

保健福祉センターだより

各保健福祉センターの問合せ・7月の休館日

◆小城保健福祉センター「桜楽館」	☎73・7117	7月12日(土)、13日(日)
◆三日月保健福祉センター「ゆめりあ」	☎73・9280	7月22日(火)、23日(水)
◆牛津保健福祉センター「アイル」	☎51・5515	7月14日(月)、15日(火)
◆芦刈保健福祉センター「ひまわり」	☎66・5566	7月26日(土)、27日(日)

牛津保健福祉センター「アイル」 ☎51・5515

夏休み アイル 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

対象者
小学生

- ① 7月28日(月)～8月1日(金)
- ② 8月18日(月)～8月22日(金)

時間 9時～10時

(各連続5日間の教室です)



※詳しい内容や参加申し込み、参加費などはアイルにお問い合わせください。



～アイル 7月のイベント～

7月23日(水) グラウンドゴルフ大会



集合…8時30分 スタート…9時
個人でもグループでも
参加できますよ

※申し込み、参加費などはアイルにお問い合わせください

7月26日(土) ふろの日



毎月26日は、無料券をプレゼント!!

温泉&プールで心も体もリフレッシュ♪
雨の日はプールで運動しましょう(^o^)/
無料レッスンも開催中です!!

7月27日(日) おたのしみ劇場



時間 13時～14時30分

ボランティア団体「桃太郎」の日本舞踊、
カラオケをお楽しみください(入場無料)

三日月保健福祉センター「ゆめりあ」 ☎73・9280

苦手克服!! 子ども体操教室

日程：7月25日、28日
8月1日、4日、8日、11日、19日、
22日、25日、29日

時間：14時～15時

費用：7,500円(全10回)

対象：マット運動、とび箱、
などを苦手とする小学生

夏の間に苦手を克服しよう♪



ボディケア体験会

7月19日(土)・20日(日)

時間：10時30分～17時

予約制

定員：各回5人

所要時間：1時間

費用：200円

①
血管年齢
ストレス度
チェック

②
不調改善
運動

まずは、状態の確認
血管は年相応?
疲れはたまっていない??

運動ですっきり爽快!!

◆トレーニング2時間◆ 300円(高校生以上)、100円(65歳以上)