



令和5年度おりづる主催教室 (10～3月期) 受講生募集!!



募集期間：9月1日（金）～10月9日（月・祝）

※定員に達しない場合は追加募集あり

教室名	開催期間・曜日・時間	定員	回数	対象	内容
ス ポ ー ツ 系					
〈 通 年 教 室 〉					
エンジョイスports	5月～3月(金) 18:00～19:30	10名	年間 8	障害者手帳所持者 (小学生以上)	様々なスポーツ体験を通じ興味の幅を 拡げ、やりたいスポーツにつなぐきかけ 作りをします。
手帳なくてもOK 申込み不要 スポーツ レクリエーション	5月～3月(日) 13:30～15:00	なし	年間 10	興味のある人 (小学生以上)	レクリエーションスポーツを通じて、楽 しみながら、参加者間の交流を図りま す。
〈 体 験 教 室 〉					
手帳なくてもOK パラスポーツやってみよう (車いすテニス)	11月4日(土) 13:30～15:30	10名	後期 1	興味のある人 (小学生以上) ※初心者優先	興味のあるパラスポーツを体験する ことができます。それぞれのスポー ツの楽しさ・面白さを学ぶことがで きます。
手帳なくてもOK パラスポーツやってみよう (車いすバスケ)	2月18日(日) 9:30～11:30	10名	後期 1		
手帳なくてもOK パラスポーツやってみよう (ボッチャ)	12月24日(日) 9:30～11:30	10名	後期 1		
〈 個 別 指 導 教 室 〉					
泳法アドバイス	10月～3月(土日) 10:00～11:30	各回 6名	後期 4	障害者手帳所持者で 25m以上泳げる人 (小学生以上)	外部講師による個別アドバイスです。 希望する泳法の正しい技術を習得し、競 技力の向上を目指します。
チャレンジ！！水泳	11月～2月(日) 10:00～11:30 (1人30分程度)	各回 3名	後期 3	障害者手帳所持者で 25mの完泳を目指す人 (小学生以上)	外部講師による個別指導です。 初めて水泳を取り組みたい方や25m完泳 したい人など、初心者向けの教室です。
健 康 増 進 系					
〈 通 年 教 室 〉					
リハビリ体操 (車椅子使用者)	5月～3月(金) 10:00～11:30	10名	年間 22	身体障害者手帳所持者で 移動に車椅子や杖が必要な人	体操やストレッチ等を通じ、身体機能や 日常動作の改善・体力づくりを行い、生 活の質の向上を図ります。
手帳なくてもOK 申込み不要 ゆったり体操	5月～3月(水) 13:30～14:30	各回 15名	年間 30	興味のある人 (小学生以上) ※一般の方は1日利用券の 購入が必要です。	様々なゆっくりとした運動を通じて、身 体の状態の改善を目指します。当日気軽 にご参加ください。
手帳なくてもOK 申込み不要 水中健康運動	5月～3月(火) 13:30～14:30	各回 10名	年間 10	興味のある人 (小学生以上) ※一般の方は1日利用券の 購入が必要です。	水中での運動を通じて、楽しみながら、 健康維持・体力増強を図ります。当日気 軽にご参加ください。
手帳なくてもOK スポーツ医療相談	10月～3月(土) 10:00～11:30	各回 2名	年間 10	スポーツ実施に関して 医療的な助言が必要な人	スポーツを実施する上で不安がある人な ど、スポーツ医による助言指導を行いま す。※日程は要問合せ。窓口・電話のみで受付
「障害者手帳所持者」とは「身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳」の所持者および「障害福祉サービス受給者証」所持者を含みます。 障害者手帳所持者は無料で参加できます。一般の方は、一部の教室で施設利用料（1日利用券）の購入が必要です。					
* 介助が必要な人は介助者と参加してください。					
* 配慮が必要な人は申込み時に申し出てください。					



令和5年度おりづる主催教室 (10～3月期) 受講生募集!!



