

かがわ総合リハビリテーション福祉センター

スポーツ・文化教室

2025年度(3月からの募集)

前期 4月～7月開講

教室に参加される方へのお願い

- 体調がすぐれない場合は、ご利用をお控えください。
- 感染症等により、教室の参加をご遠慮いただく場合があります。
- 感染症が拡大している時期は、マスクの着用をお願いする場合があります。
- 気象状況及び諸事に関する事業団の対処方針（県方針に準拠）に準じ、プログラムの変更または中止する場合があります。

福祉センター
ホームページはこちら



令和7年5月1日(木)

福祉センター 温水プールOPEN!!

当センタープールは、屋内にあり、施設内はバリアフリーで水温も温かく、誰もが利用しやすくなっています。初めての方には、指導員が説明いたします。皆さまのご利用をお待ちしております。なお、開館期間は5月1日～11月30日までの期間限定です。

- プール**
- ①広さは25m×5コースです。遊泳コース・歩行コース・フリーコースを設けています。
 - ②水深は1.1m～1.3mです。水深調整台で浅くしたコースは、お子さんも安心してご利用いただけます。
 - ③プール内にスロープを設置しています。車いすのまま入水できます。(プール用車いす完備)
 - ④水温は31～33℃に保たれており、運動量の少ない方でも利用しやすい温度設定にしています。

特別更衣室 通常の更衣室に加え、スペースを大きくとった特別更衣室を設けています。性別を問わず着替えが可能です。
暖房設備 体温を維持できるよう、採暖室を設けています。

プール 5月の個人利用タイムのお知らせ

開催日 5月1日～30日 火曜日・木曜日 **締切** 申込みの必要はありません。開催時間に福祉センター窓口で受付をしてください。(受付11:30まで)
時間 9:00～12:00
対象者 障害者とその介助者 **備考** 5月8日(木)は休館日です。
※福祉センターが発行する福祉センター利用カードが必要です。事前にご用意ください。
※障害者及びその介助者1名は無料

注目

香川県障害者芸術祭2025 ～キラリ☆と光る芸術祭～を開催します

障害者が制作した絵画等の作品展示や音楽イベント、ファッションショー等を通じて障害者理解が進むこと、また、障害者が文化芸術に取り組む契機となることを目的に開催します。

日時 10月13日(月・祝)～10月14日(火)
場所 サポートホール高松(デックスガレリア、市民ギャラリー又はコミュニケーションプラザ)
内容 ・作品展 ・ステージイベント ・物販・ワークショップ
作品展では、作品募集を行います。
募集情報は、ホームページ(https://www.kagawamoves.com)を随時更新しますのでご確認ください。

前期からの文化教室等

リハビリ・文化・芸術・生活・教養をテーマにしたプログラムです。

教室ネット
申込はこちら



参加費 障害者手帳もしくは特定医療費(指定難病)受給者証、障害福祉サービス受給者証等の所持者は無料、その他の方は250円/回
締切 各回の2週間前 ※定員に達していない場合は募集期間を延長します。お問い合わせください。
場所 かがわ総合リハビリテーション福祉センター

★お申込みには、各種手帳もしくは各種書類の提示が必要です
★定員を超えた場合は初めての方、受講回数や教室申込数が少ない方を優先します
★複数の教室をご希望の場合は、日時の重なりを確認のうえお申込みください
★介助が必要な方は介助者同伴でご参加ください

健康づくりや暮らしの中の工夫を学びたい方

リハビリクッキング

調理の基本動作を、福祉センターの作業療法士とマンツーマンで行います!グループでの料理に自信のない方も大丈夫!目標を設定し、自分に合う道具や方法を見つけましょう。

開催日 ①4月25日、②5月23日、③6月27日、④7月25日(金曜日)
回数 目標に応じて設定します。
時間 9:00～12:00
会場 調理室
対象者 障害のある方およびそのご家族、支援関係者の方
講師 福祉センター作業療法士
材料・資料代 相談は無料、調理をする場合は適宜設定
備考 相談のみの場合も事前にご予約をお願いします
申込書に参加希望日の番号を記入してください

