

## 施設のご案内

### 《 利用案内 》

- 開館時間 9:00～21:00（日曜のみ9:00～17:00）
  - 休館日 ・ 祝日を除く 毎週月曜日  
（月曜日が祝日の場合は、翌日が振替休館）  
・ 年末年始 12/29～翌1/3
- ※ 毎月最終週の木曜日・・・定期点検のため、臨時休館いたします

### 《 公式SNS 》



イベントや教室の開催状況などを更新しています!!



### 《 交通案内 》

- JR明石駅、山陽電鉄明石駅から  
・ 神姫バス（約20分）  
「玉津曙」下車 → 徒歩5分
- ※ 平日のみ  
・ 神姫バス（約20分）  
「県立リハビリセンター」最終下車
- JR西明石駅、新幹線西明石駅から  
※ 平日のみ  
・ 神姫バス（約10分）  
「県立リハビリセンター」最終下車
- 自家用車で来られる方  
第二神明道路玉津インターより  
国道175号線を明石方面に1.5km



JR明石駅・JR西明石駅から約10～20分

※ 駐車場 120台（車いす対応 35台）

### 《 出前パラスポーツ教室 》

障害者団体

高齢者団体

学校

さまざまな施設・団体

皆さまの地域へ指導員を派遣し、ユニバーサルスポーツ指導をしています。  
パラスポーツの普及学習活動を支援します。ぜひ一度、お問い合わせください。

**兵庫県立障害者スポーツ交流館**  
〒651-2181 神戸市西区曙町1070  
TEL;078-927-2727 (代) FAX;078-927-8022



兵庫県立障害者スポーツ交流館

# 2026 年度 パラスポーツ体験教室のご案内



する！

みる！

支える！





## 《 定例教室 》

教室名	対象者	時間	実施日							定員	内 容
アーチェリー	障がい区分なし (18歳以上)	火曜日 (全12回) 9:30 } 11:30	4月	5月	6月	7月	8月	9月	5名	初心者大歓迎です。 アーチェリーの基本となる立ち方や弓のセットを丁寧に教えます。実際に打ってみて、アーチェリーの楽しさを分かち合いましょう！	
			21	12	9	14	18	8			
			10月	11月	12月	1月	2月	3月			
			20	10	8	19	9	9			
ローンボウルズ	肢体不自由 (小学生以上)	火曜日 (全12回) 13:15 } 15:15	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10名	ローンボウルズは、ジャック(目標球)目掛けてボウルを転がし、ジャックにボウルが近付いた方が勝ちというシンプルなゲームです。最初に、ボウルの握り方とボウルの転がし方など基礎練習をします。慣れてきたら、試合を行います。	
			21	12	2	7	4	1			
			10月	11月	12月	1月	2月	3月			
			6	10	1	19	2	2			
初心者卓球	障がい区分なし (小学生以上)	火曜日 (全12回) 15:15 } 16:45	4月	5月	6月	7月	8月	9月	15名	卓球が初めての方や、初心者を対象とした教室です。ラケットの握り方や、基本的なボールの打ち方(対人ラリー)など基礎を集中的に練習し、慣れてきたら試合も実施します。	
			21	12	2	7	4	1			
			10月	11月	12月	1月	2月	3月			
			6	10	1	19	2	2			

