

西宮市総合福祉センター 体育施設予定表【2025年6月】

当センターは障害のある人の利用を優先しております

場所		プール			トレ室			体育室					
時間		午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間			
1	日							◇軽スポ	◆		1	日	
2	月							ワンポイント 体操 9:30~	◇ストレッチ 10:15~	◆	2	月	
3	火			○西宮SC 3コース専用 18:30~					◆トーラス	◆ミッキー	3	火	
4	水							◆	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)		4	水	
5	木										5	木	
6	金			◎ 4コース使用				♡軽スポ	♡軽スポ	♡フライングディスク・ 軽スポ	6	金	
7	土		◇	○エンジョイスイム 13:15~ 6コース使用 (2・3コース専用)	○水練(グングン) 15:30~			◆	◆	◇ゴールボール	7	土	
8	日	◇	○西宮SC 3コース専用 10:30~					◆	第21回 西宮市総合センター杯 フライングディスク大会		8	日	
9	月							♡軽スポ	ワンポイント 体操 13:15~	ワンポイント 卓球 14:00~	♡卓4・軽スポ	9	月
10	火	◎ウォーキング 10:45~		○水練(スマート) 14:50~ (2・3コース専用)	○西宮SC 3コース専用 18:30~			♡卓4・軽スポ	◆トーラス	♡車いすテニス	10	火	
11	水								◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)		11	水	
12	木										12	木	
13	金				◎ 4コース使用			◆	◆	◆メッツ	13	金	
14	土	◇	○エンジョイスイム 9:30~ 6コース使用					◆ぱすてる	◆ミッキー	リフレッシュ教室	14	土	
15	日										15	日	
16	月							ワンポイント 体操 9:30~	◇ストレッチ 10:15~	◆	♡バド・軽スポ	16	月
17	火		◎ウォーキング 13:15~		○西宮SC 3コース専用 18:30~			ボッチャDAY	◆トーラス	◆ミッキー	17	火	
18	水							◆	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)		18	水	
19	木										19	木	
20	金								◆	◆メッツ	20	金	
21	土		◇	○水練(グングン) 15:30~ (2・3コース専用)				◇軽スポ	◆キャメルズ	♡軽スポ	21	土	
22	日	○西宮SC 3コース専用 10:30~	◇	○エンジョイスイム 13:15~ 6コース使用				◇なかよしひろば	◆メッツ		22	日	
23	月							◇サウンドテーブルテニス・ フライングディスク	ワンポイント 体操 13:15~	ボッチャDAY 14:00~	♡ボッチャ・軽スポ	23	月
24	火				◎ウォーキング 18:50~	○西宮SC 3コース専用 18:30~		♡ボッチャ・軽スポ	◆トーラス	♡車いすテニス	24	火	
25	水							◆	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)		25	水	
26	木										26	木	
27	金				○水練(スマート) 18:00~ (2・3コース専用)				レクリエーション スポーツ教室	♡車いすバスケ・バスケ	27	金	
28	土							◆ぱすてる	◆ミッキー	♡軽スポ	28	土	
29	日							◇軽スポ	スポーツDAY		29	日	
30	月							♡軽スポ	♡ボッチャ・軽スポ	♡軽スポ	30	月	

利用マーク等について

- ◇ 障害者と介護者の個人利用開放日。
- ◆ 障害者の団体利用。
- ◎ 主催教室や障害者のグループ利用のため、通常より混雑・人数制限があります。
- ♡ どなたでも利用できます。

軽スポ 卓球以外の各種スポーツができます。
(バドミントン、フライングディスク、ボッチャ、モルックなど)

◇は障害者と介護者の個人利用日です。高齢者・一般の利用はできません。

プール：7(土)午後、8(日)午前、14(土)午前、21(土)午後、22(日)午後

利用時間帯			
	午前	午後	夜間
障害者	9:00~12:00	13:00~17:00	17:30~20:45
高齢者・一般	10:30~12:00	15:00~17:00	18:00~20:45

※受付は、各時間帯の終了30分前で締め切ります。

【お問い合わせ】総合福祉センター事業課
〒662-0913 西宮市染殿町8-17
TEL:0798-33-5501 / FAX:0798-35-1132
休業日:木曜日、休日の翌日、全館休館(毎月第3日曜日)
☆詳しくは、西宮市社会福祉協議会のHPをご確認ください

HP・2次元コード

