

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10日(土)、11日(日)
◆三日月保健福祉センター「ゆめりあ」	☎73・9280	8月19日(月)、20日(火)
◆牛津保健福祉センター「アイル」	☎51・5515	8月5日(月)のみ
◆芦刈保健福祉センター「ひまわり」	☎66・5566	8月24日(土)、25日(日)

牛津保健福祉センター「アイル」

夏休み短期水泳教室

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19日(月)～23日(金)

(連続5日間)

時間 9:00～10:00

※詳しくは
アイルに
お問合せ
ください

対象者
小学生



第34回 アイル杯 グラウンドゴルフ大会

日時 8月20日(火)

受け付け…8:30
スタート…9:00

初心者大歓迎!!

健康づくりに参加しませんか?

※詳しい内容、参加申込み等はアイル
にお問合せください



フィットネスフラ教室

毎週火曜日 13:00～14:00
(アイル休館日は休講です)

ウエストのくびれや、下半身の強化運動を目的に
ゆっくりとしたエクササイズを行います

心身ともに美しくなろう!!

テコンドー教室

毎週日曜日 19:00～20:00

対象:小学1年生～成人(年齢制限なし)



カラオケ発表会!!

日時 8月25日(日)

- ・12:00スタート
- ・募集人数 30名

出場者
募集

アイルのステージで
歌いましょう!!



生け花教室

※7月29日(月)13:00～15:00

夏休み親子生け花教室(1名¥500)

毎月第2第4金曜日 14:00～16:00

参加者募集中!!



アイル花いっぱい運動

今年も咲きます!!

8月種まき 9月中旬ひまわり開花

ひまわりまつり開催します!!



三日月保健福祉センター「ゆめりあ」

期間 / 7月29日～11月25日

曜日 / 月曜日

回数 / 全10回

時間 / 19:30～20:30

費用 / 7,500円



ホームヨーガ

期日 / 8月6日～11月12日

曜日 / 火曜日

回数 / 全10回

時間 / 11:30～12:30

費用 / 7,500円



フィットネスフラ

健康的にやせる教室

期間・曜日 / 8月8日～11月21日(木曜日)

時間 / 13:30～15:30 ※回数 / 全15回

費用 / 9,000円

ゆめりあで
楽しく体を
動かそう!