## 《 体験型教室 》

フライングディスク	障がい区分なし (小学生以上)	木・土曜日 (全5回) 15:45 ～ 16:30	① 5月2日(土)	10名	・ディスクの投げ方、キャッチの仕方 ・フライングディスクの楽しみ方 ・輪っかに何枚入るかな?記録に挑戦!
			② 8月20日(木)		
			③ 10月15日(木)		
			④ 2月18日(木)		
			⑤ 3月18日(木)		
ツリークライミング	障がい区分なし (18歳以上)	金曜日 13:15 ～ 15:00	開催日が決定次第お知らせいたします	5名	木登りとは違い専用のロープで腰にサドル(安全帯)を着けて登ります。安全に高いところまで登ることができます。
バレーボール(聴覚)	聴覚障がい (小学生以上)	日曜日 (全2回) 9:30 ～ 11:30	① 8月23日(日)	10名	経験者はもちろん、初心者でも大丈夫♪一緒にバレーボールを楽しみましょう(＾O＾)／
			② 3月14日(日)		
競技車体験	障がい区分なし (4歳以上)	土・日曜日 (全3回) 13:15 ～ 14:30	① 8月22日(土)	10名	8月22日(土) バスケ車体験 10月25日(日) レーサー体験 1月31日(日) その他車椅子体験 興味のある車いすに是非乗りに来てください。
			② 10月25日(日)		
			③ 1月31日(日)		
電動車いすサッカー	電動車いす使用者 (小学生以上)	土曜日 (全4回) 13:15 ～ 14:30	① 9月5日(土)	5名	電動車椅子を操作してボールを蹴って、楽しみましょう!
			② 10月17日(土)		
			③ 1月16日(土)		
			④ 2月13日(土)		

## 《 キッズ教室 》

夏休み限定 親子スポーツ ひろば	付添 必須	祝火・土・日曜日 (全4回) 13:15 ～ 14:30	① 8月 8日(土)	5 組	思い切り体を動かし、“楽しい”を体験しましょ う!サーキット運動やボール運動を中心に、行い、 友達と一緒にコミュニケーションを図りながら 楽しく運動しましょう!
	知的・発達 障がい児 (4歳～小6)		② 8月11日(祝火)		
			③ 8月16日(日)		
			④ 8月23日(日)		

## 《 事前練習会 》

兵庫県障害者のじぎくスポーツ大会(別紙参照)	障がい区分なし (中学生以上)	日曜日 (全2回) 13:15 ～ 14:30	① 2月28日(日)	6名	◎ スラローム ◎ 投てき競技  ① ビーンバック投 ② ソフトボール投 ③ ジャベリックスロー
			② 3月28日(日)		

## 《ユニバーサル教室》 ※健常者の方も一緒に参加できます

教室名	対象者	時間	実施日	定員	内容
ボッチャ	(小学生以上)	土・日曜日 (全4回) 10:15 ～ 11:30	① 4月12日(日)	15名	ボッチャ競技をした事がない人も初心者の人も、楽しくボッチャ競技をしてみませんか!
			② 8月8日(土)		
			③ 10月17日(土)		
			④ 1月16日(土)		
ユニバーサルスポーツ	(小学生以上)	土・日曜日 (全5回) 13:15 ～ 14:30	① 5月30日(土)	10名	モルックや卓球バレーなど健常者、高齢者、障害者の方が一緒にスポーツを行う教室です。交流を深め、一緒に色んなことにチャレンジしましょう
			② 9月6日(日)		
			③ 10月18日(日)		
			④ 1月30日(土)		
			⑤ 3月21日(日)		
パラバレーボール(座位)	(小学生以上) ※座位保持可能	土曜日 (全4回) 13:15 ～ 14:30	① 7月4日(土)	10名	パラバレーボール(座位)は座りながら、楽しめるバレーボールです。1つのボールをみんなで楽しく追いかけて、一緒に楽しみましょう☆
			② 9月26日(土)		
			③ 10月31日(土)		
			④ 1月23日(土)		

## 《 体験会 》

※健常者の方も一緒に参加できます

ゴールボール	障がい区分なし (小学生以上)	10:00 ～ 12:00	1月30日(土)	20名	パラリンピックの正式種目になっている競技です。これから、指導をしていきたい方や初めての方も大歓迎です!是非、体験しましょう!
--------	--------------------	---------------------	----------	-----	--

