令和８年(２０２６)年度尼崎市委託事業

武庫健康ふれあい体育館

第３期 健康づくり教室

受講生募集

寒い季節こそ、体を動かして、体もこころも元気に。



申込方法

窓口またはWEB申込

WEB申込はこちら

※以下のURLからもお申込可能です。

https://ourl.jp/9BVWd

注意事項

- 1の期間中は
  １人１教室のみ申込可能

※期間中は、園田体育館を除く地区体育館全てを含め１教室となります。

※２つ以上（複数）の教室の申込は3の日程より開始します。

- 定員を超えた教室は

１１月２６日（木）１０：００

から各体育館にて公開抽選

※定員に達したクラスは、市内在住の方のみキャンセル待ちが可能です。

※各教室の申込状況は事業団HPお知らせ欄に掲載いたします。

- 定員に満たない教室は
  先着順にて窓口受付いたします。

開催期間(全12回)

12月9日(水)～3月18日(木)

申込スケジュール

1 11月10日(火) 9：00
～
11月22日(日)17：00
(※市内在住の方のみ申込可能)
※WEB申込はこの期間までです。

2 11月26日(木)13：00～
(定員に満たない教室受付開始)

3 11月27日(金) 9：00～
(複数教室の受付開始)

4 11月28日(土)13:00～
(市外の方受付開始)

受講料のお支払い

12月2日(水)～開始日前日

※料金・教室は裏面に記載 →

武庫健康ふれあい体育館

お1人様1回限り！無料体験予約受付中
お電話又は窓口で事前にご予約ください。

曜日	教室名	開催時間	対象・年齢	定員	受講料
火	ようじ体操	15:15～16:15	R2.4.2～R5.4.1生まれの子	50人	2,400円
	ミニバスケットボール　A	16:25～17:25	小学３・４年生	40人	
	ミニバスケットボール　B	17:35～18:35	小学５・６年生	40人	
水	からだ元気体操A　～認知症予防～	9:30～10:10	60歳以上	35人	2,400円
	からだ元気体操B　～認知症予防～	10:30～11:10	60歳以上	35人	
	からだ元気体操C　～認知症予防～	11:30～12:10	60歳以上	35人	
	さわやか卓球	11:05～12:15	55歳以上	50人	2,520円
	バドミントン９０Ａ	12:50～14:20	初心者・高校生以上	40人	2,880円
	バドミントン９０Ｂ	14:30～16:00	経験者・高校生以上	40人	
	低学年のチャレンジスポーツ	16:15～17:15	小学１～３年生	40人	2,400円
木	さわやか健康体操	9:30～10:40	55歳以上	60人	2,520円
	卓球Ａ	11:00～12:30	初心者・高校生以上	60人	2,640円
	卓球Ｂ	13:00～14:30	初心者・高校生以上	60人	
	ようじのチャレンジスポーツ	15:00～16:00	R2.4.2～R4.4.1生まれの子	50人	2,400円
金	いきいき健康体操	9:30～10:20	55歳以上	50人	2,400円
	おやこ体操	10:40～11:40	満1歳６カ月～3歳児とその親	40組	2,880円
	スポンジテニス７０　A	12:00～13:10	初級・高校生以上	24人	2,520円
	スポンジテニス７０　B	13:20～14:30	初級・高校生以上	24人	
	小学生のドッジボール	16:30～17:30	小学生	50人	2,400円

※受講料に傷害保険料を含みます。

※表示価格は税込みです。
（１２回分料金）

おすすめ教室



おやこ体操

親子のふれあいを大切にしながらリズム体操や親子組体操、ボールやフープなどを使って身体を動かします。



ようじのチャレンジスポーツ

集団の中で友達と仲良くボールマット運動など色々な種目を行い運動習慣の土台作りを行います。

武庫健康ふれあい体育館
武庫元町3-14-1
TEL/FAX　06-4950-8222
（受託者）
人・いきいき・スポーツマインド
（公財）尼崎市スポーツ振興事業団

ホームページ

Instagram

開館時間
火～土曜日
9:00 ～ 21:00
日・祝日
9:00 ～ 17:15
月曜日
15:45 ～ 18:45