

## 6. スポーツする 見る 楽しむ

療育手帳を 持っている と いろいろな 施設を 無料<お金がかからないこと>

または 割引料金<もとの お金より 安くなること>で 利用することができます。

入れる 時間や 休みの 日は 変わることが あります。

行く前に たしかめて ください。



### (1) 障がい者スポーツセンター

プール 卓球 ボウリングなど いろいろな スポーツが 楽しめます。

療育手帳を 持っている人と つきそいの人 ひとりはお金がかかりません。

なまえ 名前 でんわばんごう 電話番号	じゅうしょ 住所	ちか 近くの えき 駅	はい 入れる じかん 時間	やす 休みの ひ 日
おおさかしながいしょう 大阪市長居障がい者 スポーツセンター 6697-8681	ひがしすみよしくながいこうえん 東住吉区長居公園 1-32	ちかてつ 地下鉄：長居 ジェイアール JR：長居	へいじつ 平日・土曜 ごぜん 午前9時 ~ 午後9時 にちよう 日曜・祝日 ごぜん 午前9時 ~ 午後6時	すいようび 水曜日と だい 第3木曜日 (祝日は開館) ねんまつねんし 年末年始
おおさかまいしましゅう 大阪市舞洲障がい者 スポーツセンター アミティ舞洲 6465-8200	このはなくほっこうしらつ 此花区北港白津 2-1-46	バス：アミティ舞洲 ジェイアール (JR桜島から おくむか 送り迎えの バスが あります)	へいじつ 平日・土曜 ごぜん 午前9時 ~ 午後9時 にちよう 日曜・祝日 ごぜん 午前9時 ~ 午後6時	かようび 火曜日と だい 第3月曜日 (祝日は開館) ねんまつねんし 年末年始

舞洲障がい者スポーツセンター アミティ舞洲には ホテルが あります。

ホテルに 泊まるときは お金がかかります。

利用する 前に 料金や へやが あいているかを 確認して ください。

おおさかしな い しせつ  
**(2) 大阪市内の 施設**

しせつ なまえ 施設の 名前 でんわばんごう 電話番号	ちか えき 近くの 駅	はい じかん 入れる 時間	やす ひ 休みの 日
はんがく 【半額】 かいゆうかん 海遊館 6576-5501	ちかてつ おおさかこう 地下鉄：大阪港	ごぜん じ ごご じ 午前10時 ~ 午後7時	れいわ ねん がつ にち 令和5年1月10日 1月11日 れいわ ねん ど ばあい (令和4年度の場合)
はんがく 【半額】 てんぼうざんだいかんらんしゃ 天保山大観覧車 6576-6222	バス：天保山 ハーバービレッジ	ごぜん じ 午前10時 ~ ごご じ ふん 午後9時45分	
はんがく 【半額】 おおさか キッズプラザ大阪 6311-6601	ちかてつ おうぎまち 地下鉄：扇町 ジェイアール てんま J R：天満	ごぜん じ ふん 午前9時30分 ~ ごご じ ふん 午後3時45分	だい げつようび 第2・3月曜日※ が つ だ い げつようび 8月は 第4月曜日 ねんまつねんし 年末年始
わりびき 【割引】 きょう おおさか 京セラドーム大阪 プロ野球見学ツアー ドームツアー 6586-0106	ちかてつ まえちよざき くじょう 地下鉄：ドーム前千代崎・九条 ジェイアール たいしやう J R：大正 はんしん まえ 阪神：ドーム前 たいしやうばし バス：大正橋	はい じかん やす ひ 入れる 時間や 休みの 日は い まえ き 行く 前に 聞いて ください。	
わりびき 【割引】 ユニバーサル・スタジオ・ ジャパン (U S J) 0570-20-0606	ジェイアール J R：ユニバーサルシティ	ひ 日によって ちがいます	なし
わりびき 【割引】 つうてんかく 通天閣 6641-9555	ちかてつ えび すちやう どうぶつえんまえ 地下鉄：恵美須町・動物園前 ジェイアール なんかい しんいまみや J R・南海：新今宮 はんかい えび すちやう 阪堺：恵美須町	ごぜん じ 午前10時 ~ ごご じ ふん 午後7時50分	なし
わりびき 【割引】 おおさかなかのしまびじゅつかん 大阪中之島美術館 6479-0550	ちかてつ ひ ごぼし 地下鉄：肥後橋 ジェイアール はんしん ふくしま J R・阪神：福島 けいはん わたなべばし 京阪：渡辺橋	ごぜん じ ごご じ 午前10時 ~ 午後5時	げつようび 月曜日※ ねんまつねんし 年末年始
とうようとうじびじゅつかん 東洋陶磁美術館 6223-0055	ちかてつ けいはん よどやばし きたはま 地下鉄・京阪：淀屋橋・北浜 けいはん ばし 京阪：なにわ橋	ごぜん じ ふん 午前9時30分 ~ ごご じ ふん 午後4時30分	げつようび 月曜日※ ねんまつねんし 年末年始 れいわ ねんあき やす 令和4年秋までお休み
かがくかん 科学館 むちゆう かん (夢 宙 と き め き 館) 6444-5656	ちかてつ ひ ごぼし 地下鉄：肥後橋 けいはん わたなべばし 京阪：渡辺橋 たみのばし バス：田蓑橋	ごぜん じ ふん 午前9時30分 ~ ごご じ ふん 午後4時30分	げつようび 月曜日※ ねんまつねんし 年末年始