※1 日常生活において、介助が必要な方は、安全確保上、受講者と保護者または介護者の参加が必要です。

※2 対象者は原則手帳をお持ちの方です。手帳をお持ちでない場合はご相談ください。  
ただし、ユニバーサル教室・体験会は手帳のない一般の方でも参加可能です。

- 定員について
  - ・ご好評により定員を越えた場合、初回参加の方を優先しております。
  - ・競技団体に所属されている方は受講できません。
  - ・ご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。
- 申込み方法
  - 教室に参加を希望される方は、別紙受講申込書に必要事項を記入し、お申し込みください。(持参・郵送・FAX可)
  - ※ FAXで申し込みする場合は、「確認」のため、送信後下記の連絡先までご連絡ください。
  - ※ 定員を超えた場合のみ、ご連絡いたします。
  - ※ 開講日以外に体験したい場合は、お問い合わせください。
- 申込み期間
  - 随時募集
  - ※ 当日までにお申し込みください。
- お 願 い
  - ・無断欠席が複数回続いた場合は、教室参加の意思がないものとみなします。そのため、**欠席等については、下記の電話番号もしくは公式LINEにて、必ず連絡を入れてください。**
  - ・教室参加時に生じた紛失や盗難、ケガについて、施設管理によるもの以外は責任を負いかねます。(各自、保険加入をオススメします)



## 兵庫県立障害者スポーツ交流館

〒651-2181 神戸市西区曙町1070  
TEL;078-927-2727 (代) FAX;078-927-8022

公式LINE @051rtcqv



# 2026 パラスポーツ体験教室 《 受講申込書 》

FAX 078-927-8022



※ FAXで申し込みする場合は、「確認」のため、送信後 兵庫県立障害者スポーツ交流館 までご連絡ください。

参加教室	
※ 受講を希望する教室名を 下記へご記入ください(複数可)	
教室について	初参加・2回目以上
①	
②	
③	
④	

ふりがな		性別	生年月日		年齢	血液型
受講者氏名		男・女 その他	昭和 平成 令和		歳	型
付添者	有・無	氏名	本人との関係		TEL	( ) -
				FAX	( ) -	
連絡先 (住所)	〒( )				緊急時 連絡先	氏名 ( ) - ※ 上記と異なる場合のみご記入ください
障がいについて	肢体・視覚・聴覚・内部・知的・精神		障がい名			車いす 使用
	身体障害者手帳	1・2・3・4・5・6級		有・無		
	療育手帳	A・B1・B2				
	精神障害者保健福祉手帳	1・2・3				
上記のとおりスポーツ教室の申込みをします。 ※ 交流館のホームページ等に教室風景を載せる場合があります						
18歳未満の方については、保護者名の記入・捺印をお願いします。					保護者 氏名	

《 アンケート 》 ・ 教室指導時の参考のため、ご協力をお願いします。  
・ あてはまるもの全てに○をつけてください。

兵庫県障害者のじぎくスポーツ大会 事前練習会	
「兵庫県・神戸市のスポーツ大会」で ・出場予定の競技 ・エントリーしている競技 を下記よりお選びください	
<input type="checkbox"/> スラローム <input type="checkbox"/> 投てき ① ビーンバッグ投 <input type="checkbox"/> 投てき ② ソフトボール投 <input type="checkbox"/> 投てき ② ジャベリックスロー	

【運動時の身体機能(移動)について】	【コミュニケーションについて】	【指導員に伝えておきたいことが ありましたら、お書きください】		
1 一人で歩行ができる 2 補助具(杖・装具等)を使用する 3 電動車いすを使用する 4 手動車いすを使用する(補助要・不要) 5 その他 ( )	1 通常の会話ができる 2 簡単な単語での会話ができる 3 文字で理解できる 4 絵や写真で理解できる 5 ジェスチャーで理解できる	例・・・身体動作に制限がある 持病がある、環境の変化が苦手等		
【この教室をどこで知りましたか?】	【ほかにどのような教室があれば 参加したいですか?】			
		職 員 記 入 欄	受付番号	受付日 年 月 日
				受付者( )

※ ご記入いただいた個人情報は、本スポーツ事業における関係業務に使用し、その他の目的で使用することはありません。  
 ※ 教室参加中のケガについては、応急処置のみとし、事故の補償については負いかねます。スポーツ傷害保険等に加入することをお薦めします。  
 ※ 無断欠席が複数回続いた場合は、教室参加の意思がないものとみなします。欠席等については、必ず連絡を入れてください。