

西宮市総合福祉センター 体育施設予定表【2023年 1月】

※各体育施設は事前予約制です。

| 場所   | プール<br>(25m×6本)            |                            |                                     |                            | トレーニング室<br>(トレッドミル・エアロバイク・ウエイトマシンなど) |                            |                 |                            | 体育室<br>(バスケットボールコート1面分)         |   |
|------|----------------------------|----------------------------|-------------------------------------|----------------------------|--------------------------------------|----------------------------|-----------------|----------------------------|---------------------------------|---|
|      | 障がいの<br>ある方                | 障がいの<br>ある方<br>65才以上<br>の方 | 障がいの<br>ある方                         | 障がいの<br>ある方<br>65才以上<br>の方 | 障がいの<br>ある方                          | 障がいの<br>ある方<br>65才以上<br>の方 | 障がいの<br>ある方     | 障がいの<br>ある方<br>65才以上<br>の方 | センターの登録団体<br>センターの教室に<br>参加される方 | センターの登録団体<br>センターの教室に<br>参加される方                 |
| 時間   | 9:00~<br>10:30             | 10:45~<br>12:15            | 13:30~<br>15:00                     | 15:15~<br>16:45            | 9:00~<br>10:30                       | 10:45~<br>12:15            | 13:30~<br>15:00 | 15:15~<br>16:45            | 9:00~12:00                      | 13:30~16:30                                     |
| 1 日  | 全館休館日                      |                            |                                     |                            | 全館休館日                                |                            |                 |                            | 全館休館日                           |   |
| 2 月  | 全館休館日                      |                            |                                     |                            | 全館休館日                                |                            |                 |                            | 全館休館日                           |   |
| 3 火  | 全館休館日                      |                            |                                     |                            | 全館休館日                                |                            |                 |                            | 全館休館日                           |   |
| 4 水  |                            |                            |                                     |                            |                                      |                            |                 |                            | ◇ミラクルズ                          | ◇スピック   |
| 5 木  | 全館休館日                      |                            |                                     |                            | 全館休館日                                |                            |                 |                            | 全館休館日                           |   |
| 6 金  | 全館休館日                      |                            |                                     |                            | 全館休館日                                |                            |                 |                            | 全館休館日                           |   |
| 7 土  |                            |                            | みやみずスイミング(15:30<br>~16:30) 2・3コース使用 |                            |                                      |                            |                 |                            | フライングディスク教室<br>(ぼすてる)           |   |
| 8 日  | 水泳部(10:45~<br>12:15) 3コース使 |                            |                                     |                            |                                      |                            |                 |                            | スポーツDAY<br>(車いすバスケットボール)        | ◇ブラインドテニス                                       |
| 9 月  |                            |                            |                                     |                            |                                      |                            |                 |                            | ◇ゆうきっこ                          | ◇キャメルズ  |
| 10 火 | 祝日振替休日                     |                            |                                     |                            | 祝日振替休日                               |                            |                 |                            | 祝日振替休日                          |   |
| 11 水 |                            |                            |                                     |                            |                                      |                            |                 |                            | ◇ミラクルズ                          | 卓球教室(ひまわり)                                      |
| 12 木 | 全館休館日                      |                            |                                     |                            | 全館休館日                                |                            |                 |                            | 全館休館日                           |   |
| 13 金 | 全館休館日                      |                            |                                     |                            | 全館休館日                                |                            |                 |                            | 全館休館日                           |   |
| 14 土 |                            |                            |                                     |                            |                                      |                            |                 |                            |                                 | ◇ナチュレ<br>卓球教室(ミッキー)                             |
| 15 日 | 全館休館日                      |                            |                                     |                            | 全館休館日                                |                            |                 |                            | 全館休館日                           |   |
| 16 月 | 全館休館日                      |                            |                                     |                            | 全館休館日                                |                            |                 |                            | 全館休館日                           |   |
| 17 火 |                            |                            |                                     |                            |                                      |                            |                 |                            | ボッチャDAY                         | Jダーツ教室(トラス)                                     |
| 18 水 |                            |                            |                                     |                            |                                      |                            |                 |                            | ◇ミラクルズ                          | ◇スピック   |
| 19 木 | 全館休館日                      |                            |                                     |                            | 全館休館日                                |                            |                 |                            | 全館休館日                           |   |
| 20 金 |                            |                            |                                     |                            |                                      |                            |                 |                            |                                 | ◇フライングディスク/<br>バドミントン<br>(予約制) 13:30~<br>15:00~ |
| 21 土 |                            |                            | みやみずスイミング(15:30<br>~16:30) 2・3コース使用 |                            |                                      |                            |                 |                            | フライングディスク教室<br>(ぼすてる)           | ◇たびんちゅ  |
| 22 日 | 水泳記録会                      |                            |                                     |                            |                                      |                            |                 |                            | ◇スペシャル宮っ子                       | ◇メッツ  |
| 23 月 |                            |                            |                                     |                            |                                      |                            |                 |                            |                                 | スポーツDAY<br>(ボールゲーム)                             |
| 24 火 |                            |                            |                                     |                            |                                      |                            |                 |                            |                                 | Jダーツ教室(トラス)                                     |
| 25 水 |                            |                            |                                     |                            |                                      |                            |                 |                            | ◇ミラクルズ                          | 卓球教室(ひまわり)                                      |
| 26 木 | 全館休館日                      |                            |                                     |                            | 全館休館日                                |                            |                 |                            | 全館休館日                           |   |
| 27 金 | 全館休館日                      |                            |                                     |                            | 全館休館日                                |                            |                 |                            | 全館休館日                           |   |
| 28 土 |                            |                            |                                     |                            |                                      |                            |                 |                            | ◇                               | 卓球教室(ミッキー)                                      |
| 29 日 |                            |                            |                                     |                            |                                      |                            |                 |                            | ◇卓球(予約制)<br>9:00~<br>10:30~     | ◇キャメルズ  |
| 30 月 |                            |                            |                                     |                            |                                      |                            |                 |                            |                                 |   |
| 31 火 |                            |                            |                                     |                            |                                      |                            |                 |                            |                                 | Jダーツ教室(トラス)                                     |

【記号説明】◇ → 個人利用(予約制)    ◆ → 団体利用

※当センターは障がいのある方の利用を優先しております。  
 ※利用の詳細につきましては、別紙の利用案内をお読みください。  
 ※手洗い・消毒・マスク着用のご協力をお願い致します。  
 ※更衣室も各利用時間内で入退室していただきますようお願い致します。  
 ※1月22日(日)の水泳記録会は、事前申し込みが必要です。

【予約・問い合わせ】※FAXについては電話予約ができない方のみご使用ください。  
 「TEL」プール・トレーニング室 0798-78-3388 体育室 0798-33-5501  
 「FAX」プール・トレーニング室・体育室 0798-35-1132