

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	土		◇ ○エンジョイスイム 13:15~ (6コース使用)	○水練(クンケン) 15:30~16:30 (2・3コース専用)				◆ ばすてる	◆ ミッキー	ローバレー教室 16:00~	♡ バト・軽スポ	1 土
2	日							◇ 軽スポ	スポーツDAY			2 日
3	月							ワンポイント体操 9:30~	◇ストレッチ 10:15~		◆ キャメルズ	3 月
4	火											4 火
5	水							◆	◆ ひまわり(1/3面) ◆ (2/3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	土	◇ ○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 土
9	日	◇ ○西宮SC 3コース専用 10:30~						ローリングバレーボール大会				9 日
10	月							◇ STT/FD	ワンポイント 体操 13:15~	ポッチャ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	◆ トーラス		◆ ミッキー	11 火
12	水							♡ 卓4・軽スポ	◆ ひまわり(1/3面) ◆ (2/3面)			12 水
13	木											13 木
14	金		◎ ウォーキング 13:15~13:45	◎ 4コース使用				◆	◆		◆ メッツ	14 金
15	土		○水練(クンケン) 15:30~16:30 (2・3コース専用)					◆ ばすてる	◆ キャメルズ		♡ 卓2・軽スポ	15 土
16	日											16 日
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						ポッチャDAY	◆ トーラス		♡ 軽スポ	18 火
19	水	清掃・器具点検日			器具点検				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		◆ メッツ	21 金
22	土							◆	◆ ミッキー		♡ 卓2・軽スポ	22 土
23	日	○西宮SC 3コース専用 10:30~	◇ ○エンジョイスイム 13:15~14:45 6コース使用					◇ 軽スポ	◆ メッツ			23 日
24	月											24 月
25	火							♡ 軽スポ・モルック	◆ トーラス		◆ ミッキー	25 火
26	水							◆	◆ ひまわり(1/3面) ◆ (2/3面)			26 水
27	木											27 木
28	金		○水泳教室 13:15~14:20 (3コース専用)	○水練(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	土							◆	レクスボ教室		♡ 軽スポ	29 土
30	日							◆	◆			30 日

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。
 - ♡ 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: 1(土)午後、8(土)午前、9(日)午前、23(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



当センターは障害のある人の利用を優先しております

