

令和7年度

Let's 教養講座

はじめよう! スポレクの

受講生募集!!

受付期間：令和7年4月1日(火)～4月20日(日)

千葉県障害者スポーツ・レクリエーションセンターでは、県内における障害者の福祉の増進等を図るため、各種教養講座を開講します。詳細はセンター事務局までお問い合わせください。

講座	講師	定員	対象者	曜日	時間/会場
無理なくやさしい楽しい体操 ハッピーフィットネス	元国際武道大学教授 中島 一郎 先生	30名	障害者 支援者	日	9:30～11:30 千葉県障害者スポーツ・ レクリエーションセンター
レクリエーションスポーツにチャレンジ! チャレンジスポーツ	上級障害者スポーツ指導員 福地 知之 先生	15名	身体障害児/者	日	13:30～15:30 千葉県障害者スポーツ・ レクリエーションセンター
のびのびと元気よく体を動かそう! きッズ・キッズ・Kids	公認スポーツ指導員 穴倉 裕子 先生	30名	知的障害児 発達障害児 (12才以下)	日・祝	14:00～16:00 千葉県総合スポーツセンター スポーツ科学センター(4Fアリーナ) 住所:千葉市稲毛区天台町323
初心者でも楽しく学べるポッチャ! ポッチャ教室	千葉県ポッチャ協会 会長 宮坂 昇 先生	30名	障害児/者 健常児/者	日・祝	10:00～12:00 千葉県総合スポーツセンター スポーツ科学センター(4Fアリーナ) 住所:千葉市稲毛区天台町323
手話で『デフリンピック』を応援しよう! 手話教室	社会福祉法人 千葉県 聴覚障害者協会	20名	障害者 健常者	日・祝	14:00～15:30 千葉県障害者スポーツ・ レクリエーションセンター
いつも会えないあの人に想いを届けよう 絵手紙教室	日本絵手紙協会講師 奥野みよ子 先生	10名	障害児/者 健常児/者	土・日	13:30～15:00 千葉県障害者スポーツ・ レクリエーションセンター
絵本の読み聞かせや紙芝居を楽しもう! ことばあそび広場	よみよみの会	10名	障害児/者 健常児/者	日	14:00～15:00 千葉県障害者スポーツ・ レクリエーションセンター

- 対象** ★県内在住・在勤の障害のある方、障害者の家族
★県内在住・在勤の健常者で障害者の活動を理解しご協力いただける方(ボランティア)
- 受講料** ★受講料無料
- 申込方法** ★募集内容をご確認の上、FAX・E-Mail・窓口にて申込書をご提出ください。
- 受付期間** ★4月1日(火)～4月20日(日)
- 注意事項** ★お申込みの際、新規申込で障害のある方は必ず障害者手帳をご提示ください。
★全講座、障害のある方が優先となります。(介助する方も一緒に参加できます。)
★定員になり次第受付終了となりますが、申込状況によっては抽選とさせていただきます。
★定員などの都合により受講できない場合のみ、センターよりご連絡いたします。

お申込み・お問合せ

千葉県障害者スポーツ・
レクリエーションセンター

〒263-0016
千葉市稲毛区天台6丁目5番1号

TEL. 043(253)6111
FAX. 043(253)9389

✉ info@chibasrc.com
URL <https://chibasrc.com>

令和7年度

教養講座開催日程



ハッピーフィットネス

9:30~11:30 日

令和7年

5/18 6/8 7/13 8/10
9/14 10/12 11/9 12/14

令和8年 1/18 2/1
(計10回)

- 用意するもの
- ・運動できる服装
 - ・体育館シューズ
 - ・タオル ・飲料

チャレンジスポーツ

13:30~15:30 日

令和7年

5/11 6/15 7/6
8/3 9/7 10/5 11/2
12/14

(計8回)

- 用意するもの
- ・運動できる服装
 - ・体育館シューズ
 - ・タオル ・飲料

きッズ・キッズ・Kids

14:00~16:00 日・祝

令和7年

4/27 5/18 6/8 10/26
11/24 12/7

令和8年 1/11
(計7回)

- 用意するもの
- ・運動できる服装
 - ・体育館シューズ
 - ・タオル ・飲料

ボッチャ教室

10:00~12:00 日・祝

令和7年

5/4 7/6 11/3 12/21

(計4回)

- 用意するもの
- ・運動できる服装
 - ・体育館シューズ
 - ・タオル ・飲料

手話教室

14:00~15:30 日・祝

令和7年

8/31 9/23 10/13

(計3回)

- 用意するもの
- ・特にナシ

絵手紙教室

13:30~15:00 土・日

令和7年

11/16 12/6

(計2回)

- 用意するもの
- ・特にナシ

ことばあそび広場

14:00~15:00 日

令和7年

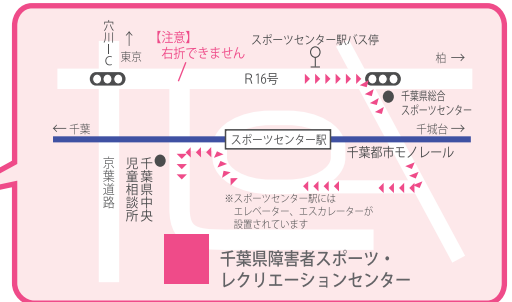
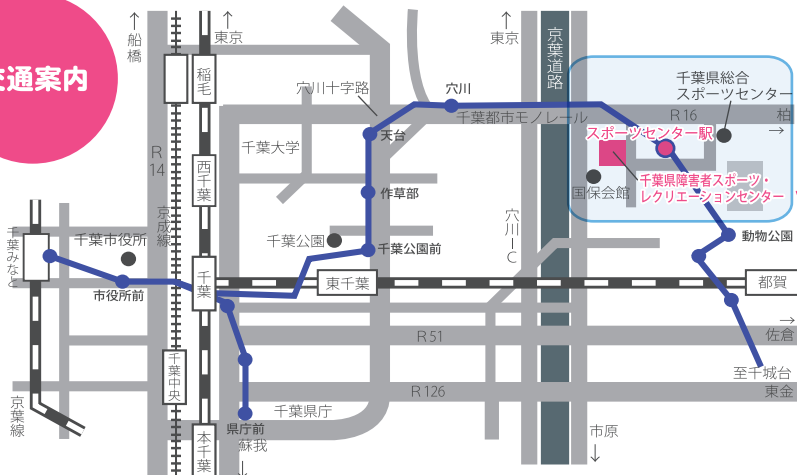
7/27 8/24 9/28
10/19 11/23 12/21

(計6回)

- 用意するもの
- ・特にナシ



交通案内



- 電車** JR千葉駅または都賀駅から千葉都市モノレール(タウンライナー)に乗車「スポーツセンター駅」下車 徒歩3分
- バス** JR稲毛駅東口1番乗り場から京成バス草野車庫行き、こてはし団地行き2番乗り場から山王行きに乘車「スポーツセンター駅」下車 徒歩3分
- 車** 京葉道路穴川インターチェンジから国道16号線を柏・八千代方面に向かい、モノレール「スポーツセンター駅」ロータリーに入る。



千葉県障害者スポーツ・レクリエーションセンター