

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月の休館日

◆小城保健福祉センター「桜楽館」	☎73・7117	12月8日(土)、9日(日) / 12月29日(土) ~ 1月4日(金)
◆三日月保健福祉センター「ゆめりあ」	☎73・9280	12月17日(月)、18日(火) / 12月29日(土) ~ 1月1日(祝)
◆牛津保健福祉センター「アイル」	☎51・5515	12月10日(月)、11日(火) / 12月29日(土) ~ 1月1日(祝)
◆芦刈保健福祉センター「ひまわり」	☎66・5566	12月22日(土)、23日(祝) / 12月29日(土) ~ 1月4日(金)

牛津保健福祉センター「アイル」 ☎51・5515

★ヨガに参加しませんか?

12月3日(月)・17日(月)

夜★トレ 月替わりレッスン
《12月はヨガです》

時間：19時15分～20時15分(60分)

受講料：500円

当日予約制

ヨガマットレンタル先着15人

講師：小松インストラクター

深い呼吸で心と体をほぐします。
ヨガが初めての人にもおすすめです。

ヨガマットをお持ちの人は
持参ください。



12月9日(日)

カラオケ発表会

時間：12時～15時

出場者：40人

入場料無料です!! ご声援、拍手をお願いします♪



12月26日(水)

今年最後の「ふろの日」

毎月26日は、有料入場者に
温泉・プールの「無料券」をプレゼント♪
心も体もぽっかぽかです!!!

※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。



三日月保健福祉センター「ゆめりあ」 ☎73・9280

★冬休みきつず教室★

『年賀はがきづくり』

12月25日(火)

『年越しそばづくり』

12月26日(水)

『たこづくり』

12月27日(木)

参加者大募集!!

時間 / 10時30分～12時

場所 / 研修室、調理実習室、
相談・応接室

対象者 / 小学生とその保護者
参加費 / 各800円

★ピーク・ア・ボディ測定会★



開催日 / 2月11日(月・祝)

時間 / 10時～21時

対象者 / 高校生以上

測定料金 / 1,500円

(税込・結果説明込)

定員 / 先着40人

結果説明時間 / 1人15分程度

毎月10日は、

変わり風呂の日

いつもと違う雰囲気をお楽しみください♪(時間無制限)



毎月26日は、

ふろの日

誰でも100円で、人工ラジウム泉に入れます♪(時間無制限)

※小学生未満無料 ※小学2年生までは保護者同伴
※入れ墨・タトゥーがある人の入浴および飲酒後の
入浴は、お断りします。



左記QRコードからゆめりあの
情報を確認できます♪
(ゆめりあホームページ)

※申し込み・問い合わせはゆめりあまで