令和８年度　サンスポートまつもと

★自由参加型事業★



水泳体験教室 in小谷



開催日	令和８年　11月21日（土）
時　間	１３：００～１４：３０
会　場	‘S’ウェルネスクラブ小谷（北安曇郡小谷村大字北小谷１７１７）
対　象	障がいのある方とそのご家族・介助者・関係者（小学生以上） ※小学生は保護者・介助者同伴
参加費	無料 ※プール利用料は各自でお支払いください。（障害者手帳提示で半額減免あり）
内　容	・プールの入水・退水方法、介助方法 ・水が苦手、不安な方の水慣れ ・歩行や体操などの水中運動指導 ・水中での身体の使い方や安全に活動するためのアドバイス ・水泳初心者への泳法や練習方法のアドバイス …など、スタッフにお気軽にご相談ください！

＜参加方法＞
- 自由参加型事業のため、事前の申込は不要です。
- 当日、プール受付にて入館料を支払いいただき、着替えを済ませてプールサイドにお越しください。
- ご希望の内容に応じて、サンスポートまつもとスタッフが水中運動や水泳の指導・サポート・アドバイスを行います。
  ※参加される方の人数や希望内容により、個別またはグループ指導で対応します。
- 途中参加や途中での退水も可能です。また、開催時間の前後もご利用いただけます。

＜備　考＞
- 本教室は、主催者側でスポーツ傷害保険には加入しておりません。必要な方は各自でご加入ください。
- 利用料の減免には障害者手帳の提示が必要ですので、希望される方はご持参ください。
- 介助が必要な方は、申請用紙の記入・提出で介助者１名まで無料となります。
- 服薬や基礎疾患等のある方、重複する身体障がいのある方については、体調や身体の状況によっては参加いただけないことがあります。



≪お問合せ・お申込み先≫
障がい者スポーツ支援センター松本　「サンスポートまつもと」
〒390-1702 松本市梓川梓２２８８番地３　松本市役所梓川支所内　２階
電話　０２６３－８８－６８２６　　FAX　０２６３－８８－６８３６
E-ﾒｰﾙ　sunmatsu@mx2.avis.ne.jp（ 担当　　矢﨑　・　井之下 ）