

保健福祉センターだより

各保健福祉センターの問合せ・10月の休館日

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

牛津保健福祉センター「アイル」 ☎51・5515

aile mini marche アイルミニマルシェ 開催します!!

10月15日(土)・16日(日)
10時～16時

趣味や特技を生かした手づくりの
小物やアクセサリ、雑貨の
販売などの出店がありますよ♪

3年ぶりのマルシェ!
約20店舗のカワイイお店が
並びます!お楽しみに♪

第86回アイル杯 グラウンドゴルフ大会

11月8日(火)

受付: 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
事前申し込みが必要です
※予定は変更となる場合があります

お花の苗を植えよう♪

10月13日(木)

時間: 11時～12時

ボランティアを
募集しています

三日月保健福祉センター「ゆめりあ」 ☎73・9280

慢性的なその症状に...

身体のゆがみ測定会

測定 + 改善運動 = 1,500円

所要時間 30分程度



骨格の歪みや筋肉の状態を見て、
症状の原因を探し出し、
改善運動を提案します。

要
予
約

9月28日(水) 10時～16時

10月22日(土) 10時～16時

教室会員 募集中

無料体験、随時受け付けています。
お気軽にお問い合わせください。

水曜日・木曜日

きッズチア
A・B

〈時間〉18時～19時
〈対象〉①年少～小学2年生
②小学3年生～6年生

月曜日

リラックス
ヨガ

〈時間〉20時15分～
21時15分
〈対象〉高校生以上

火曜日

かんたん骨盤
底筋ヨガ

〈時間〉11時30分～
12時45分
〈対象〉高校生以上

水曜日

ピラティス

〈時間〉11時30分～
12時30分
〈対象〉高校生以上

木曜日

バレエ
ストレッチ

〈時間〉11時30分～
12時45分
〈対象〉高校生以上

土曜日

リフレッシュ
ヨガ

〈時間〉20時15分～
21時15分
〈対象〉高校生以上

金曜日

きッズ
ダンス

〈時間〉19時～20時
〈対象〉小・中学生

※上記内容は、新型コロナウイルス感染症対策により、変更・中止となる
場合があります。最新の情報は、ホームページでご確認ください。