

令和8年度 早良フレンド主催教室一覧表（運動教室・文化教室）

R8.3.13時点

教室名		内容	対象者	定員	日時	市政だより	備考	
運動教室	リハビリ教室（スポーツ）	（共通）体操・トレーニング・ストレッチ 言語コミュニケーション （スポーツ）卓球・ポッチャなど （パソコン）講師と相談し内容を決定	頭部外傷や脳血管障害による 障がいのある方	15	第 1～4 木曜日 10：00 ～ 12：00	2月15日号	4月9日開講	
	リハビリ教室（パソコン）			5				
	股関節のためのアクティブストレッチ教室	股関節まわりを中心にトレーニングやストレッチ	股関節障がいのある方	20	第 1・3 火曜日 10：00 ～ 11：00		4月7日開講	
	いきいき運動教室	ストレッチや筋トレ・リズム体操など	障がいのある方	10	第 1・3 火曜日 11：15 ～ 12：15		4月7日開講	
	エンジョイスports教室	体力づくり・簡単なSports	18歳以上の障がいのある方	10	第 2・4 土曜日 10：00 ～ 11：00		5月9日開講	
	アクティブSports教室	Sports（バスケットボール・野球など）	18歳以上の障がいのある方	10	第 2・4 土曜日 11：30 ～ 12：30		5月9日開講	
	中高生運動教室	基礎体力づくり・集団Sports	障がいのある 中学生・高校生	10	第 1・3 土曜日 15：00 ～ 16：00		5月2日開講	
	チャレンジキッズ教室	Sports（ドッジボール・野球など）	特学級・通常級に通う 障がいのある小学生	12	第 1・2・3 水曜日 17：00 ～ 18：30		5月13日開講	
	新	早良フレンド★ピクセルボールクラブ	ピクセルボール	障がいのある中学生以上	8		第 4 水曜日 17：30 ～ 18：30	5月27日開講
		体づくり運動教室	鬼ごっこなど	障がいのある小学生	10		第 3 金曜日 17：00 ～ 18：00	5月15日開講
	リトミック教室（前半・後半）	音楽に合わせて身体を動かしながら、 協調性、身体能力の向上を図る	障がいのある小学生	各 10	第 1・3 日曜日 10：00 ～ 11：00 11：00 ～ 12：00	2月15日号 4月19日面談 5月17日リトミック		
	アスリートポッチャ教室	日本選手権大会・HAKATAPARABOCCIACUP等 大会出場を目指す	脳性麻痺者 同等の障がいのある方 <small>※福岡ポッチャ協会主催大会出場条件有</small>	10	第 1 日曜日 15：00 ～ 17：00	3月15日号 5月3日開講		
	おとうさん・おかあさんのためのヨガ教室	ヨガ	障がいのある方のご家族	10	第 4 火曜日 10：30 ～ 11：30	6月23日開講		
文化教室	就労のためのパソコン教室	タイピング練習 Word・Excel・簡単なチラシ作成等	高校生以上の 軽度知的障がいのある方 （療育手帳：B1・B2・無）	6	第 1・3 日曜日 10：00 ～ 12：00	3月15日号	5月17日開講	
	子どもパソコン教室（小学4～6年生） ※5月～9月	タイピングゲーム・ペイント 簡単なチラシ作成等	障がいのある 小学4・5・6年生	6	第 1・3 日曜日 12：30 ～ 13：30	5月17日開講 9月20日閉講		
	はじめての中高校生パソコン教室 ※10月～3月	タイピングゲーム・ペイント 簡単なチラシ作成等	障がいのある 中学生・高校生	6	第 1・3 日曜日 12：30 ～ 13：30	8月15日号 10月4日開講 R9年3月7日閉講		
	書道教室	書道（毛筆・硬筆）	障がいのある方	10	第 1・3 水曜日 13：00 ～ 15：00	5月20日開講		
	やさしいアート教室	自由画（自分の好きな絵を描こう）	障がいのある方	10	第 2・4 土曜日 14：00 ～ 16：00	5月9日開講		
	交流	折り紙教室	折り紙の基礎・創作	どなたでも可	10	第 1 水曜日 10：00 ～ 12：00	3月15日号 6月3日開講	
	新	絵画教室	絵画（水彩・色鉛筆など）	どなたでも可	10	第 2・4 水曜日 10：00 ～ 12：00	5月13日開講	
	はじめての手話教室	手話 手話コーラス（ももち福祉まつりへ参加）	どなたでも可	12	第 1 土曜日 10：30 ～ 12：00	6月6日開講		

【問い合わせ先】早良障がい者フレンドホーム（電話：847-2761/FAX：847-2763/メール：sawara-friend@fukuoka-ssc.or.jp）または来所にて

☆早良フレンド 広報媒体のご紹介☆

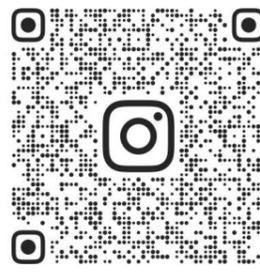
ホームページ



ホームページ（教室案内）



Instagram



@SAWARA_FRIENDHOME

福岡市政だより

情報BOXに掲載予定

早良フレンド



インターネットで「早良フレンド」と検索