募集期間：9月1日（金）～10月9日（月・祝）

※定員に達しない場合は追加募集あり

教室名	開催期間・曜日・時間	定員	回数	対象	内容
文化系					
＜体験教室＞					
アトリエ	10月～1月（水） 13:30～15:30	各回 5名	後期 4	障害者手帳所持者	様々な「モノ作り」の楽しさを通じて、日常生活においての趣味を広げることや、参加者同士の交流を図ります。
書道でクラフト	10月25日・2月28日（水） 13:30～15:30	各回 8名	後期 2	障害者手帳所持者	様々な方法により「美しい字」で文字を書くことや作品を作ることにより、書くことやモノづくりの楽しさを体験します。
寄せ植え	12月（予定） ※詳細日程は調整中	10名	後期 1	障害者手帳所持者	西条農業高等学校園芸科の生徒さんが講師を務めます。園芸を楽しみながら高校生との交流を図ります。
おりづる工房（視覚障がい）	11月16日（木） 13:30～15:30	3名	後期 1	障害者手帳所持者で視覚障がいのある人（小学生以上）	障がい特性別の創作教室です。モノ作りで感性や発想力を高めましょう。一緒に創作活動を楽しむことで、参加者同士の交流を深めましょう。
おりづる工房（聴覚障がい）	2月7日（水） 9:30～11:30	5名	後期 1	障害者手帳所持者で聴覚障がいのある人（小学生以上）	
おりづる工房（知的障がい）	12月9日（土） 9:30～11:30	5名	後期 1	障害者手帳所持者で知的障がいのある人（小学生以上）	
手帳なくてもOK なつかしあそび	1月6日（土） 10:00～11:30	10名	後期 1	興味のある人（小学生以下は保護者同伴）	子ども時代に経験した遊びは世代によって違いますが「懐かしい遊び」をみんなで体験し、参加者同士の交流を図ります。
手帳なくてもOK 片手でもできる手芸	2月1日（木） 13:30～15:30	5名	後期 1	障害者手帳所持者で上肢に運動障害がある人 興味のある人	麻痺や可動域制限のある人でも道具や環境の工夫をすればできる手芸を紹介します。
手帳なくてもOK かんたんスマホ講座	12月21日・2月8日（木） 13:30～15:00	各回 6名	後期 2	興味のある人（初心者） ※一般の方は1日利用券の購入が必要です。	お手元のスマートフォンをもっと活用してみませんか。便利な機能やアプリなど紹介、操作方法の学習を行います。

「障害者手帳所持者」とは「身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳」の所持者および「障害福祉サービス受給者証」所持者を含みます。障害者手帳所持者は無料で参加できます。一般の方は、一部の教室で施設利用料（1日利用券）の購入が必要です。

*** 介助が必要な人は介助者と参加してください。**

*** 配慮が必要な人は申込み時に申し出てください。**

【申込み方法】 所定の申込用紙に必要事項記入して、①窓口（返信用はがきを持参）②郵送（返信用はがきを同封）③Eメール、FAX（HPから様式ダウンロード）④Googleフォーム（下記QRコード）のいずれかの方法で申込む

【申込必要事項】 希望教室名（複数記入可）・氏名（ふりがな）・郵便番号・住所・年齢・電話・手帳種別・等級・備考等

【参加同意書の提出のお願い】 ①窓口②郵送③Eメールの場合、参加同意書に自署して提出してください（代筆可）
④Googleフォーム（QR）の場合はフォーム内で「同意」にチェックをお願いします。

※18歳未満の人は、本人・保護者の自署が必要です。

●問合せ先・申込み先●スポーツ交流センター●

〒739-0036 広島県東広島市西条町田口295-3

TEL 082-425-6800 FAX 082-425-6789

ホームページ <https://www.rehab-hiroshima.org/orizuru/>

Eメール oridsuru@hiroshima-wsc.jp

* Eメール・FAXの申込みは、電話確認が必要です

Googleフォーム <https://forms.gle/kd9aVb7o9Ycu3vvr7>

QRコード→



令和5年度おりづる主催教室
Google申込みフォーム