自分に合った活動を見つけたい方・体験したい方

楽器体験教室(弦楽器)

楽器の生演奏を聞いたり、どんな音が出るか弾いたりしながら、一緒に音楽を楽しみましょう!今回はギターやベース、コントラバスなどの弦楽器です。

開催日 ①6月18日(水)、②7月6日(日)
回数 各1回(同じ内容のプログラムです)
時間 14:00～15:00
会場 第1研修室
対象者 障害のある方およびそのご家族
定員 6名
講師 音楽療法士 川田 佳誠 氏
みんなのアート活動センター KAGAWA MOVES
参加費 無料
備考 申込書に参加希望日の番号を記入してください



eスポーツ好きな人集まれ!一緒にしようかい

「やったことなくて…」「どんな楽しみ方があるの」「ゲームアクセシビリティ(道具の工夫など)を見てみたい」と思っている方にぴったり。リハビリなどの支援者の方も大歓迎。みんなでやってみよう!

開催日 ①4月19日、②6月21日(土曜日)
回数 各1回
時間 14:00～15:30
会場 <らし快適館
対象者 肢体不自由のある身体障害者手帳をお持ちの方、ご家族、支援関係者の方
定員 3組
講師 福祉センター地域支援員等
参加費 無料
備考 ご自身がお持ちの操作入力スイッチで体験もできます
申込書に参加希望日の番号を記入してください

情報コーナー

どこでも出前講座

地域や障害者を支援している団体、行政、事業所などの皆様を対象に、福祉センターのスタッフを講師派遣します。講座の内容はご相談に応じます。

利用の流れ まずはお電話でご相談ください。講座開催希望日の2か月前までにお申し込みが必要です。
内容例 障害の理解、福祉用具の使い方、パラスポーツ体験、ICT・コミュニケーション支援等
講師料 無料

福祉用具展示相談事業 <らし快適館

作業療法士等を配置し、地域の支援機関と連携し、日常場面で福祉用具等を使うための相談支援を行います。「展示相談室」、「模擬体験室」があります。

●展示相談室:さまざまな福祉用具等を見て、知って、試せます!利用方法・選択の相談・情報提供を行います。
●模擬体験室:実際の家で、福祉用具の体験ができます。住まいの相談を行います。
利用の流れ まずはお電話でご相談ください。必要に応じてご自宅や施設等へ訪問します。
利用できる方 ご本人、ご家族、支援者の方など、どなたでもご利用になれます。
開館時間 月～金 9時～16時(土・日・祝・年末年始は休館)
※相談は無料です。 ※「<らし快適館」での販売は行っていません。

文化・芸術・教養活動相談窓口

自分に合った活動を見つけたい方や、活動できる場所を探している方、発表の場を探している方など、お気軽にご相談ください。

対象 障害のある方及びそのご家族、支援関係者等
支援者 福祉センター地域支援員、療法士等
相談内容例 ・福祉センターの教室の紹介
・同好会やサークル活動の紹介
・福祉センターロビー等での発表の場の提供
・県外のコンテストの情報提供 …等



かがわ総合リハビリテーションセンター前期行事予定

※2025年3月1日時点の予定ですので変更する場合があります。詳しくは福祉センターまでお問い合わせください。

実施月	行事等		
	交流・楽しみ・おでかけ	学ぶ・知識を深める	チャレンジ
4月	・みなスポ!かがわ2025(29日)		・全国障害者スポーツ大会派遣選手選考記録会ポウリング
5月	・温水プールオープン(1日～)		・全国障害者スポーツ大会派遣選手選考記録会フライングディスク、陸上、水泳、卓球、ボッチャ、アーチェリー
6月			・第2回リハちゃん杯ボッチャ交流大会(22日)
7月	・福祉センター中期教室募集(1日～)	・初級パラスポーツ指導員養成講習会 ・<らし快適館企画展	

