

2月スポーツ教室・事業カレンダー 各種教室の詳細は事業案内・ポスターでご確認ください！

日	月	火	水	木	金	土
			休館日	1	2 ◎ ワンポイント水泳 13:00～15:00(プール) 対象:障害児者	3 ◆ みんなで交流☆サッカー 9:00～11:30(体育館) 対象:障害児者、介護者 地域住民
4 第19回 ボッチャ大会(体育館)	5	6	休館日	8	9 ◎ お手軽・簡単エクササイズ 13:30～15:00(体育館) 対象:障害児者、介護者	10 ◎ ワンポイント卓球 13:00～15:00(卓球室) 対象:障害児者、介護者
11	12 ◆ 作ってチャレンジ!レクタイム 13:00～15:00(体育館) 対象:障害児者、介護者、 地域住民	13 休館日	14 休館日	15	16 ◎ レクリエーションスポーツ 13:30～15:00(体育館) 対象:障害児者、介護者	17 ◎ 水泳選手育成教室 18:00～20:00(プール) 対象:身体障害児者
18 ◆ レッツ!HIPHOP 13:30～15:00(体育館) 対象:障害児者、介護者 地域住民	19 ☆ 【オンライン】リズム&ストーリー 13:30～14:30 対象:障害者福祉施設 作業所等	20 ◎ TAMAアクア 10:00～10:50(プール) ※15歳以上 対象:障害児者、介護者	21 休館日	22	23	24 ☆ GOGOキッズ運動 9:15～10:15(体育館) 対象:知的障害児、介助者 ※4歳以上小学3年生以下 ☆ GOGOジュニア運動 10:30～11:30(体育館) 対象:知的障害児、介助者 ※4年生以上中学生以下 ☆ チャレンジ!ジュニアスポーツ 13:00～14:30(体育館) 対象:小中学生の身体障害児 介護者
25 ◆ みんなで交流☆ ショートテニス 13:00～15:00(体育館) 対象:障害児者、介護者 地域住民	26	27	28 休館日	29 ☆ 【ハイブリット】ヨガの時間 13:30～14:30(体育館) 対象:障害児者、介護者 ・オンライン→申込制 ・体育館→申込不要		

ラジオ体操

午前 9:10～
午後 13:10～
夜間 17:05～

教室カレンダーの見方

- ☆:事前の申込が必要な教室
申込書は受付、またはHPにて配布いたします。
- ◎:当日参加が可能な教室
申し込み不要です。
当日に受付でカード交換をして、会場までお越しください。
- ◆:当日参加及び地域の方
障害有無に関わらず
ご参加いただけます。
ぜひ家族や友人と一緒に
参加してください！

※相談事業は事前に予約が必要です。
ご希望される方は受付または電話で
お問い合わせ下さい。