※ しゆくじつ つぎ ひ やす  
 ※ 祝日のときは 次の 日が 休みです。

しせつ 施設の 名前 でんわばんごう 電話番号	ちか 近くの えき 駅	はい 入れる 時間 あさ (朝～夕)	やす 休みの 日
おおさかじょうてんしゆかく 大阪城天守閣 6941-3044	ちかてつ たにまちよんちようめ 地下鉄：谷町四丁目	ごぜん じ 午前9時～ ごご じ ふん 午後4時30分	ねんまつねんし 年末年始
おおさかじょうにし まるていえん 大阪城西の丸庭園 6941-1717	ちかてつ けいはん てんまばし 地下鉄・京阪：天満橋 ジェイアール おおさかじょうこうえん もりのみや J R：大阪城公園・森ノ宮	3～10月 がつ ごぜん じ 午前9時 ～ 午後4時30分 11～2月 がつ ごぜん じ 午前9時 ～ 午後4時	げつようび 月曜日※ ねんまつねんし 年末年始
おおさかれきしはくぶつかん 大阪歴史博物館(なにわ歴博) 6946-5728	ちかてつ たにまちよんちようめ 地下鉄：谷町四丁目 ばんばちよう バス：馬場町	ごぜん じ ふん 午前9時30分～ ごご じ ふん 午後4時30分	かようび 火曜日※ ねんまつねんし 年末年始
ピースおおさか おおさかこくさいへいわ (大阪国際平和センター) 6947-7208	ちかてつ ジェイアール もりのみや 地下鉄・J R：森ノ宮	ごぜん じ ふん 午前9時30分～ ごご じ ふん 午後4時30分	げつようび ねんまつねんし 月曜日 年末年始 ※他の休みもあります。 い まえ 行く前にきいてください。
てんのうじどうぶつえん 天王寺動物園 6771-8401	ジェイアール てんのうじ J R：天王寺 ちかてつ てんのうじ どうぶつえんまえ 地下鉄：天王寺・動物園前	ごぜん じ ふん 午前9時30分～ ごご じ 午後4時	
けいたくえん 慶沢園 6771-8401	えびすちよう 恵美須町	ごぜん じ ふん 午前9時30分～ ごご じ ふん 午後4時30分	げつようび 月曜日※ ねんまつねんし 年末年始
びじゆつかん 美術館 6771-4874	ちかてつ ジェイアール てんのうじ 地下鉄・J R：天王寺 きんてつ あべのばし 近鉄：阿部野橋	ごぜん じ ふん 午前9時30分～ ごご じ ふん 午後4時30分	
おおさか 大阪くらしの今昔館 6242-1170	ちかてつ はんきゆう 地下鉄・阪急： てんじんばしすじろくちようめ 天神橋筋六丁目 ジェイアール てんま J R：天満	ごぜん じ 午前10時～ ごご じ ふん 午後4時30分	かようび 火曜日 ねんまつねんし 年末年始
しろきたしょうぶえん 城北菖蒲園 6912-0650	しろきたこうえんまえ バス：城北公園前 ジェイアール しろきたこうえんどおり J R：城北公園通	ごぜん じ ふん 午前9時30分～ ごご じ ふん 午後4時30分	がつちゆうじゆん 5月中旬～ がつちゆうじゆん かいえん 6月中旬だけ 開園
さ はなかん 咲くやこの花館 6912-0055	ちかてつ つるみりよくち 地下鉄：鶴見緑地	ごぜん じ 午前10時～ ごご じ ふん 午後4時30分	げつようび 月曜日※ ねんまつねんし 年末年始
ながいしよくぶつえん 長居植物園 6696-7117	ちかてつ ジェイアール ながい 地下鉄・J R：長居	3～10月 がつ ごぜん じ 午前9時30分 ～ 午後4時30分	げつようび 月曜日※
しぜんしはくぶつかん 自然史博物館 6697-6221	ながいひがし ながいひがし バス：長居東・長居東2	11～2月 がつ ごぜん じ 午前9時30分 ～ 午後4時	ねんまつねんし 年末年始
おおさかこうりつだいがく 大阪公立大学 ふぞくしよくぶつえん 附属植物園 072-891-2059	けいはん きさいち 京阪：私市	ごぜん じ ふん 午前9時30分～ ごご じ 午後4時	げつようび しゆくじつ かいえん 月曜日(祝日のときは開園) ねんまつねんし 年末年始