福祉センター教室は前期(4～7月)、中期(8～11月)、後期(12～3月)の三期に分けて募集しています。中期の募集チラシ配布は7月1日を予定しています。

■お問い合わせ・お申し込み先
かがわ総合リハビリテーション福祉センター
〒761-8057 高松市田村町1114番地

TEL 087-867-7686

※受付時間 8:30～17:00(年末年始を除く)

FAX 087-867-0420

福祉センター
ホームページはこちら



教室ネット
申込みはこちら



たまも園 かがわ総合リハビリテーションセンター

前期 スポーツ教室

障害者手帳もしくは特定医療費(指定難病)受給者証・障害福祉サービス受給者証等の所持者は無料(一部、参加費が必要な教室があります)

上記以外の方は500円/回

知的・発達障害のある方

※手帳がない場合はご相談ください。

スキップ水泳教室(4歳~就学前)

幼児を対象とした親子水泳教室です。水慣れから行います。

開催日 5月22・29日、6月5・12・19日、7月3・10・17日(木曜日)
回数 8回
時間 15:00~15:50
場所 福祉センター プール
対象者 知的・発達障害の方(4歳~就学前) ※保護者同伴
定員 8名
締切 5月1日(木)
指導者 福祉センター 体育指導員
備考 5月15日(木)は福祉センター2階AV会議室で面接を行います。

スキップ水泳教室(小学校1年生~3年生)

児童を対象とした親子水泳教室です。水泳の導入指導を行います。

開催日 5月22・29日、6月5・12・19日、7月3・10・17日(木曜日)
回数 8回
時間 16:00~17:00
場所 福祉センター プール
対象者 知的・発達障害の方(小学1年生~3年生) ※保護者同伴
定員 8名
締切 5月1日(木)
指導者 福祉センター 体育指導員
備考 5月15日(木)は福祉センター2階AV会議室で面接を行います。

放課後マルチスポーツ教室

放課後にみんなで楽しく体を動かして、好きなスポーツを見つけましょう。

開催日 5月19日、6月2・16日、7月7日~3月16日(第1・3金曜日)
回数 18回
時間 17:00~18:00
場所 福祉センター 体育館
対象者 知的・発達障害の方(小学4年生~中学3年生) ※保護者・介助者同伴
定員 10名
締切 5月5日(月)
指導者 福祉センター 体育指導員
備考 5月12日(月)は福祉センター2階AV会議室で面接を行います。

サッカー教室

グラウンドでボールを思いっきり蹴ってみましょう!基本をしっかり行います。はじめての方、ぜひご参加ください。

開催日 5月25日、6月1・8日(日曜日)
回数 3回
時間 9:30~11:30
場所 福祉センター グラウンド
対象者 知的・発達障害の方(中学生~成人) ※保護者同伴
定員 20名
締切 5月11日(日)
指導者 公認バラスポーツ指導員 梨野 達也 氏
福祉センター 体育指導員
備考 *初参加の方は 5月25日(日)は9:00から福祉センター体育館前で事前説明を行います。
*身体接触を伴う教室のため、スポーツ安全保険に必ずご加入いただけます。

身体に障害のある方

いるか教室

身体に障害のある幼児と児童を対象とした親子水泳教室です。学校でのプール活動でどのような内容を行うか、介助の方法はどうするか等、学校からのご相談にも応じます。

開催日 5月16・30日、6月6・20日、7月4・18日(金曜日)
回数 6回
時間 16:00~17:00
場所 福祉センター プール
対象者 身体障害者手帳をお持ちの方(4歳~中学生) ※保護者同伴 ※事前に主治医に確認の上、お申込みください。
定員 6名
締切 4月25日(金)
指導者 福祉センター 体育指導員
備考 5月2日(金)は福祉センター2階第2研修室で面接を行います。

肢体不自由児 あそびのひろば

家族で楽しく身体を動かしましょう!トランポリンなどを使用した感覚刺激、ふれあい遊びを行います。

開催日 7月21日(月・祝)
回数 1回
時間 14:00~15:30
場所 福祉センター 研修室
対象者 身体障害(四肢麻痺・体幹障害)のある方(3歳~小学生)とその家族・介護者
定員 10家族
締切 6月30日(月)
指導者 香川県作業療法士会
福祉センター 体育指導員

