

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

### 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。



### 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。



### 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。



### 文化教室

小学生を対象とした「子供ものづくり教室」、様々な年齢層が一緒に参加できる「ふれあいワッキング（料理教室）」、「ものづくり教室」、「陶芸教室」、「手話教室」、「教養講座」などの教室を開催しています。



教室やイベントについての詳細は、館内掲示、ホームページ、SNS等でお知らせしています。スポーツ教室の出前教室については、スポーツ指導グループ (Tel.019-637-4469) にご相談ください。

## // 法人やサークルなどの団体でも施設を利用できます //

### ●研修やオンライン会議に

催物の内容や規模に合わせた部屋をお選びください。オンライン会議などの利用も可能です。施設内レストランにてお弁当等の注文も承ります。



ふれあいホール  
スクリーン／プロジェクター／音響／  
Wi-Fi／有線LAN



研修室  
スクリーン／有線LAN(第3研修室)／  
音響(第1研修室)



会議室  
スクリーン／有線LAN

### ●余暇活動などの場として

余暇活動、サークル活動などにご利用ください。

音楽室（カラオケ設備あり）／創作室／陶芸室／調理実習室（車イス対応調理台）／教養室（和室）／  
体育館／陸上競技場／プール

事前に団体登録が必要です。福祉目的利用の場合や、利用者の半数以上が障がい者・高齢者の場合は、利用料が無料・減免となる場合があります。詳しくは、総合受付（Tel.019-637-1000）にお問い合わせください。

## // 家族や個人でのスポーツ施設の利用も可能です //

家族や友達同士、おひとりでも利用できます。  
自主トレや健康づくり、ストレス発散にご利用  
ください。



### 主なスポーツ施設の利用料金 (円)

区分	単位	児童・生徒・学生	一般
プール	1人1回	240	460
体育館	1人1回	60	110
トレーニングルーム	1人1時間	170	350
陸上競技場	1人1回	60	110
アーチェリー場	1人1時間	60	110
第1卓球室	1台1時間	170	350
テニスコート	1面1時間	520	1,050

体育館、陸上競技場は、団体貸切がない場合は個人で利用が可能です。障がい者・高齢者は、無料で利用できます。はじめての利用の際は、総合受付（Tel.019-637-1000）に身分証明証（保険証、運転免許証、障がい者手帳など）を提示の上、利用者利用証を作成してください。

## 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/> [S NS] Twitter、Instagram、Facebook

インターネット予約

