

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！！



SPORTSHOURYUKAN

《 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
 - タクシーを利用される方
 - 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

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

2025 年度

パラスポーツ体験教室のご案内



新しい自分を見つけよう!!

《 教室一覧 》

みんなで楽しく身体を動かそう!!

教室名	対象者	曜日 時間	実施日							定員	内容
			4月	5月	6月	7月	8月	9月			
ローンボウルズ 	肢体不自由 (小学生以上)	火曜日 (全8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。	
			22	13	3	1	5	2			
			10月	11月	12月	1月	2月	3月			
			大規模改修期間				3	10			
フライングディスク 	障がい区分なし (小学生以上)	木曜日 (全3回) 15:30 16:15	4月	5月	6月	7月	8月	9月	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! 	
				15				4			
			10月	11月	12月	1月	2月	3月			
			大規模改修期間					5			
ポッチャ 	障がい区分なし (4歳以上)	土曜日 (全2回) 10:00 11:30	4月	5月	6月	7月	8月	9月	15名	ポッチャ競技をした事がない人も初心者の方も、楽しくポッチャ競技をしてみませんか!	
			26			19					
			10月	11月	12月	1月	2月	3月			
			大規模改修期間								
卓球バレー 	障がい区分なし (4歳以上)	土曜日 (全1回) 14:00 15:30	4月	5月	6月	7月	8月	9月	30名	音の鳴るボールを木製のラケットで打ち合う楽しいユニバーサルスポーツです。みんなで楽しく盛り上がりましょう。 	
								6			
			10月	11月	12月	1月	2月	3月			
			大規模改修期間								
ゴールボール 	障がい区分なし (小学4年以上)	水曜日 (全2回) 15:30 17:00	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10名	パラリンピックの正式種目になっている「ゴールボール」っていったいどんなスポーツ?皆さんでワイワイ言いながら体験してみましょう! 	
						2	6				
			10月	11月	12月	1月	2月	3月			
			大規模改修期間								
競技用車いす体験 	障がい区分なし (4歳以上)	土曜日 (全2回) 13:15 14:30	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10名	バスケット車・車いすレーサー・フレームランナー足漕ぎ車いすなど様々な車いす体験ができます!	
				17		19					
			10月	11月	12月	1月	2月	3月			
			大規模改修期間								
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 14:30	4月	5月	6月	7月	8月	9月	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。 	
			※ 開催日が決定次第								
			10月	11月	12月	1月	2月	3月			
			大規模改修期間						お知らせいたします。		

《 キッズ教室 》

跳んで!はずんで!笑顔でつながる楽しい時間♪

教室名	対象者	曜日 時間	実施日							定員	内容
			4月	5月	6月	7月	8月	9月			
親子スポーツひろば 	付添:◎ 知的・発達障がい児 (4歳~小6)	土、日曜日 (全3回) 13:15 14:30	4月	5月	6月	7月	8月	9月	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!	
					28		17				
			10月	11月	12月	1月	2月	3月			
			大規模改修期間					21			

😊... 障がい児が参加できます

《 教室一覧 》

みんなで楽しく身体を動かそう!!

教室名	対象者	曜日 時間	実施日							定員	内容
			4月	5月	6月	7月	8月	9月			
初心者卓球 	障がい区分なし (5歳以上)	火曜日 (全8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。	
			22	13	3	1	5	2			
			10月	11月	12月	1月	2月	3月			
			大規模改修期間				3	10			
電動車いすサッカー 	電動車いす使用者 (小学生以上)	土、日曜日 (全2回) 13:15 14:30	4月	5月	6月	7月	8月	9月	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! 	
					28		31				
			10月	11月	12月	1月	2月	3月			
			大規模改修期間								
パラバレーボール(座位) 	障がい区分なし (小学生以上) *座位保持可能	金曜日 (全4回) 18:30 20:30	4月	5月	6月	7月	8月	9月	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☆	
					6	18		12			
			10月	11月	12月	1月	2月	3月			
			大規模改修期間				27				
バレーボール(聴覚) 	聴覚障がい (小学生以上)	土曜日 (全2回) 9:30 11:30	4月	5月	6月	7月	8月	9月	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^)/ 	
								6			
			10月	11月	12月	1月	2月	3月			
			大規模改修期間					21			
レクリエーションスポーツ 	障がい区分なし (4歳以上)	土曜日 (全2回) 13:15 14:30	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10名	スローイングビンゴや囲碁ボールなどのレクリエーションスポーツを通してみんなで楽しもう!	
			12				9				
			10月	11月	12月	1月	2月	3月			
			大規模改修期間								

《 事前練習会 》

兵庫県または神戸市のスポーツ大会に出場予定の方 対象★

開催地	対象者	曜日 時間	実施日	定員	内容
兵庫県 障害者のじぎく スポーツ大会 (別紙参照)	身体障がい	土曜日 13:30 15:00	陸上競技 3月 14	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 

※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。

- 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。そのため、教室参加後に(ご参加いただいている途中でも)次回からの参加をお断りする場合があります。ご了承ください。
 - ・ 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、送信後左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、左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。
 - ・ 10月~1月までの4カ月間を大規模改修期間としておりますが、工事期間が延長になるおそれがございます。予定している教室は中止となります。ご了承ください。



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

公式LINE @051rtcqv



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	() -
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。