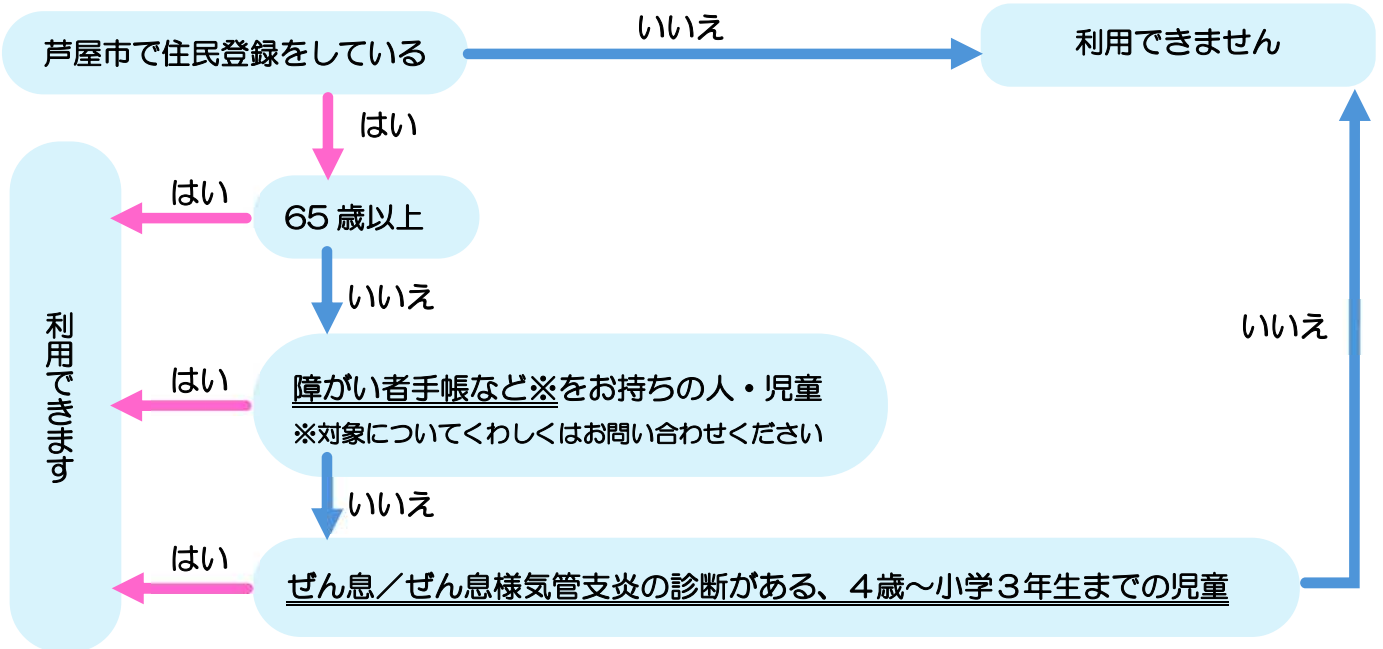


# 芦屋市福祉センター 水浴訓練室

水浴訓練室 TEL 31-0609  
火～土曜日 午前9時～午後5時  
※日・月曜日・祝はお休みです

- 保健福祉センター南館にある 15m×7m、水深 1.2mの水中運動ができる場所です。
- プログラムは「教室」「訓練」の2種類と自由水浴の開放事業を行っています。
- 利用できる人。(下図参照)



## 65歳以上の人

『教室』 さわやか水中ストレッチ  
トレーナーの指導のもと、水中運動をします。  
参加募集は、広報あしやに掲載されます。

『開放事業』 申込・問合せは、福祉センター水浴訓練室まで。(TEL 31-0609)  
※利用の要件に該当するか一度お問い合わせください。

## 障がい者手帳などをお持ちの人・児童

— 障がい児 (1歳～高校3年生の3月31日まで) —

『訓練』 ●ペンギン教室 (障がい児・個別訓練)  
●ラッコ教室 (障がい児・集団訓練)  
参加募集は、広報あしやに掲載されます。  
問合せは、障がい福祉課 (TEL 38-2043)

ラッコ教室 (集団訓練) は  
保護者も一緒に入水して  
いただきます。

『開放事業』 申込・問合せは、福祉センター水浴訓練室まで。(TEL 31-0609)  
※利用の要件に該当するか一度お問い合わせください。

— 障がい者 (18歳以上) —

『開放事業』 申込・問合せは、福祉センター水浴訓練室まで。(TEL 31-0609)  
※利用の要件に該当するか一度お問い合わせください。

## ぜん息／ぜん息様気管支炎の診断がある、4歳～小学3年生までの児童

『開放事業』 申込・問合せは、福祉センター水浴訓練室まで。(TEL 31-0609)  
※利用の要件に該当するか一度お問い合わせください。

### 『開放事業』ってどんなの？

ご自身で水中運動をしていただく〈自由水浴〉のプログラムです。

利用登録と事前予約が必要です。利用登録時に、健康状態の確認のための面談と施設見学を実施しています。時間枠内であればご都合にあわせて、いつ来ていつ帰ってもかまいません。

自由水浴ですが、コーチと一緒に軽い運動などをおこなうミニレッスン（15分間）があるクラスもあります。

※年齢や健康状態によって、保護者／介護者との入水をお願いすることがあります。

## 保健福祉センター 南館 1F 水浴訓練室

