

令和 8 年度

はじめよう! スポレクの Let's 教養講座 受講生募集!!

受付期間：令和8年4月1日(水)～4月21日(火)

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
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	40名	障害者 支援者	日	9:30 ～ 11:30
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	25名	身体障害児 身体障害者	日	13:30 ～ 15:30
みんな仲良く元気よく体を動かそう! きっず・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)	土	10:00 ～ 12:00
老若男女誰でも楽しめるポッチャ 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	土・祝	9:30 ～ 12:00
みんな(チーム)で一緒に楽しめる ユニバーサルスポーツです 卓球バレー	一般社団法人 船橋市ユニバーサル スポーツ協会	25名	障害児／者 健常児／者	日	14:00 ～ 15:30
みんなで楽しく手と手で話そう 手話教室	社会福祉法人 千葉県 聴覚障害者協会	20名	障害児／者 健常児／者	日	14:00 ～ 15:30
絵本や手遊び歌でことばを楽しもう 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
素晴らしい音色をみんなで聴いてみませんか スポレクセンター音楽祭 (安心・安全コンサート)	千葉県警察音楽隊 東海大学付属市原望洋 高等学校吹奏楽部 *追加団体調整中	200名	障害児／者 健常児／者	9/23(祝)	14:00 ～ 16:00

会場 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、その家族

★県内在住・在勤の健常者で障害のある方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(水)～4月21日(火)

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

https://www.chibasrc.com

令和8年度

教養講座開催日程



ハッピーフィットネス

9:30~11:30 日曜日

令和8年

5/10 6/14 7/12 8/9
9/13 10/4 11/8 12/13

令和9年 1/17 2/14
(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 日曜日

令和8年

5/10 6/7 7/5 8/2
9/6 10/4 11/1 12/6

(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

10:00~12:00 土曜日

令和8年

5/23 6/13 7/11 8/22
9/12 10/10 11/14 12/12

(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

ポッチャ教室

9:30~12:00 土・祝

令和8年

5/30 6/27 8/29 9/21

(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

卓球バレー

14:00~15:30 日曜日

令和9年

1/24 2/7

(計2回)

- 用意するもの
- ・運動できる服装
 - ・タオル ・飲料

手話教室

14:00~15:30 日曜日

令和8年

5/24 6/28

(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 日曜日

令和8年

7/26 8/30 9/27
10/25 11/29
12/13 (計6回)

- 用意するもの
- ・特にナシ

スポレクセンター音楽祭

(安心・安全コンサート)

14:00~16:00 祝日

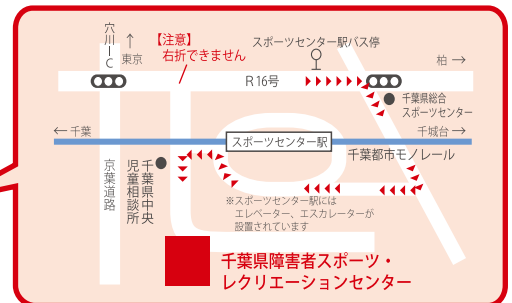
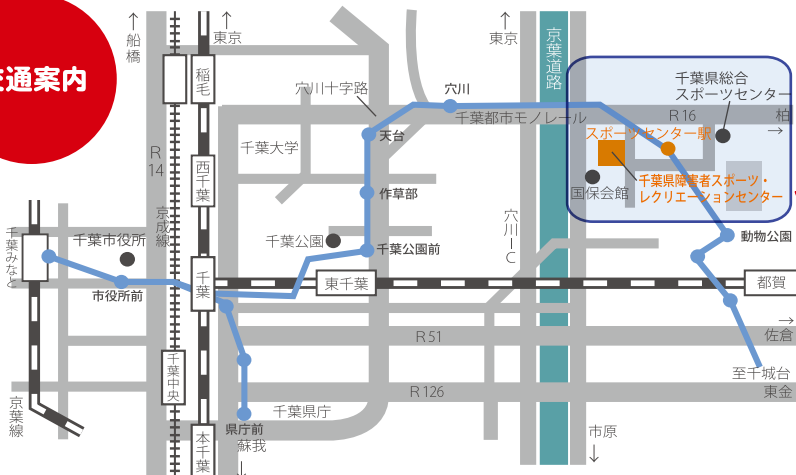
令和8年

9/23

(計1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乗車「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。