

保健福祉センターだより

各保健福祉センターの問合せ・8月の休館日

◆小城保健福祉センター「桜楽館」	☎73・7117	8月14日(土)、15日(日)
◆三日月保健福祉センター「ゆめりあ」	☎73・9280	8月16日(月)、17日(火)
◆牛津保健福祉センター「アイル」	☎51・5515	8月10日(火)、11日(水)
◆芦刈保健福祉センター「ひまわり」	☎66・5566	8月28日(土)、29日(日)

牛津保健福祉センター「アイル」 ☎51・5515

先着15名様！ 身体のゆがみ測定会

体のゆがみを測定します！

8月22日(日) 10時～16時

※高校生以上が対象です。

測定料：1,500円 ※結果説明込み。

ご不明な点は
アイルまでお問い合わせ
合わせください



夏休み
限定!!

2021年度 小学生対象

「短期水泳教室」

生徒募集!

水慣れからクロールで泳げるようになることを目標とした教室です。



8月2日(月)～6日(金)

9時～10時(連続5日間!)

※6日(金)に参加できない人は、ご相談ください。

定員：先着30人(定員になり次第終了)

※詳細はアイルにお問い合わせください。

「回数券・プリペイドカード」販売会のお知らせ

8月12日(木)から22日(日)まで開催します!

上記期間に購入すると「サービス券」2枚をプレゼント!!

10,400円の回数券
10,000円のプリペイドカード
限定の販売となります。

※密回避のため日程は長めになっております。
※詳細はアイルにお問い合わせください。

三日月保健福祉センター「ゆめりあ」 ☎73・9280

暑い夏こそ、 ゆめりあのトレーニング室で 安全・快適に運動しよう!

12種類の筋力運動マシンと
6種類の有酸素運動マシンに加え、
フリーウエイトコーナーや

ラウンドフィットネスコーナーがあり、
さまざまな年齢の人が、それぞれの
目的に合わせて運動ができます!



また、指導員が常駐していますので、
初めての人でも安心して運動できます!

見学随時
OK!

詳しくはお電話ください

ゆがみを知って、改善しよう!

身体のゆがみ測定会

骨格の歪みが数値で分かる!
筋肉の状態が色で分かる!!
だから、改善できる!!!!

所要時間 20分程度

測定+改善運動 = 1,500円

8月23日(月) 10時～16時

要予約

毎月第4月曜日に開催しています

※上記内容は、新型コロナウイルス感染症対策により、変更・中止となる場合があります。最新の情報は、ホームページでご確認ください。