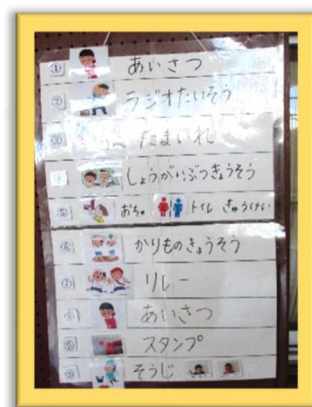
No.07

放課後等デイサービス りんぐりんぐ鈴鹿



放課後等デイサービスりんぐりんぐ鈴鹿では、授業終了後や休校日、施設において生活能力向上のための療育など、様々な支援を行っています。平日はそれぞれの課題設定に合わせた個別療育、休校日には製菓・調理実習、陶芸、外出、季節の行事等様々な活動をしています。小学1年生から高等部3年生まで、それぞれ持たれている困難さは様々ですが、どの利用者さまにも分かりやすい環境づくりを大切にしています。

●当センター内での活動



月1回、第4土曜日に利用させていただいています。

毎月様々な種目を赤白2チームに分かれて行っています。身体を動かす楽しさ、ルールを理解して行う面白さ、苦手なことができるようになる喜び、友達と応援し合い、チームで協力する嬉しさを感じていただけたらと願っています。的を注視し、距離感を測り力を加減する練習、めくったカードにマッチングするものを選ぶ練習、友達と協力する競技では、相手に動きを合わせる等、療育の要素がたくさん入っています。楽しみながら体験を積み重ねることでそれぞれが自信に繋がり、成長していく姿がたくさんみられます。

●最近のトピック

近い将来の就労や就職に向けて必要なスキル獲得を目的として、パティシエの先生に製菓活動を指導していただいています。製菓スキルだけでなく、会計や接客の練習として作ったお菓子を販売し、保護者様や卒業された利用者様を招いて茶話会をしていましたが、コロナウイルスの流行以来開催が難しくなりました。働く事への意識作りとして、今は保護者様への注文販売に縮小して続けています。「とてもおいしい♪」と大好評です♪

人権週間特集

1948年12月10日、国連は、採択日である12月10日を「人権デー (Human Rights Day)」と定め、日本ではこの日を最終日とする一週間を「人権週間」と定めて、広く人権尊重思想の普及啓発を呼びかけています。

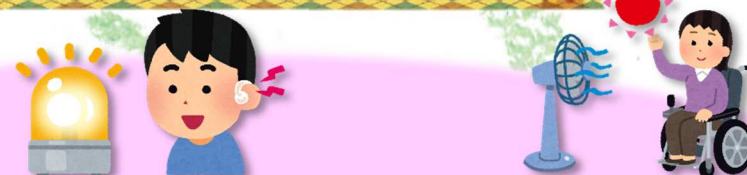
さらに、平成16年6月、国民に障害者福祉の関心と理解を深めるとともに、障害者が社会、経済、文化などあらゆる分野の活動へ積極的参加の意欲を高める目的として、従来の「障害者の日」(12月9日)から「障害者週間」が12月3日から12月9日の一週間と定められました。

当館は、障害者のスポーツ参加促進の一環として、障害の特徴とスポーツに参加する際の注意点などを特集します。



出典：法務省HP

身体障害



障害の種類には、聴覚または平衡機能の障害、音声機能、言語機能またはそしゃく機能の障害、肢体不自由、内部障害があります。

注意点として、聴覚障害の方には視覚を意識した配慮を行い(ライトで情報を知らせる等)、病状によっては体温調節が困難な方もいるため、夏季の熱中症や冬季の体調不良に気を付けると良いでしょう。

知的障害



生活上の適応障害をとめない、医療、教育、福祉などの援助を必要とする状態をいいます。いわゆるIQ(知能指数)だけでなく、社会生活への適応能力等いくつかの診断基準をもとに判定され、概ね18歳以降に発症した場合は知的障害にふくまれません。

注意点として、指示をするときは動きで示したり、ひとつずつ繰り返して教えると良いでしょう。

精神障害



基準が医療や法律、国ごとに違います。日本では医学的視点からみて、生活に相当な制限を受ける状態にある精神疾患を抱えている方や、高次脳機能障害、知的障害を伴わない発達障害の方です。治療が必要な疾患を有していることが多いので、再発の可能性もあります。

注意点として、対人関係に敏感なことが多いため、丁寧な言葉かけを心掛けたり、困った時は解決策と一緒に考えて寄り添うと良いでしょう。