★お申込みには、各種手帳もしくは各種書類の提示が必要ですよ
★定員を超えた場合は初めての方、受講回数や教室申込数が少ない方を優先します
★複数の教室をご希望の場合は、日時の重なりを確認のうえお申込みください
★介助が必要な方は介助者同伴でご参加ください

教室ネット
申込はこちら



身近な地域でスポーツをしたい方

障害や年齢に関係なく楽しめるように、用具やルールを工夫して行います。

三豊市楽しくスポーツ教室

開催日 4月19日、5月17日、6月21日、7月12日、8月9日、9月20日(土曜日)
10月12日、11月16日、12月21日、1月18日、2月15日、3月15日(日曜日)
回数 12回
時間 14:00~15:30
場所 高瀬町体育館他
対象者 障害のある方とご家族・介助者(三豊市にお住まいの方優先)
定員 25名
締切 4月5日(土)
指導者 福祉センター体育指導員
三豊市スポーツ推進委員
公認バラスポーツ指導員

観音寺市わくわくスポーツ教室

開催日 5月24日、6月28日、7月26日、9月27日、11月22日、1月24日、3月28日(土曜日)
回数 7回
時間 14:00~15:30
場所 観音寺小学校他
対象者 障害のある方とご家族・介助者(観音寺市にお住まいの方優先)
定員 20名
締切 5月10日(土)
指導者 福祉センター体育指導員
観音寺市スポーツ推進委員
公認バラスポーツ指導員



坂出市スポーツ教室

開催日 5月18日、7月13日、10月19日、12月14日、1月25日、2月15日(日曜日)
回数 6回
時間 14:00~15:30
場所 坂出市立体育館他
対象者 障害のある方とご家族・介助者(坂出市にお住まいの方優先)
定員 15名
締切 5月4日(日)
指導者 福祉センター体育指導員
坂出市スポーツ推進委員
公認バラスポーツ指導員



丸亀市えがおでスポレク教室!

開催日 7月12日、8月16日、9月6日、10月11日、12月20日(土曜日)
回数 5回
時間 10:00~11:30
場所 丸亀市民体育館サブアリーナ他
対象者 障害のある方とご家族・介助者(丸亀市にお住まいの方優先)
定員 15名
締切 6月28日(土)
指導者 福祉センター体育指導員
丸亀市スポーツ推進委員
公認バラスポーツ指導員

ルールを覚えて大会やクラブに挑戦したい方

はじめてのポッチャ教室

パラリンピックで注目を集めた「ポッチャ」!体験してみませんか。初心者・初級者向けの教室です。

開催日 4月20・27日、5月4日(日曜日)
回数 3回
時間 15:00~16:30
場所 福祉センター 体育館
対象者 障害の有無に関わらず、どなたでもご参加いただけます(障害者優先)
参加者の補助員サポート役(アシスタント)に興味のある方
定員 12名
締切 4月6日(日)
指導者 香川県ポッチャ協会
福祉センター 体育指導員

アーチェリー教室

アーチェリーは老若男女楽しめる競技です。的を射ぬく爽快感を感じましょう。

開催日 4月12・19・26日、5月10・17・24日(土曜日)
回数 6回
時間 9:30~11:30
場所 福祉センター 体育館
対象者 障害の有無に関わらず、どなたでもご参加いただけます(中学生以上、一定手順の用具の組み立てが可能の方)
定員 8名
締切 3月29日(土)
指導者 香川県身体障害者アーチェリークラブ
佐藤 貴俊 氏
香川県アーチェリー協会
福祉センター 体育指導員

水泳教室

「プールで歩いてはいたけれど、泳げたらいいな」という方におすすめ。案に泳ぐ泳ぎ方をお教えます

開催日 6月1・8・15日(日曜日)
回数 3回
時間 14:00~15:00、15:15~16:15(いずれか)
場所 福祉センター プール
対象者 障害のある方(小学4年生以上)
定員 16名
締切 5月18日(日)
指導者 梶原 里保 氏
福祉センター 体育指導員
備考 時間帯のグループ分けは、申込み締切後、こちらで決めさせていただきます。

