

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(7月からの募集)

中期 8月～11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応方針（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



香川県障害者芸術祭2025～キラリ☆と光る芸術祭～ が開催されます

障害者の文化芸術活動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きっかけになることを目的に、瀬戸内国際芸術祭の秋会期中に開催！障害者アートを、みんなで観て！感じて！参加して！盛り上げましょう!!!!

日 時 10月13日(月・祝)～10月14日(火) 10時～17時(14日は15時まで)
場 所 サンポートホール高松(デックスガレリア・市民ギャラリー・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 ※14日は作品展のみの開催です
★詳細は香川県ホームページでご確認ください。 <https://www.pref.kagawa.lg.jp/shogaifukushi/geizyutsu/geijutsusai2025.html>

情報コーナー



文化・芸術・教養活動相談窓口

福祉センターではどんなプログラムやグループ活動等があるのか、自分に合った活動を見つけたい・始めたい・体験したい・見学したい。身近な地域で参加できる場を探したいなど、お気軽にご相談ください。随時、ご相談に応じます。

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、療法師等



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 くらし快適館

くらし快適館とは…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：実際の家屋で、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。 ※「くらし快適館」での販売は行っていません。

中期からの文化教室等

参加費 障害者手帳もしくは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。

リハビリ・文化・芸術・生活・教養をテーマとしたプログラムです。

教室ネット
申込はこちら



健康づくりやく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行います！使いやすい道具や安全な方法を一緒に考えていきましょう。自信のない方でも大丈夫！

開催日 ①8月22日 ②9月26日 ③10月24日 ④11月28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 福祉センター調理室
対 象 者 障害のある方
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 ・申込書に参加希望日の番号を記入してください。
・相談のみの場合も事前にご予約をお願いします

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

聴いて、触って、弾いて音楽を楽しみましょう！前半(①②)の楽器は、ドラムや太鼓、パーカッションなどの打楽器です。後半(③)はピアノなどの鍵盤楽器です。

開催日 打 楽 器 ①8月13日(水) ②9月21日(日)
鍵盤楽器 ③10月8日(水)
回 数 各1回
時 間 14:00～15:00
場 所 福祉センター研修室
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

苔玉手作り教室

苔玉作りを通じて、植物を愛でる楽しさを感じながら参加者の皆さんで交流を楽しみませんか？

開催日 11月26日(水曜日)
回 数 1回
時 間 13:30～15:00
場 所 福祉センター第1研修室
対 象 者 障害のある方およびそのご家族
定 員 10名
講 師 花澤明春園 花澤 登人 氏
参加費 材料費 2,000円



eスポーツ好きな人集まれ！一緒にしようかい

「やったことないけど、できるかな」「どんな楽しみ方があるのかな」「入力スイッチとかの工夫を見てみたい」という方にぴったりです。ゲームの経験は問いません。少しの時間でも参加できます。

開催日 ①8月16日 ②10月18日(土曜日)
回 数 各1回
時 間 14:00～15:30
場 所 福祉センター
対 象 者 肢体不自由のある方、ご家族、eスポーツに関心のある支援者(PT、OT等)
定 員 各3組
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

油絵サロン

油絵初心者・経験者大歓迎！油絵の具ならではの描き方や道具の取り扱いを、一緒に学びましょう。キャンパスに向かい集中する時間を、皆さんと一緒に楽しみましょう。

開催日 10月15日、10月29日、11月5日、11月19日、12月3日(水曜日)
回 数 全5回
時 間 13:30～15:00
場 所 福祉センター第2研修室
対 象 者 障害のある方およびそのご家族
定 員 8組
講 師 六車 和紀 氏
参加費 材料費 1,500円
備 考 よごれてもよい服装でご参加ください



大会

※詳細や申込み方法等は開催日の1か月前から窓口、HP等で周知します。

第39回香川県障害者水泳記録会

日頃の練習の成果を発揮して、自分の力を試しましょう！浮具を使って参加することもできます。

開催日 8月31日(日) 場 所 福祉センター プール 定 員 50名 参加費 500円/人
時 間 9:30～13:00 対 象 者 障害のある方(小学生以上) 締 切 8月17日(日)

