

各保健福祉センターの問合せ・11月の休館日

◆小城保健福祉センター「桜楽館」	☎73-7117	11月12日(土)、13日(日)
◆三日月保健福祉センター「ゆめりあ」	☎73-9280	11月21日(月)、22日(火)
◆牛津保健福祉センター「アイル」	☎51-5515	11月14日(月)、15日(火)
◆芦刈保健福祉センター「ひまわり」	☎66-5566	11月26日(土)、27日(日)

保健福祉  
センターだより

小城保健福祉センター「桜楽館」

食堂 四季の詩『円』

- \*豊富なメニュー!  
(7種類の定食・17種類の麺類)
  - \*だしはすべて自家製です!
  - \*ボリューム満点! しかも低料金!
- 【営業時間】 11時~14時 ☎73-7117



牛津保健福祉センター「アイル」

10月23日(日)アイル『健康フェスタ!!』

フリーマーケット・体験コーナー・講演会  
ステージイベント・抽選会など盛りだくさんです

第16回 スポーツの秋!!  
アイル杯  
グラウンドゴルフ大会

【日時】 11月1日(火)  
集合...8:30  
スタート...9:00

※詳しい内容、参加申込み、参加費等はアイルにお問合せください。チームでも個人でも申込み可能です。

アイル『花いっぱい運動』  
11月ごろ、アイル東側の花園に「ひまわり」がたくさん咲きますよ!!  
秋のひまわりを見て温泉でゆっくりお過ごしください。

おたのしみ劇場

【日時】 11月27日(日)  
14:00~15:30

入場料  
無料

日本舞踊やカラオケの披露です♪お楽しみに!!

三日月保健福祉センター「ゆめりあ」

ゆめりあ教室案内



	月	火	水	木	金	土
10:30~11:30 簡単ステップ	10:30~11:30 コアシェイプエアロ	10:30~11:30 エアロ中級	10:30~11:30 ZUMBA	10:30~11:00 ボールフィットネス	10:30~11:30 初心者ヨガ	
11:45~12:15 簡単エアロ						
	19:30~20:30 ZUMBA	19:30~20:15 ダンベルビート	19:30~20:30 ボクサdeシェイプ	19:30~20:15 Let'sサーキット		

※教室参加には、トレーニング室利用料¥300が必要です。

スポーツの秋  
『ゆめりあ』で汗を流しませんか?