

西宮市総合福祉センター 体育施設予定表 【2026年2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		◆					◆	スポーツDAY	
2 月							ワンポイント 体操 9:30~	△ストレッチ 10:15~	初心者卓球教室
3 火	◎ウォーキング 10:45~11:15			◎西宮SC 3コース専用 18:30~			◆トーラス	初心者FD教室 15:30~	◆ミツキー
4 水							◆	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)	
5 木									
6 金							◆軽スロ	リフレッシュ教室	Jダーツ体験会
7 土		◎エンジョイスイム 13:15~14:45 6コース使用	◎水練(グングン) 15:30~16:30 (2~3コース専用)				◆	◆キャメルズ	◆車いすバスケ・バスケ
8 日	◆	◎西宮SC 3コース専用 10:30~					◆	Jダーツ交流会	
9 月							◆STT/FD	ワンポイント 体操 13:15~	◆車いすテニス
10 火	◎水泳教室 9:15~10:20 (3コース専用)	◎水練(スマート) 14:50~15:35 (2~3コース専用)	◎ウォーキング 18:50~19:20	◎西宮SC 3コース専用 18:30~			◆トーラス	◆車いすテニス	10 火
11 水							◆卓4・軽スロ	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)	
12 木									
13 金			◎ 4コース使用				◆	◆ミツキー	◆メツツ
14 土	◆	◎エンジョイスイム 9:30~11:30 6コース使用					◆ぱすてる	初心者 FD教室	19:30~ ◆軽スロ
15 日									
16 月							ワンポイント 体操 9:30~	Jダーツ体験会	◆トーラス
17 火	◎ウォーキング 13:15~13:45		◎西宮SC 3コース専用				ボツチャDAY	◆トーラス Jダーツ体験会	初心者 FD教室 15:30~
18 水							◆	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)	◆ミツキー
19 木									
20 金		◎水泳教室 13:15~14:20 (3コース専用)	◎ 4コース使用				◆モルツク・軽スロ	◆	◆メツツ
21 土		◆	◎水練(グングン) 15:30~16:30 (2~3コース専用)				◆	◆キャメルズ	◆ゴールボール
22 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					◆軽スロ	◆	
23 月							◆	ワンポイント 体操 13:15~	
24 火							◆	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)	
25 水									
26 木							◆卓4・軽スロ	初心者卓球教室	◆車いすテニス
27 金			◎水練(スマート) 18:00~19:00 (2~3コース専用)				◆ぱすてる	◆ミツキー	初心者 FD教室
28 土									

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・人數制限があります。
- ♡ どなたでも利用できます。
- 軽スロ 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、ボツチャ、モルツクなど)

◆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(日)PM、7(土)PM、8(日)AM、14(土)AM、21(土)PM

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

公式LINE2次元コード



西宮市総合福祉センター 体育施設予定表【2026年1月】

場所	プール			
	午前	午後	夜間	
1 木				
2 金				
3 土				
4 日				
5 月				
6 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~	
7 水				
8 木				
9 金	◎水泳教室 9:15~10:20 (3コース専用)			
10 土	◇エンジョイスイム 13:15~14:45 6コース使用	◎水練(グングン) 15:30~16:30 (2-3コース専用)		
11 日	水泳記録会 (個人利用不可)			
12 月	◇エンジョイスイム 9:30~11:30 6コース使用			
13 火				
14 水				
15 木	清掃・器具点検日			
16 金	清掃・器具点検日			
17 土	清掃・器具点検日			
18 日	清掃・器具点検日			
19 月				
20 火		◎ウォーキング 13:15~13:45	◎西宮SC 3コース専用 18:30~	
21 水				
22 木				
23 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)		
24 土	◎エンジョイスイム 13:15~14:45 6コース使用			
25 日	◇◎西宮SC 3コース専用 10:30~			
26 月				
27 火		◎ウォーキング 18:50~19:20		
28 水				
29 木				
30 金		◎ 4コース使用		
31 土	◇	◎水練(グングン) 15:30~16:30 (2-3コース専用)		

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。

軽スポーツ 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: 10(土)午後、12(月・祝)午前、25(日)午前、31(土)午後

当センターは障害のある人の利用を優先しております

トレーニングルーム			体育室		
午前	午後	夜間	午前	午後	夜間
					1 木
					2 金
					3 土
			♡軽スポーツ	◆	4 日
			ワンポイント 体操 9:30~	リフレッシュ教室 10:15~	◆
					♡車いすテニス 5 月
			♡軽スポーツ	◆トーラス	♡車いすバスケ・バスケ 6 火
			◆	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)	7 水
					8 木
			♡卓4・軽スポーツ	ボッチャDAY	◆メッツ 9 金
			◆	◆ミッキー	♡軽スポーツ 10 土
				◆	11 日
			♡軽スポーツ	ワンポイント体操 13:15~	◆キャメルズ 12 月
					13 火
			◆	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)	14 水
					15 木
			♡モルック・軽スポーツ	◆	◆メッツ 16 金
			◆ぱすてる	◆キャメルズ	◇ゴールボール 17 土
					18 日
			◇STT/FD	ワンポイント卓球	♡卓4・軽スポーツ 19 月
			ボッチャDAY	◆トーラス	♡軽スポーツ 20 火
			◆	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)	21 水
					22 木
			ワンポイント 体操 9:30~	◇ストレッチ 10:15~	♡ボッチャ・軽スポーツ 初心者卓球教室 23 金
			◆	◆ミッキー	♡バド・軽スポーツ 24 土
			スポーツDAY	◆メッツ	25 日
			初心者卓球教室	ワンポイント 体操 13:15~	◆
			♡軽スポーツ	◆トーラス (Jダーツ教室)	♡ミッキー 27 火
			♡卓4・軽スポーツ	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)	28 水
					29 木
			◆	◆	♡車いすテニス 30 金
			◆ぱすてる	Jダーツ教室	♡車いすバスケ・バスケ 31 土

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

公式LINE・2次元コード

