



令和5年度 サンスポート駒ヶ根 出張スポーツ・運動教室（Ⅲ期）

《実施期間：令和6年1月～3月末》

指導員が、みなさまの施設や団体にお伺いして「スポーツ・運動教室」を行います！
「健康の維持・管理」はもとより「効果的な運動方法」や「みんなで楽しめるレクリエーション」
などのご要望・ご相談に応じ、皆様の日頃のスポーツ活動をお手伝いします。
お気軽にご利用ください。



Web 対応の相談
も可能です！

<対 象> 南信・木曽地域の障がい者支援施設及び障がい者団体

<実施期間> **Ⅲ期 令和6年1月から3月末まで**

<日 時> 平日（※祝日を除く、月・火・木・金）
【月・木】10:00～12:00 【火・金】10:00～17:00
※上記時間帯以外や土日祝日での活動をご希望の場合は、ご相談ください。
※毎月第2火曜日は休館日の為、実施できません。

<回 数> ご相談に応じます。（新規の施設・団体を優先させていただきます）

<費 用> 無料

<会 場> 依頼団体側で会場を準備してください。会場の準備が困難な場合は相談に応じます。
（例：施設内、体育館、プール、公民館など）

<内 容>

時 間	60分程度（相談に応じます）
種 目	ストレッチ、音楽体操、レクリエーション など （細かな内容、上記にない内容をご相談ください。）
人 数	30名程度まで（ソーシャルディスタンスを保てる人数とする）

<申込方法>

- ① サンスポート駒ヶ根受付への直接提出
 - ② 郵送・電話・FAX・Eメール
- ※郵送・FAX・Eメールの場合は着信の確認をお願いします。**

<実施決定> ・新規の施設・団体を優先させていただきます。
・継続してご利用の場合には、回数等のご希望に添えない場合がありますが、ご了承ください。
・募集期間終了後、全ての施設、団体の申込み状況によって日程を調整します。
そのため、日時や時期の細かい指定には対応できない場合があります。
・決定した支援日時は、FAXまたは、メールにてお知らせします。



<保 険> 当センターでは、スポーツ傷害保険等の加入は行っていません。
必要に応じて各施設・団体でご加入ください。

<申込受付期間> **Ⅲ期 令和5年11月2日（木）から12月8日（金）まで**

障がい者スポーツ支援センター駒ヶ根 「サンスポート駒ヶ根」

〒399-4117 駒ヶ根市赤穂1694 長野県看護大学プール棟内

電話／FAX 0265-82-2901

Eメール ks2sport@mx2.avis.ne.jp （担当：加藤・吉田）