

令和8年度 個別相談【要予約】

～スポーツコンシェルジュ・理学療法士に相談できます～



運動について不安がある方、ご相談ください。障がいがある方もない方も相談できます。

運動をしたいけれど
自分に適している
教室がわからない



運動を始めたけれど
上手く身体を
動かせない



リハビリが終わった
けれど、ストレッチ
や筋トレを続けたい



2会場で実施します。ご希望の会場に、電話または受付窓口でお申込みください。

総合体育館

【住所】松本1-35-1
【電話】03-3653-7441
【相談時間】9時30分～



スポーツセンター

【住所】西葛西4-2-20
【電話】03-3675-3811
【相談時間】①9時～ ②10時～



	相談日	申込締切日
令和8年	4月23日(木)	4月18日(土)
	5月28日(木)	5月23日(土)
	6月25日(木)	6月20日(土)
	7月23日(木)	7月18日(土)
	8月27日(木)	8月22日(土)
	9月24日(木)	9月19日(土)
	10月22日(木)	10月17日(土)
	11月26日(木)	11月21日(土)
令和9年	12月24日(木)	12月19日(土)
	1月28日(木)	1月23日(土)
	2月25日(木)	2月20日(土)
	3月25日(木)	3月20日(土)

	相談日	申込締切日
令和8年	4月16日(木)	4月11日(土)
	5月21日(木)	5月16日(土)
	6月18日(木)	6月13日(土)
	7月16日(木)	7月11日(土)
	8月20日(木)	8月15日(土)
	9月17日(木)	9月12日(土)
	10月15日(木)	10月10日(土)
	11月19日(木)	11月14日(土)
	12月17日(木)	12月12日(土)
令和9年	1月21日(木)	1月16日(土)
	2月18日(木)	2月13日(土)
	3月18日(木)	3月13日(土)