

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チェンジより
国道175号線を明石方面に1.5km



※ 駐車場 120台 (車いす対応 35台)

《出前パラスポーツ教室》



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 10月 11月 12月 1月 2月 3月 11:30	4月 5月 6月 7月 8月 9月 21 12 9 14 18 8 10月 11月 12月 1月 2月 3月 20 10 8 19 9 9	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!					
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 10月 11月 12月 1月 2月 3月 15:15	4月 5月 6月 7月 8月 9月 21 12 2 7 4 1 10月 11月 12月 1月 2月 3月 6 10 1 19 2 2	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。					
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 10月 11月 12月 1月 2月 3月 16:45	4月 5月 6月 7月 8月 9月 21 12 2 7 4 1 10月 11月 12月 1月 2月 3月 6 10 1 19 2 2	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。					

《 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) ② 8月20日(木) ③ 10月15日(木) ④ 2月18日(木) ⑤ 3月18日(木)	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!
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) ② 3月14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^)/
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) ② 10月25日(日) ③ 1月31日(日)	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は是非乗りに来てください。
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) ② 10月17日(土) ③ 1月16日(土) ④ 2月13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!

《 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) ② 8月11日(祝火) ③ 8月16日(日) ④ 8月23日(日)	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!
----------------	--	---	----	---

《 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) ② 3月28日(日)	6名	◎ スラローム ◎ 投つき競技	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
------------------------	----------------	--------------------------------	--------------------------	----	--------------------	---------------------------------------

《 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) ② 8月 8日(土) ③ 10月17日(土) ④ 1月16日(土)	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!
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) ② 9月 6日(日) ③ 10月18日(日) ④ 1月30日(土) ⑤ 3月21日(日)	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
パラバーボール(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) ② 9月26日(土) ③ 10月31日(土) ④ 1月23日(土)	10名	パラバーボール(座位)は座りながら、楽しめるバーボールです。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☆

《 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、よろしくお願ひいたします。

● 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

公式LINE @051rtcqv



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



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	

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"/> 投でき ① ビーンバッグ投 <input type="checkbox"/> 投でき ② ソフトボール投 <input type="checkbox"/> 投でき ② ジャベリックスロー	

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 () -				
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	I・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	I・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。

【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。