<small>しせつ なまえ</small> 施設の 名前 <small>でんわばんごう</small> 電話番号	<small>ちか えき</small> 近くの 駅	<small>はい じかん</small> 入れる 時間 <small>あさ ゆう</small> (朝～夕)	<small>やす ひ</small> 休みの 日
さなだやま 真田山プール・ トレーニング場 アイススケート場 6765-0176	<small>ちかてつ ジエイアル きんてつ</small> 地下鉄・J R・近鉄： <small>たまつくり つるはし</small> 玉造・鶴橋	プール・トレーニング場 <small>ごぜん じ ごご じ</small> 午前9時～午後8時 <small>おくがい</small> 屋外プール <small>ごぜん じ ごご じ</small> 午前9時～午後4時 アイススケート場 <small>へいじつ</small> <small>ごぜん じ ごご じ</small> 平日 午前9時～午後5時 <small>どにちしゆく</small> <small>ごぜん じ</small> 土日祝 午前10時～ 午後5時	<small>げつようび</small> 月曜日※ <small>ねんまつねんし</small> 年末年始 <small>おくがい</small> (屋外プールは <small>がつ にち がつ にち</small> 6月1日～9月20日 アイススケートは <small>がつ にち がつ にち</small> 12月1日～3月10日 の間 営業)
<small>たいしやうおくない</small> 大正屋内プール・ トレーニング場 6555-8950	<small>こばやし</small> バス：小林	<small>ごぜん じ ごご じ</small> 午前9時～午後8時	<small>げつようび</small> 月曜日※ <small>ねんまつねんし</small> 年末年始
<small>なにわおくない</small> 浪速屋内プール・ トレーニング場 <small>おくない</small> 屋内アイススケート場 6643-6446	<small>ちかてつ</small> 地下鉄：なんば <small>ジエイアル なんかい なんば</small> J R・南海：難波 <small>はんしん きんてつ おおさかなんば</small> 阪神・近鉄：大阪難波	プール・トレーニング場 <small>ごぜん じ ごご じ</small> 午前9時～午後8時 アイススケート場 <small>ごぜん じ</small> 午前10時～午後6時	<small>げつようび</small> 月曜日※ <small>ねんまつねんし</small> 年末年始
<small>にしよどがわおくない</small> 西淀川屋内プール・ トレーニング場 6474-9940	<small>はんしん ふく</small> 阪神：福	<small>ごぜん じ ごご じ</small> 午前9時～午後8時	<small>げつようび しゆくじつ</small> 月曜日(祝日のときは <small>ごぜん じ ごご じ ぶん</small> 午前9時～午後5時30分) <small>ねんまつねんし</small> 年末年始
<small>よどがわおくない</small> 淀川屋内プール・ トレーニング場 6885-1711	<small>はんきゆう じゆうそう</small> 阪急：十三 <small>よどがわくやくしよ</small> バス：淀川区役所	<small>へいじつ</small> <small>ごぜん じ ごご じ</small> 平日 午前9時～午後9時 <small>ど</small> <small>ごぜん じ ごご じ ぶん</small> 土 午前9時～午後8時15分 <small>にちしゆく</small> <small>ごぜん じ ごご じ ぶん</small> 日祝 午前9時～午後6時45分	<small>もくようび</small> 木曜日※ <small>ねんまつねんし</small> 年末年始
<small>ひがしよどがわおくない</small> 東淀川屋内プール・ トレーニング場 6325-5077	<small>はんきゆう あわじ</small> 阪急：淡路 <small>ひがしあわじいっちやうめ</small> バス：東淡路一丁目	<small>ごぜん じ ごご じ</small> 午前9時～午後8時	<small>げつようび</small> 月曜日※ <small>ねんまつねんし</small> 年末年始
<small>ひがしなりおくない</small> 東成屋内プール・ トレーニング場 6972-6123	<small>ちかてつ みどりばし</small> 地下鉄：緑橋 <small>ひがしなかもとにちやうめ</small> バス：東中本二丁目	<small>ごぜん じ ごご じ</small> 午前9時～午後8時	<small>だい げつようび</small> 第2月曜日※ <small>ねんまつねんし</small> 年末年始
<small>いくのおくない</small> 生野屋内プール・ トレーニング場 6731-7381	<small>ちかてつ ジエイアル きんてつ つるはし</small> 地下鉄・J R・近鉄：鶴橋	<small>ごぜん じ ごご じ</small> 午前9時～午後8時	<small>だい かようび</small> 第3火曜日※ <small>ねんまつねんし</small> 年末年始
<small>あさひおくない</small> 旭屋内プール・ トレーニング場 6955-6491	<small>ちかてつ せきめたかどの せきめせいいく</small> 地下鉄：関目高殿・関目成育 <small>たかどの たかどのななちやうめ</small> バス：高殿・高殿七丁目	<small>ごぜん じ ごご じ</small> 午前9時～午後8時	<small>かようび</small> 火曜日※ <small>ねんまつねんし</small> 年末年始

