

令和6年度 ワンポイント広場のご案内

★ワンポイント広場とは

各広場で毎月テーマに沿った指導を行います。

個人での利用をさらに楽しく、お役立てできるような情報が盛りだくさん！

さん・さんプラザでの活動を楽しみましょう！！お気軽にご参加ください。

キッズレク

10歳以下の障がい児とその保護者を対象に
マット運動・ボール遊び・レクリエーションを行います
集団活動の楽しさや仲間づくり、保護者の方の交流も楽しめます！

NEW

ポッチャ

経験者だけでなく、ちょっと興味がある人やポッチャ初めましての人まで
基本的なルール指導やゲームを行います！
参加者全員でポッチャの面白さを体験しましょう！

★各広場日程

種目	曜日	時間	会場	人数	内容
キッズレク	第2土曜日	13:05-13:50	小体育室	10名	体操、ボール遊び、レクリエーション
ポッチャ	第4土曜日	13:05-13:50	小体育室	12名	基本的なルール、ゲーム、 スキルトレーニング
卓球	第2・4 火曜日	14:05-14:50	卓球室	5名	基本的な打ち方、ラリーのコツ
STT (サウンドテーブル)	第2・4 水曜日	11:05-11:50	講習室	4名	視覚障がいのある方を対象に 基本的な打ち方、ラリーのコツ
水中運動	毎週木曜日	11:05-11:50	プール	10名	水中歩行、体操、ダンス レクリエーション
トレーニング	第2・4 金曜日	13:05-13:50	トレーニング室	4名	器具や自重を用いて 筋力アップ、ストレッチ
さん・さんピンポン	毎週土曜日	11:05-11:50	卓球室	—	知的障がいのある方を対象に 基本的な打ち方、ラリーのコツ、ゲーム

★注意事項

- (1) 事前に当センターの利用登録をお願いします。
- (2) 館内に掲示してある月間カレンダーで実施日をご確認ください。(祝日の場合は実施しません。)
- (3) 参加するには毎回受付が必要です。
- (4) 各広場によって参加人数が決まっております。
- (5) 次回の実施分のみ受付可能です。詳細についてはお問合せ下さい。



活動の様子はInstagramに見に来てください★
見学・体験希望もお待ちしています！！