西宮市総合福祉センター 体育施設予定表 【2025年11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	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		後	夜間		т —
1	±		●エンジョイスイム 13:15~ 15:30~16:30 (6コース使用) (2・3コース専用)					◆ぱすてる	◆ミツキー	ローバレ教室 16:00~	♡バト・軽スポ	1	±
2	日							◇軽スポ	スポー	ツDAY		2	日
3	月							ワンポイント体操 9:30~ 10:15~	◆ ‡+	メルズ		3	月
4	火					 						4	火
5	水							•		J(1/3面) /3面)		5	水
6	木					+ .						6	木
7	金	◎水泳教室 9:15~10:20 (3コース専用)						♡卓4・軽スポ	リフレッシュ 教室	♦ 15:00~	♡バト・軽スポ	7	金
8	±	◎エンジョイスイム 9:30~11:30 6コース使用						•	•	>	◇ゴールボール	8	±
9	B	●西宮SC 3コース専用 10:30~						ローリングバレ	ノーボー ル	大会		9	B
10	月							♦STT/FD	ワンポイント 体操 13:15~	ボッチャDAY 14:00~	ワンポイント卓球	10	月
11	火	©ウォーキング 10:45~11:15	◎水練 (スマート) 14:50~15:35 (2・3コース専用)	◎西宮SC 3コース専用 18:30~				♡軽スポ	♦ ト-	-ラス	◆ミツキー	11	火
12	水							♡卓4・軽スポ		J(1/3面) /3面)		12	水
13	木											13	木
14	金		◎ウォーキング 13:15~13:45	○ 4⊐−ス使用				•	•	>	◆メツツ	14	金
15	±		◎水線(グングン) 15:30~16:30 (2・3コース専用)					◆ぱすてる	◆ ‡+	メルズ	♡卓2・軽スポ	15	±
16	B					+						16	B
17	月							ワンポイント 体操 9:30~	•	>	♡軽スポ	17	月
18	火		■ 清掃·器具点検日					ボツチャDAY	♦ ト-	-ラス	♡軽スポ	18	火
19	水		■ 清掃·器具点検日			器具点	美		清掃·器	具点検日		19	水
20	木		■ 清掃·器具点検日									20	木
21	金		■ 清掃·器具点検日					•	福祉機器	等試乗会	◆メツツ	21	金
22	±							•	♦ ≅:	ソキー	♡卓2・軽スポ	22	±
23	B	◎西宮SC 3コース専用 10:30~	②エンジョイスイム 13:15~14:45 6コース使用					◇軽スポ	* ×	ツツ		23	B
24	月					 						24	月
25	火			©ウォーキング 18:50~ 19:20				♡軽スポ・モルック	♦ ト-	-ラス	◆ミツキー	25	火
26	水							•		J(1/3面) /3面)		26	水
27	木					 						27	木
28	金		◎水泳教室 13:15~14:20 (3コース専用)	○水線 (スマート) 18:00~19:00 (2・3コース専用)				♡軽スポ	ワンポイント 体操 13:15~	♦ 14:30~	♡車いすテニス	28	金
29	±							•		ポ教室	♡軽スポ	29	±
30	日							•	•	>		30	日
利用	マ-	- <u>ク等について</u>	1		ı <u>L</u>	1	3 11	用時間帯	I				

- - 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: 1(土)午後、8(土)午前、9(日)午前、23(日)午後

利用時間帯

Ì		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
ı	※受付は、名	各時間帯の終了30分前	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



HP・2次元コード

西場所	宮原	<u> お総合福祉セ</u>	ンタープ	体育施設	と予定表【20)25年1 	0月】		当センター	-は障害のある人の ? 体育室	利用を優先しておりま	5	
時間		午前		午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間		
1	±								•	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)		1	水
2	±						 					2	木
3	±								♡卓4・軽スポ	*	♡バド・軽スポ	3	金
4	±								•	*	♡バド・軽スポ	4	±
5	±								◇軽スポ	◆キャメルズ		5	B
6	±								ワンボイント 体操 9:30~ リフレッシュ教室 10:15~	ワンポイント卓球 14:00~	♡卓4・軽スポ	6	月
7	±								•	◆トーラス	♡車いすテニス	7	火
8	±	空調	幾の	修繕	工事				体操タイム 9:30~	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)		8	水
9	±			了し、	_		 -	 				9	木
10	±								•	*	ローバレ教室 18:15~ ◆メッツ	10	金
11	±	- •		(火)。					◆ぱすてる	◆ミッキー	◇ゴールボール	11	±
12	±	プーノ	レ再	開し	ます。				スポーツDAY	◆キャメルズ		12	B
13	土祝								スポーツの	日のつどい		13	月祝
14	±						 -					14	火
15	±								•	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)		15	水
16	±											16	木
17	±								ストレッチタイム 9:30~	ワンポイント体操 13:15~	ローバレ教室 18:15~ ◆メツツ	17	金
18	±								•)		18	±
19	±						 	 -				19	B
20	±		1		Γ				ワンボイント 体操 9:30~ 10:15~	*		20	月
21	±			ーキング :15~	◎西宮SC 3コース専用 18:30~				ボッチャDAY	◆トーラス ローバレ教室 15:30~	♡軽スポ	21	火
22	±								•	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)		22	水
23	±											23	木
24	±				◎水練(スマート) 18:00~ (2.3コース)				♡軽スポ	*	♡軽スポ	24	金
25	±				\ <u>-</u> 10= 17				◆ぱすてる	◆ミツキー	♡卓2・軽スポ	25	±
26	±	◎西宮SC 3コース専用 10:30~	13	ジョイスイム 3:15~ ース使用)					◇軽スポ	◆メツツ		26	B
27	±		,,,						♡卓4・軽スポ	ワンポイント 体操 13:15~ ボッチャDAY	♡バド・軽スポ	27	月
28	±				●ウォーキング 18:50~ 3コース専用 18:30~				♡バド・軽スポ	◆トーラス ◆ナチュレ 15:00~	◆ミッキー	28	火
29	±								•	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)		29	水
30	±						 _					30	木
31	±								♡卓4・軽スポ	*	○車いすテニス	31	金
													

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。

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						
※番付け 冬時間帯の終了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