しせつ なまえ 施設の 名前 でんわばんごう 電話番号	ちか えき 近くの 駅	はい じかん 入れる 時間 あさ ゆう (朝～夕)	やす ひ 休みの 日
つるみりよくち 鶴見緑地プール 6915-4721	ちかてつ つるみりよくち 地下鉄：鶴見緑地	がつ 4～9月 午前9時～午後8時 10～3月 午前9時～午後6時	げつようび 月曜日※ ねんまつねんし 年末年始
じょうとうおくない 城東屋内プール・ トレーニング場 4255-0230	ちかてつ がもうよんちようめ 地下鉄：蒲生四丁目 けいはん の え 京阪：野江	へいじつ げぜん じ ～ ごご じ 30 ぶん 平日 午前9時～午後8時30分 ど げぜん じ ～ ごご じ 30 ぶん 土 午前9時～午後7時30分 にち げぜん じ ～ ごご じ 30 ぶん 日 午前9時～午後6時30分	だい げつようび 第3月曜日※ ねんまつねんし 年末年始
あべのおくない 阿倍野屋内プール・ トレーニング場 6636-7290	ちかてつ あべの 地下鉄：阿倍野	げぜん じ ～ ごご じ 午前9時～午後8時	すいようび 水曜日※ ねんまつねんし 年末年始
フィットネス21 すみのえおくない 住之江屋内プール 6686-4163	ちかてつ きたかがや 地下鉄・バス：北加賀屋	げぜん じ ～ ごご じ 午前9時～午後8時	げつようび しゆくじつ 月曜日（祝日のときは げぜん じ ～ ごご じ 30 ぶん 午前9時～午後5時30分） ねんまつねんし 年末年始
すみよしおくない 住吉屋内プール・ トレーニング場 6694-9201	ちかてつ 地下鉄：あびこ ジェイアール すぎもとちよう J R：杉本町 あさかひがしじゆうたくまえ バス：浅香東住宅前	げぜん じ ～ ごご じ 午前9時～午後8時	げつようび 月曜日※ ねんまつねんし 年末年始
ながい 長居プール 6609-1580	ちかてつ ながい 地下鉄：長居 ジェイアール ながい つるがおか J R：長居・鶴ヶ丘	おくない げぜん じ ～ ごご じ 屋内プール 午前9時～午後8時 おくがい 屋外プール げぜん じ ～ ごご じ 午前9時～午後4時	げつようび 月曜日※ ねんまつねんし 年末年始 おくがい 屋外プールは がつ にち がつ にち 7月5日～9月4日の あいだ えいぎよう 間 営業)
ながいりくじょうきょうぎじょう 長居陸上競技場 トレーニング場 6699-8885		か げぜん じ ～ ごご じ 30 ぶん 火～土 午前9時～午後8時30分 にちしゆく げぜん じ ～ ごご じ 日祝 午前9時～午後5時	
ひらのおくない 平野屋内プール・ トレーニング場 6709-1255	ちかてつ ひらの 地下鉄：平野 ひらのひがしじゆうたくまえ バス：平野東住宅前	げぜん じ ～ ごご じ 午前9時～午後8時	げつようび 月曜日※ ねんまつねんし 年末年始
にしなりおくない 西成屋内プール・ トレーニング場 4398-1603	ちかてつ きしのさと 地下鉄：岸里 なんかい きしのさとたまで 南海：岸里玉出	げぜん じ ～ ごご じ 午前9時～午後8時	げつようび 月曜日※ ねんまつねんし 年末年始
あさひ 旭プール 6952-2161	ちかてつ せきめたかの せきめせいいく 地下鉄：関目高殿・関目成育 たかどのにちようめ バス：高殿二丁目	げぜん じ ～ ごご じ 午前9時～午後5時	しせつ き 施設に 聞いて ください がつじょうじゆん がつげじゆん (7月上旬～8月下旬の あいだ えいぎよう 間 営業)

※ 祝日のときは 次の 日が 休みです。

地下鉄とは オオサカ メトロ のことです。 バスとは 大阪シティバスのことです。