

保健福祉センターだより

各保健福祉センターの問合せ・2月の休館日

◆小城保健福祉センター「桜楽館」	☎73・7117	2月9日(土)、10日(日)
◆三日月保健福祉センター「ゆめりあ」	☎73・9280	2月18日(月)、19日(火)
◆牛津保健福祉センター「アイル」	☎51・5515	2月12日(火)、13日(水)
◆芦刈保健福祉センター「ひまわり」	☎66・5566	2月23日(土)、24日(日)

牛津保健福祉センター「アイル」 ☎51・5515



今年も癒しと健康づくりに
アイルをご活用ください!!

天然温泉&プール

泉質が自慢のかけ流し天然温泉
(サウナ完備)



【利用料金】
 高校生以上…500円
 小・中学生…250円
 3歳以上児…100円
 3歳未満児…無料
 ※小学2年生以下は
 保護者同伴です

トレーニングルーム



【利用料金】
 ・1回(2時間以内) ……300円
 ・トレーニングルームと
 温泉・プールのセット券…600円
 ※高校生以上から使用できます



※運動できる服装と室内シューズをご持参ください

アイル イベント

2月3日(日) アイルカラオケ発表会



【時間】 12時～15時
 歌って健康!!
 出場者: 40人

2月26日(火) アイル「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!!
 26日は混雑が予想されます。あらかじめご了承ください。



3月5日(火) 第73回 アイル杯 グラウンドゴルフ大会



個人でもグループでも参加できます
 集合…8時30分 スタート…9時
 ※参加申し込み、参加費などは
 アイルに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

★トレーニング室の紹介★



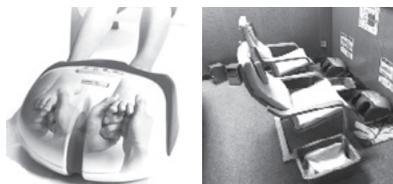
ゆめりあでは、運動
 初心者でも安心して
 トレーニングできる
 よう常時スタッフが
 駐在しています♪

個別にトレーニングプログラムを無料で提供♪
 “あなた”に合ったプログラムを作りませんか??
 運動の種類や種目を正しい方法で実践して
 楽しく、快適に運動ができるようサポートします♪



2月のイチ押しマシン♪
 「ラポードNEXT」昨年
 の12月に導入!!
 新しい機械で楽しく
 運動しましょう♪

★リラクゼーション室の紹介★



「世界で唯一のフットマッサージ」が
 ゆめりあのリラクゼーション室に
 あることをご存じですか??

さくらマラソンに出場される人必見!
 1日たった14分のフットマッサージで
 足の疲れを改善しませんか?
 期間限定でソーチ回数券を販売!
 詳しくは、ゆめりあまで問い合わせください♪



毎月10日は、変わり風呂♪
 2月10日(日)実施!!
レモン風呂
効能 美肌効果、リフレッシュ効果
 疲労回復、デオドラント効果など

毎月26日は、
ふろ 26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)