出前 スポーツ教室・健康教室

かがわ総合リハビリテーション福祉センターでは、障害者施設や障害者関係団体を対象として、レクリエーションスポーツから競技スポーツ、健康づくりのための運動まで、様々な分野のスポーツ教室を*出前*でも実施しております。

みなさまのニーズや状況に応じてプログラムを企画します。また、施設の職員様向けの研修もいたします。お気軽にご相談ください。

こんな内容ができます

① **スポーツ教室**　ボッチャ、卓球バレー、フライングディスクなどの誰もが楽しめるスポーツを障害の状況と会場にあわせて実施します。

② **水中運動教室**　水泳、水中運動、水中歩行など、障害に合わせて指導します。

③ **健康づくり教室**　座った作業が多く、肩こりや腰痛で困っている方。毎日できるちょっとした運動をお伝えします。狭いスペースでもできます。

内容に応じて、パラスポーツ指導員や健康運動指導士を派遣しております。

申込方法	① 所定の申込用紙に必要事項を記入の上、2ヵ月前までにお申込ください。 ※2026 年 12 月開催につきましては、上記条件ではありません。ご相談ください。 ② 担当者より確認のお電話をさせていただきます。
期　間	令和 8 年 12 月～令和 9 年 4 月末　期間中最大「月 1 回」まで
時　間	1回あたり1時間～1時間 30 分
対　象	障害者支援施設の利用者様、ご家族・介助の方、職員　他
必要経費	無料
会場使用料	会場費はご負担ください。
使用物品	教室で使用する物品について、当センターで準備できる場合は準備します。 ただし数に限りがあります。
傷害保険料	傷害保険のご加入をお願いします。 参加者の健康管理・移動・更衣介助などは施設でお願いします。

※当センターでは、毎年 5 月 1 日～11 月末まで温水プールを開館しています。

平日午前中は、障害者団体専用時間帯です。予約して利用できます。お気軽にご相談ください。

お問合せ先・申込先
かがわ総合リハビリテーション福祉センター
担当：スポーツ　光吉
〒761-8057　香川県高松市田村町 1114
TEL　087-867-7686　　FAX　087-867-0420