

アクティビティインストラクター 資格認定セミナー

介護予防、要介護高齢者のQOLを高めるため、芸術・遊びなどの「アクティビティ・ケア」についての最新の基礎知識とスキルを学びます。(開催予定12月)



ボランティア養成講座

初めて手話を学ぶ人を対象とした「初心者手話教室」、手話を学習したことがある方を対象とした「手話学習者交流会」を開催しています。



ふれあいランド岩手

各種教室やイベントの開催を通じて年齢や障がいの有無にかかわらず
全ての方の相互交流が促進されるよう取り組んでいます

複数回開催でじっくり取り組める スポーツ教室

障がい児を対象とした「ふれあい水泳教室」、小学生対象の「わんぱく水泳教室」、未経験者向けの「アーチェリー教室」を定期開催しています。また、障がい・疾患・歩行困難などがある方を対象としたプールでの「リハビリ&水中歩行教室」も定期開催しています。



事前申込み不要で気軽に参加できる スポーツ教室

体育館では音楽に合わせ体を動かす「リズムダンス」、椅子を利用した運動「座リズム」、プールでは音楽に合わせて体を動かす「フレッシュアクア」、上達のポイントが学べる「水泳ワンポイントレッスン」を月に数回開催しています。事前申込み不要ですので、体調やご都合の良い時に合わせ気軽に参加してください。



サポートタイム

障がい児・障がい者・関節疾患にお悩みの高齢者を対象に当館スタッフが個別及びグループにて運動のサポートを行います。

●主なサポート内容

- 水中歩行
- 水泳（水慣れ～泳ぎ方）
- 水中リラクゼーション
- 卓球、テニスラリー
- 軽運動
- 健康相談など

こんな悩みはございませんか？

- ◆ケガや病気により医師から運動を勧められたが、何をしたらいいのかわからない。
- ◆プールを利用したいが、一人だと不安なので歩き方を教えて欲しい。
- ◆障がいを持つお子さんにプールの水慣れや泳ぎなどを行わせてみたい。
- ◆卓球やテニスのラリーの相手をして欲しい。
- ◆運動や健康相談をしたい。

受講料は施設使用料のみ、利用時間帯や回数に制限があります。スポーツ指導グループ(TEL:019-637-4469)にご相談ください。

文化教室

小学生を対象とした「子供ものづくり教室」、様々な年齢層と一緒に参加できる「ふれあいクッキング」「和菓子作り体験」「郷土料理教室」「ものづくり教室」「初心者のための園芸教室」「教養講座」などの教室を開催しています。



スポーツ指導の出前教室

県内の福祉関連施設・障がい者団体等へスポーツ指導員が出向いて指導を行っています。



ふれあいランド岩手

〒020-0831 岩手県盛岡市三本柳8-1-3

[総合受付] TEL:019-637-1000 [スポーツ受付] TEL:019-637-4469

[定休日] 水曜日・年末年始

[受付時間] 8:45~20:00 (祝日8:45~16:00)

[利用時間] 9:00~21:00 (祝日9:00~17:00)

[ホームページ] <https://www.fureailand.jp/> [SNS] Instagram、X、Facebook

