

保健福祉センターだより

各保健福祉センターの問合せ・12月と年末・年始の休館日

◆小城保健福祉センター「桜楽館」	☎73・7117	12月10日(土)、11日(日) / 12月29日(木) ~ 1月4日(水)
◆三日月保健福祉センター「ゆめりあ」	☎73・9280	12月19日(月)、20日(火) / 12月29日(木) ~ 1月1日(祝)
◆牛津保健福祉センター「アイル」	☎51・5515	12月12日(月)、13日(火) / 12月29日(木) ~ 1月1日(祝)
◆芦刈保健福祉センター「ひまわり」	☎66・5566	12月24日(土)、25日(日) / 12月29日(木) ~ 1月4日(水)

牛津保健福祉センター「アイル」 ☎51・5515



アイル DE クリスマスパーティ

日時 **12月11日** 日 10時～15時30分

- ★津の里楽団 (楽器演奏)
- ★牛津ルーテルこども園 園児による発表
- ★ダンスチーム発表会など
- ★牛津高校 (音楽部) ハンドベル&聖歌
- ★牛津高校 演劇発表
- ★クリスマスキャンドル作り体験 (当日随時参加できます)



12月4日(日)



カラオケ発表会

12時～15時

出場者40人

12月26日(月)



今年最後の「ふろの日」

毎月26日は、**無料券**をプレゼント!!

寒い季節は天然温泉でぽっかぽか～

※ふろの日は、混雑が予想されます。あらかじめご了承ください。

※各イベントの詳細な内容、申し込みなど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

寒くなって、部屋の中にこもりがちになっていませんか？
運動不足は、体力・筋力の衰えだけでなく、思わぬけがや生活習慣を引き起す要因になります。

ゆめりあで運動しませんか？
自分にあった教室、運動方法を見つけて、運動習慣を身につけましょう。



各種情報
掲載中



冬休み

(※教室生募集中)

きッズ体験教室

期日 / 12月26・27・28日

時間 / 11時30分～12時30分

- ★第1回★ 簡単 年賀状作成
- ★第2回★ 簡単 むかし遊び
- ★第3回★ 簡単 おせち作り



参加費
(3回分)
500円

シンコースポーツオリジナルプログラム

生活筋力向上®

ゆっくりプログラム

ゆめりあのトレーニング室には、トレーニングスタッフが常駐しています。運動される人へ、より安全・安心して利用いただけるようサポートしていきます。

運動をする際にご不明な点はスタッフへ遠慮なくご相談ください。

