

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 月	空調機の 修繕工事 予定のため 休業中。 再開時期は 未定です。  再開時期については、 LINEおよびホームページにて お知らせいたします。									1 月							
2 火															2 火		
3 水															3 水		
4 木															4 木		
5 金													♡卓4・軽スポ		♡バド・軽スポ	5 金	
6 土													◆ぱすてる		♡軽スポ	6 土	
7 日													◇軽スポ	◆キャメルズ		7 日	
8 月														ワンポイント 体操 13:15~	◆	ワンポイント卓球 18:00~	8 月
9 火													ポッチャDAY	◆トーラス		♡車いすテニス	9 火
10 水														◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)			10 水
11 木																	11 木
12 金													◆	◆		◆メッツ	12 金
13 土													◆	◆ミツキー		リフレッシュ教室	13 土
14 日													スポーツDAY	◆			14 日
15 月祝													ワンポイント 体操 9:30~	◇ストレッチ 10:15~	◆		15 月祝
16 火																	16 火
17 水													◆	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)			17 水
18 木																	18 木
19 金														◆		◆メッツ	19 金
20 土													◆ぱすてる	◆キャメルズ		♡軽スポ	20 土
21 日																	21 日
22 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~	ポッチャDAY 14:00~	♡バド・軽スポ	22 月
23 火祝													◆	◆トーラス			23 火祝
24 水																	24 水
25 木																	25 木
26 金													◆	◆		♡車いすテニス	26 金
27 土													◆	◆ミツキー	ローバド教室 16:00~		27 土
28 日													♡軽スポ	◆メッツ			28 日
29 月													♡卓4・軽スポ	♡ポッチャ・モルック			29 月
30 火														◆トーラス	ローバド教室 15:30~	◆ミツキー	30 火

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、ポッチャ、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: 6(土)午後、14(日)午前、20(土)午後、28(日)午前

利用時間表

	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

