

芦屋市福祉センター 水浴訓練室

水浴訓練室ってなに？

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

だれが利用できるの？

芦屋市で住民登録をしている

◎65歳以上の高齢者

◎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

◎障がい者手帳など※をお持ちの人・児童で
す。 ※対象について詳しくはお問い合わせください



どんなプログラムがあるの？

ご自分で自由に水中運動などをしていただく

『開放事業』と、トレーナーの指導のもと水中運動を
する『教室』『訓練』、の2種類があります。

ただし、障がいのある人の『教室』『訓練』はありません。
また、ぜん息児の教室は4～5歳児が対象です。



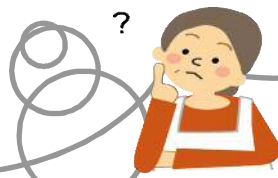
『開放事業』について教えてください。


『開放事業』は、ご自身で水中運動などをしていただく
‘自由水浴’のプログラムです。

時間枠内であればご都合に合わせて、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/介助者との入水を
お願いすることがあります。





『教室』 『訓練』 について教えてください。

- * トレーナーの指導のもと、水中運動をします。
- ◎ 65歳以上の人：さわやか水中ストレッチ
- ◎ 4～5歳のぜん息児：めだか教室
- ◎ 障がい児：個別訓練【パソギン教室】と
集団訓練【ラッ教室】があります。
- * 集団訓練は保護者と一緒に入水していただきます。



『教室』 『訓練』 に参加するには。。。

参加募集は、『広報あしや』に掲載されます。
募集内容を確認の上、申し込んでください。

- ◎ 「さわやか水中ストレッチ」（高齢者）
→ 保健福祉センター南館 水浴訓練室（TEL31-0609）
- ◎ 「めだか教室」（ぜん息児）
→ 保健福祉センター3階 保健センター（TEL31-1586）
- ◎ 「パソギン教室」（障がい児個別訓練）
「ラッ教室」（障がい児集団訓練）
→ 市役所 障がい福祉課（TEL38-2043）



『開放事業』の申込方法は？

福祉センター水浴訓練室で、来所と
お電話（TEL31-0609）で受け付けています。
必要な物：顔写真（3cm×3cm）
利用の要件に該当するか一度お問い合わせください。

お問い合わせ

福祉センター水浴訓練室 TEL:31-0609

火～土 9:00～17:00

（日・月・祝・年末年始除く）