スポーツ教室では、「スポーツ安全保険」にご加入いただいております。

●大人(高校生以上).....1,850円 ●65歳以上.....1,200円
●子ども.....800円 ※保護者または介助者...1,850円
(中学生以下もしくは、特別支援学校の高校生)

自分にあった運動を始めたい方、続けたい方

トレーニング相談

体力をつけるためには日々どんな運動をすればいいのかなど、障害の状況をお伺いしながら、トレーニングの方法、教室をご紹介します。

開催日 随時
回数 1回
時間 随時 ※要相談
場所 福祉センター トレーニング室
対象者 障害のある方とご家族(高校生以上)もしくは65歳以上の方
※手帳のない方も利用できます
定員 なし(トレーニング機器は交代でご利用いただけます)
締切 随時
指導者 福祉センター 体育指導員

毎日、運動!

あなたにあったストレッチや筋トレの方法を体育指導員が指導します。マンツーマン指導ではありません。

開催日 毎週月・金曜日
※お休みの場合があります
日程は事前にご確認ください
回数 期間中何回でも可
時間 13:30~15:00
場所 福祉センター トレーニング室 他
対象者 障害のある方(高校生以上)もしくは65歳以上の方
※手帳のない方も利用できます
定員 なし(トレーニング機器は交代でご利用いただけます)
締切 随時
指導者 福祉センター 体育指導員

みんなでストレッチ教室

ストレッチや筋トレを、みんなで一緒に取り組みましょう。1人だと続かない...そんな方にお勧めの教室です。

開催日 4月7日、5月16日、6月2日、7月18日、8月4日、9月19日、10月6日、11月21日、12月1日、1月16日、2月2日(偶数月第1日曜日・奇数月第3金曜日)
回数 11回
時間 13:30~14:30
場所 福祉センター 体育館 他
対象者 障害の有無に関わらず、どなたでもご参加いただけます
定員 10名
締切 3月30日(月)
指導者 福祉センター 体育指導員

始めよう!水中運動教室

リハセンターのプールを初めて利用する方、プールに入るのが初めての方。水への入り方や運動方法をお教えます。まずはここから!

開催日 随時
回数 1回/人
時間 随時 ※要相談
場所 福祉センター プール
対象者 障害のある方もしくは65歳以上の方
定員 なし
締切 随時
指導者 福祉センター 体育指導員

水中トレーニング教室

水の力を利用したストレッチや筋トレで身体を動かしましょう!

開催日 6月6日、7月4日、8月1日、9月5日、10月3日、11月7日(第1金曜日)
回数 6回
時間 10:45~11:30
場所 福祉センター プール
対象者 障害のある方(中学生以上)
定員 8名
締切 5月23日(金)
指導者 福祉センター 体育指導員

エンジョイ!個人利用タイム!~自由に体育館で好きな運動・スポーツを楽しもう~

個人利用で好きな運動・スポーツを楽しめるように体育館を開放します。お気軽に家族や友達等とご利用ください。ご希望の方は、スポーツ種目の紹介・体験を体育指導員が行います。

開催日 5月10日、7月12日、9月13日、11月8日、1月10日、3月14日(奇数月第2土曜日)
回数 6回
時間 14:30~17:00
場所 福祉センター 体育館
対象者 障害のある方とご家族・介助者・友人
※福祉センターが発行する福祉センター利用カードが必要です。事前にご用意ください。
※障害者及びその介助者1名は無料
定員 なし
※混み合った場合は、時間や場所等を職員が調整します。
締切 申込みの必要はありません。開催時間にお越しください。
指導者 福祉センター 体育指導員

大会

※詳細や申込み方法等は開催日の1カ月前から窓口、HP等で周知します。

第2回リハちゃん杯ポッチャ交流大会

開催日 6月22日(日) 対象者 障害のある方とその家族・友人・関係者(小学生以上) 定員 24チーム(個人申込み可) 締切 6月8日(日)
時間 12:30~16:30(予定) 参加費 500円/人
場所 高松市総合体育館第2競技場