第13回香川県障害者グラウンド・ゴルフ交流大会

開催日 11月3日(月・祝) 場 所 さぬき空港公園内イベント広場 定 員 70名 参加費 500円/人
時 間 10:00～13:15 対 象 者 障害のある方とそのご家族・介助者 締 切 10月20日(月)

福祉センター共催事業 2025チャレンジゴールボール四国大会

一般社団法人日本ゴールボール協会主催の大会です。ゴールボールに興味や関心のある方々に対し、競技の基本動作から試合までの体験の場とすることを目的に開催されます。

開催日 11月16日(日) 場 所 福祉センター 体育館 締 切 11月2日(日)
時 間 10:00～16:00 対 象 者 障害の有無に関わらずどなたでも出場できます 参加費 1000円/人

かがわ総合リハビリテーションセンター年間行事予定

※2025年7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
7月	・福祉センター中期教室募集(1日～)		・くらし快適館企画展 ・初級/パラスポーツ指導員養成講習会(20日・26日・27日)	
8月				・カローリング交流会(24日) ・香川県障害者水泳記録会(31日)
9月	・障害者による書道・写真全国コンテスト作品募集			・香川県障害者スポーツ大会(20日)
10月	・香川県障害者芸術祭(13～14日)		・かがわICTサポートセンター主催セミナー ・くらし快適館企画展	・第24回全国障害者スポーツ大会「わたSHIGA輝く障スポ」(25～27日)
11月	・福祉センター後期教室募集(1日～) ・温水プール今季終了(～30日)			・香川県障害者グラウンド・ゴルフ交流大会(3日) ・2025チャレンジゴールボール四国大会(16日)
12月	・クリスマス会(20日)			・三豊市バレーボール大会&卓球/バレー交流大会(13日)
1月			・パラスポーツパネル展(高松フラッグ)	
2月			・くらし快適館企画展	・香川県障害者卓球大会(8日) ・香川県インクルーシブフットサル交流大会(22日)
3月	・福祉センター前期教室募集(1日～) ・デリバリーアーツ(1日)			

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。後期の募集チラシ配布は 11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



中期 スポーツ教室

障害者手帳もしくは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 9月11・18日、10月9・16・23・30日、11月6・13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)
※保護者同伴で入水
定員 8名
締切 8月21日(木)
指導者 福祉センター 体育指導員
備考 9月4日(木)15:00～
福祉センター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 9月11・18日、10月9・16・23・30日、11月6・13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)
※保護者同伴で入水
定員 8名
締切 8月21日(木)
指導者 福祉センター 体育指導員
備考 9月4日(木)15:00～
福祉センター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 8月4・18日、9月1日、10月6・20日、11月17日
12月1日～3月16日 (第1・3月曜日)
回数 残り14回
時間 17:00～18:00
場所 福祉センター 体育館・プール
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 残り若干名
締切 定員に達しだい
指導者 福祉センター 体育指導員

はじめてのバレーボール教室

硬いバレーボールを使って、バレーの基本的な技術とルールなどの習得をめざしましょう。初めての方も大歓迎!

開催日 10月18日、11月15、29日(土曜日)
回数 3回
時間 14:30～16:00
場所 福祉センター 体育館
対象者 知的・発達障害の方(中学生以上)
定員 8名
締切 10月4日(土)
指導者 公認バラスポーツ指導員
笹崎 莉愛 氏、竹内 寛雅 氏
福祉センター体育指導員

親子で一緒に健康教室

ウォーキングやジョギング、リズム体操、ヨガ等、ご家庭でも継続できる運動をご紹介します・実施します。

3/15(日)に初開催される「かがわマラソン2025(1km、3kmの部)」にもチャレンジしてみませんか?

