

# 平成31年4月 群馬県立ふれあいスポーツプラザカレンダー

TEL0270-62-9000 FAX0270-62-8867  
平成31年3月24日現在

	月	火	水	木	金	土
	1	2 ★ リハビリ相談 13:00~15:00 ★ 内科・障がい者 スポーツ医相談 15:30~	3	4	5	6 ★ アスリート教室(水泳) 7:00~9:00
7 ★ アーチェリー認定会 13:00~	8	9	10	11	12	13 ★ アスリート教室(水泳) 7:00~9:00
14 ★ アスリート教室(陸上) 15:00~17:00	15	16	17	18 ★ 精神相談 15:00~	19	20 ★ アスリート教室(水泳) 7:00~9:00
21	22	23	24	25	26	27 ★ アスリート教室(水泳) 7:00~9:00
28 ★ アスリート教室(陸上) 15:00~17:00	29	30	   			



定期送迎バス運行日

利用制限があります。  
\* 利用制限以外でも施設の団体予約状況により、  
利用できないことがあります。  
休館日です。

★：事前に申し込みが必要な事業です。  
○：当日申込でどなたでも参加できる事業です。



## 【定期送迎バス運行時刻表】

毎週水曜日・金曜日・日曜日に運行します。

行先	発車時刻						
	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
プラザ発	9:00	10:00	12:00	13:00	14:00	15:00	(16:00)
JR伊勢崎駅 (北口)	9:15	10:15	12:15	13:15	14:15	15:15	(16:15)
伊勢崎市 ふくしプラザ	9:20	10:20	12:20	13:20	14:20	15:20	(16:20)
プラザ着	9:40	10:40	12:40	13:40	14:40	15:40	(16:40)

※プラザ発16:00の便は、プラザから乗車する利用者がある時のみ運行します。

## 医事相談のお知らせ



プラザでは、障害者（児）や高齢者が、より安全に楽しく効果的にスポーツを継続し健康の維持増進が図れるよう相談事業を行っています。  
予定は中央廊下相談室前に掲示されます。  
**いずれも予約制です。是非ご利用ください。**



### 【内科・障がい者スポーツ医相談】

毎月1回（原則第1火曜日15:30～）  
高血圧や糖尿病などの相談の他、運動と合わせ食事指導や生活指導も行っています。また、障がい者スポーツ医の資格を生かし、安全にスポーツに取り組めるよう効果的な医学的助言を行います。

### 【リハビリ相談】

毎月1回、理学療法士が相談を受けます。  
相談者のレベルに応じたリハビリメニューのアドバイスを行っています。

### 【精神相談】

2ヶ月に1回（原則第3木曜日15:00～）、精神科医が相談を受けます。  
運動の取り組み方や生活面全般にわたるアドバイスを行います。

