

# トレーニング室 利用案内

8月1日(土)より、西宮市総合福祉センター体育施設の利用方法が一部変更になりました。



- ☆ 当面の間、トレーニング室は**予約専用(先着順)**です。※予約は利用日の前日までに。
- ☆ ①西宮市在住・在勤・在学の障がいのある方、②西宮市在住の65才以上の方、③西宮市外在住・在勤・在学の障がいのある方が、ご利用できます。
- ☆ 予約は翌週の土曜日まで(日曜始まりのカレンダー)に**1回分**できます。次回の予約はご利用終了後にできます。**週2回**ご利用できます。電話もしくは受付にてお申込みください。※③西宮市外の方は、日曜か土曜いずれか週1回(日曜始まりのカレンダー)の利用になります。
- ☆ 予約受付時間は、日曜日～水曜日・金曜日・土曜日の9時～17時(12時～13時を除く)です。※木曜日・祝日の翌日・第3日曜日は体育施設休業日のため受付できません。

**【予約専用電話】 0798-78-3388**  
**【FAX】 0798-35-1132**  
 ※電話予約ができない方はFAXでの申し込みも可。

## 【トレーニング室・更衣室の利用時間】

- ☆ 9:00～10:15(障)
- ☆ 10:45～12:00(障・寿)
- ☆ 13:30～14:45(障)
- ☆ 15:15～16:30(障・寿)

※障…障がいのある方  
 寿…65才以上の方

## 【利用日】

日曜日～水曜日・金曜日・土曜日  
 (祝日の翌日と第3日曜日を除く)

## 【定員】

各時間5人(介護者含まず)



## 【利用上の注意事項】

- ☆ 入館されてからはマスクの着用にご協力ください(有酸素運動中を除く)。
- ☆ ご利用当日は「健康チェックシート」の記入・提出と検温があります。
- ☆ ご利用当日は、本人証明となるものをお持ちください。
  - ・障がいのある方…センター利用証・障害者手帳・在勤証明書など
  - ・65才以上の方…身分証明となるもの(住所・生年月日の記載)
- ☆ 手洗い・消毒にご協力ください。また、使用されたマシン類の消毒もお願いいたします。
- ☆ 室内用運動靴が必要です。また、介護者は入室できますが、運動はご遠慮ください。
- ☆ 各利用時間内で更衣室も退室してください。各利用時間外に清掃・消毒を行います。

感染症拡大防止にご協力ください