内容 ①体力測定 ②正しいウォーキング、ジョギングの方法 ③ピラティス ④エアロビ ⑤マラソン ⑥体力測定

開催日 ①9月6日 ②10月4日 ③11月1日 ④1月17日
⑤2月7日 ⑥3月7日(土曜日)
回数 6回
時間 10:00～11:30
場所 福祉センター 体育館他
対象者 知的・発達障害の方(高校生以上)とその保護者

定員 10組
締切 8月23日(土)
指導者 福祉センター体育指導員、療法士 他
備考 ①、⑥の体力測定は単発での申込みも可能です

★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

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 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 残り8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 残り若干名
締切 定員に達しだい
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

坂出市スポーツ教室

開催日 9月21日、10月19日、
12月14日、2月15日
(日曜日)
回数 残り4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 残り若干名
締切 定員に達しだい
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

観音寺市わくわくスポーツ教室

開催日 9月27日、11月22日、
1月24日、3月28日
(土曜日)
回数 残り4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 残り若干名
締切 定員に達しだい
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

丸亀市えがおでスポレク教室

開催日 8月16日、9月6日、
10月11日、12月20日
(土曜日)
回数 残り4回
時間 10:00～11:30
場所 ひまわりセンター他
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 残り若干名
締切 定員に達しだい
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

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。楽に泳ぐ泳ぎ方をお教えます。

開催日 8月3・10・17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 7月20日(日)
指導者 中 信恵 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。

スポーツウエルネス吹矢教室

呼吸法を用いた健康スポーツです。「基本動作」を覚え、的に当てて高得点を目指しましょう。競技会にも出場してみよう。

開催日 9月13・27日、10月18日(土曜日)
回数 3回
時間 10:00～11:30
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
(小学4年生以上) ※保護者同伴をお願いする場合があります
6名
定員 8月30日(土)
締切 8月30日(土)
指導者 スポーツウエルネス吹矢協会
障がい者サポート公認指導員 白井 秀克 氏
公認指導員 鳥生 豊 氏
福祉センター体育指導員
参加費 用具代 100円/人(マウスピース代)

グラウンド・ゴルフ教室

みんなで楽しめるグラウンド・ゴルフ。道具の貸し出しも行っています。
11月3日にある「香川県障害者グラウンド・ゴルフ交流大会」への出場を目指しましょう!

開催日 9月14・21日、10月12・26日(日曜日)
回数 4回
時間 9:30～11:00
場所 福祉センター グラウンド
対象者 障害のある方とご家族・介助者(小学生以上)
定員 15名
締切 8月31日(日)
指導者 アイアン倶楽部 古屋 輝彦 氏
福祉センター体育指導員

テニス教室

テニスは生涯続けられるスポーツの1つです。打った時の爽快感を感じましょう。初めての方も参加いただけます。

開催日 10月25日、11月15・22日(土曜日)
回数 3回
時間 10:00～11:30
場所 福祉センター 体育館
対象者 障害のある方(小学4年生以上)
※保護者同伴をお願いする場合があります
8名
定員 10月11日(土)
締切 公認バラスポーツ指導員 堀田 恵美 氏
公認バラスポーツコーチ 杉山 良一 氏
福祉センター体育指導員

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、トレーニングの紹介やプールでの運動、教室をご紹介します。

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 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
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
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 8月4日～2月2日
(偶数月第1月曜日、奇数月第3金曜日)
※祝日はお休みです
残り7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
65歳以上の方
定員 残り若干名
締切 定員に達しだい
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します。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 8月1日、9月5日、10月3日
11月7日(金曜日)
回数 残り4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 残り若干名
締切 定員に達しだい
指導者 福祉センター 体育指導員

体力測定会

半年に一度の測定会です。「身長計測・体組成測定・握力・10m歩行・足圧測定・運動機能測定(立ち上がりテスト)」を行います。自分の身体の状態を知り、日常生活やトレーニングに活かしましょう!

開催日 9月23日(火・祝)
回数 1回
時間 10:00～11:30
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
(40歳以上)
定員 10名
締切 9月9日(火)
指導者 福祉センター体育指導員、療法士
備考 動きやすい服装、筆記用具、水分摂取のための飲み物をご持参ください。

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 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 残り4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