

# えんじょい～ かわらばん ～2024



6月～7月のえんじょいの企画(予定)をお知らせします。

## ★スポーツ企画★

淀川スポーツセンター主催 **ハンディキャップ参加**  
 ☆ **6月15日(土)**  
 ☆ **7月20日(土)**  
 ふうせんバレーやたつきゆうなど  
**午後3:00～5:00**

場所：**淀川スポーツセンター**

(淀川区西宮原2-1-3「ソーラ新大阪21」3階)

持ち物：**上履(車イスの人はそのまま)、動きやすい服装、タオル** など

**20円(スポーツ障がい保険料)**

## 2024. 6がつ

日	月	火	水	木	金	土
						1 7/1-9/6
2 やすみ	3	4	5	6	7	8 やすみ
9 やすみ	10	11	12	13	14	15 7/14-17
16 やすみ	17	18	19	20	21	22 やすみ
23 30	24	25	26	27	28	29 やすみ

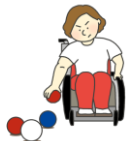
## 2024. 7がつ

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6 7/1-9/6
7 やすみ	8	9	10	11	12	13 やすみ
14 やすみ	15 やすみ	16	17	18	19	20 7/14-17
21 やすみ	22	23	24	25	26	27 やすみ
28 やすみ	29	30	31			

5月はゴールデンウィーク期間だったため、フリータイムはやすお休みでした。みなさんゴールデンウィークはどうお過ごしでしたか？

さて、今年はオリンピック・パラリンピックの年ですね。そこで今回は『ユニバーサルスポーツ』についてのお話をしようと思います！ユニバーサルスポーツとは、年齢や国籍、障がいの有無に関わらず、皆が一緒に楽しむことができるスポーツです。そのひとつとして有名なボッチャも1984年からパラリンピックの正式競技になりました。

みなさんご存知のふうせんバレーもそのひとつで、1989年頃、北九州で『重い障がいのある人も一緒にできるスポーツがあったいいいな』そんな一人の障がい者の“つぶやき”から生まれたそうです。ふうせんバレーの特徴のひとつとして、大会での『18点ルール』というルールがあります。選手は1～4点のハンディレベルで分けられ、競技中の6人の合計が18点以内になるようにします。そうすることで、チームのハンディレベルに差が出ることがなく、誰でも参加し、一緒に楽しめます。色々なスポーツに挑戦したり、ユニバーサルスポーツを考えてみるのも楽しいかもしれません♪



## “もしも”の時、あなたのペットは大丈夫ですか？

急な病気で入院することになってしまったら・・・  
 外出中事故にあい、家に帰れなくなったら・・・

こんな時、家にいるペットのお世話をしてくれる人はいますか？ペットは自ら助けを求めることができません。

大阪市では、そんな“もしも”の時に備えて、「ペットもしもの安心カード」を活用できます。

ご自宅でペットを飼われている方は、方が一に備えて大切なペットのことを改めて考えられてみてはどうですか？



大阪市ホームページ

## 『フリータイム』へおこしやす!!

～今後の予定～

日時：**6月1日(土) 14:30～16:30**

場所：**暖気の苑 1階 食堂**

(次回受付は5月の第4月曜日から開始となります。)

☆時間内なら何時に来てても何時に帰ってもOK!

☆参加予約願います。

## \*えんじょい はこんなコトやっています\*

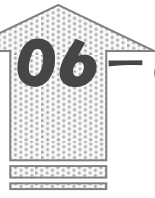
障がいを持つ人やそのご家族・周囲の方々の「困った!」「どうしょ!?!」

「ちょっと聞いて」に障がいを持つスタッフが一緒に考えます。

相談のほか、福祉制度や社会資源の紹介、行事や勉強会などの企画&開催などもやっているセンターです。



えんじょい FAX 06-6101-5032



今後こんごもこのような「えんじょい ~かわらばん~」を、できればFAXりようを利用して、  
毎月まいつきお手元てもとにお届けとどけたいと思っおもています。

よろしければ、FAX番号ばんごうをご記入きにゅうの上、FAXでお知らせしください。

お 名 前 <small>な ま え</small>	
F A X 番 号 <small>ばんごう</small>	

今回こんかい、いただきました情報じょうほうにつきましては、「かわらばん」をはじめとした行事案内ぎょうじあんないの目的ちくてきにのみ使用しよういたします。

また、当センターとう以外いがいの第三者だいさんしやに漏もらすことはいたしません。



淀川区障がい者基幹相談支援センター・えんじょい

〒532-0012  
大阪市淀川区木川東3-10-11 2階  
TEL: (06) 6101-5031  
FAX: (06) 6101-5032  
E-mail=[enjoy@galaxy.ocn.ne.jp](mailto:enjoy@galaxy.ocn.ne.jp)