

# ゲームで フィットネス広場

## 対象

障害のある方と  
その介助者  
(家族参加OK!)

ゲームを使用して、画面を見ながらみんなで  
楽しく体を動かすプログラムです！  
※操作は職員が行います



開催  
日時

毎月第4日曜日

1期:4~8月 2期:11月~3月

①10:00~10:45 or ②11:00~11:45

※各期申込した時間帯でのご参加となります

会場

サブアリーナ



障害者スポーツ文化センター 横浜ラポール

〒222-0035 横浜市港北区鳥山町1752

TEL:045-475-2050 ゲームでフィットネス広場担当

## 令和7年度 開催要項

日時	毎月第4日曜日 <b>1期:</b> 4/27、5/25、6/22、7/27、8/24、 <b>2期:</b> 11/23、1/25、2/22、3/22 ※9、10、12月は実施なし ①10:00～10:45 or ②11:00～11:45 ※各期申込した時間帯での参加になります
対象	障害のある方とその介助者(家族参加可) ※2名まで
定員	各部30名程度
参加費	無料
場所	横浜ラポール サブアリーナ
服装	動きやすい服装
持ち物	①飲み物②タオル③室内シューズ④着替え ※必要に応じて
申込み	いずれかの方法で申込用紙を提出 ①横浜ラポール窓口②郵送 <b>【締切】 1期:4月13日(日) 2期:11月9日(日)</b> ※2期の申し込みは9月1日(月)から開始します  ・申込締切後、1週間程度で参加可否を郵送にてお知らせします。 ・参加者が定員に満たない場合は随時参加を受付します。
注意事項	<ul style="list-style-type: none"><li>・自己管理に十分配慮し、プログラムに参加してください。</li><li>・ラポールの利用者カードをお持ちでない方、3年以上利用がない方は<b>利用登録または更新申請が必要</b>です。</li><li>・介護人の方も<b>介護人カードの作成が必要</b>です。</li><li>・申請手続きの際は障害者手帳をご持参ください。(お持ちでない方はご相談ください)</li><li>・プログラム中のケガ等については応急処置の対応となります。</li><li>・社会情勢等により中止または内容が変更になる場合がございます。</li></ul>