

令和8（2026）年度
尼崎市委託事業

武庫健康ふれあい体育館 第1期健康づくり教室

受講生募集

【開催期間】

4月7日（火）から7月8日（水）まで全12回

申込期間	お1人様1教室のみ受付いたします。 3月3日（火）9：00から3月15日（日）17：00まで
定員を超えた教室 （抽選）	3月18日（水）に10：00から各体育館にて公開抽選を行います。 落選された方のみ連絡いたします。当選された方へは連絡はいたしません。 ※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。
定員に満たない教室	3月18日（水）13：00から随時受付いたします。ご来館のうえお申込みください。 ※申込フォームは使用できません。
複数の教室の受講を 希望される場合	3月19日（木）9：00から定員に満たない教室を先着順にて窓口受付いたします。 ご来館のうえお申し込みください。
市外の方の教室受講 申込みについて	3月19日（木）13：00から定員に満たない教室を先着順にて窓口受付いたします。 ご来館のうえお申し込みください。

～申込み方法～

申込用紙に必要事項をご記入のうえ、申込期間内に体育館窓口までご提出ください。

申込期間中はWEB申込フォームでの申込みも可能です。

[WEB申込みはこちら→](#)



～受講料について～

4月1日（水）から各教室開始日前日までに体育館窓口にてお支払いください。

※教室受講料は裏面をご確認ください。

↓ホームページ↓ 尼崎市スポーツ振興事業団
↓インスタグラム↓



（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

武庫健康ふれあい体育館教室一覧

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90 A	12:50～14:20	初心者・高校生以上	40人	2,880円
	バドミントン90 B	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	初級・高校生以上	60人	2,640円
	卓球 B	13:00～14:30	初級・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。

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。



低学年のチャレンジ スポーツ

集団の中で友達と仲良くボール運動・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

開館時間

火～土曜日/9:00～21:00

日曜・祝日/9:00～17:15

月曜日/15:45～18:45