

☆知ってましたか!? 相談だけでは無いですよ!!☆

## 障がい者スポーツ指導員のスポーツ相談

これから運動を始める方から、運動を継続されている方まで、スポーツ指導員が、運動の様々な実施方法についてアドバイスやスポーツの紹介、情報提供を行います。**※内容を良くご確認を!**



【会 場】 大阪府立障がい者交流促進センター（ファインプラザ大阪）  
トレーニング室

【日 程】

月	①10:30~11:30	②13:30~14:30	③15:15~16:15
1月	14日(日)・21日(日)	6日(土)・12日(金)・17日(水)・23日(火)	20日(土)・25日(木)
2月	12日(月・祝)・18日(日)	2日(金)・7日(水)・15日(木)・24日(土) 27日(火)	3日(土)・22日(木)
3月	11日(日)・18日(日)	2日(金)・7日(水)・13日(火)・17日(土) 29日(木)	3日(土)・15日(木)

【対 象】 どなたでも

【定 員】 各開催日2人（先着順）  
※30分となります。

【参加費】 無料

【内 容】 ご希望に応じ、適切な運動方法やスポーツの紹介をします。  
また、「**簡単なストレッチ等の補助を行います**」

【申込方法】 開催日までに、ファインプラザ大阪2階トレーニング室へ直接申し込むか、電話にてお申込みください。

【申 込 先】 大阪府立障がい者交流促進センター（ファインプラザ大阪）  
〒590-0137 堺市南區城山台5-1-2  
電話 072-296-6311 FAX072-296-6313

【その 他】 ○介護の必要な方は介護者同伴でご参加ください。  
○参加に際して提供される個人情報及び主催者が撮影した写真・映像等については個人情報保護関係法令を順守し、相談会への参加調整事務及び当センターの情報誌ホームページ掲載のみに使用しそれ以外の目的には使用しません。

