

アイルだより



アイルでお花植えと芋ほいをしたよ!!

1
2
3(土・祝) 文化の日
4(日)



きれいな
お花が
咲きますように

毎週土曜日
11:00~
キッチンカー
ちゅうりっぷ号が
くるよ

軽食販売します

第72回 アイル杯グラウンドゴルフ大会

11月6日(火) 集合...8:30 スタート...9:00 出場者募集中!!

12(月) 休館日
13(火) 休館日

小城市主催：おぎARKウォーキング・サッカー教室同時開催(場所：牛津総合公園)

アイル「健康フェスタ」開催します

11月18日(日)

10:00~16:00

健康相談コーナー



佐賀県看護協会の健康相談です



生け花展

アイル生け花教室の
生徒さんによる花展です

フリーマーケット(8区画)

手づくりマルシェ(12区画)

イベントレッスン

●ひめトレ 13:30~14:45
●ヨガ 14:30~15:15

1歳2か月までの
お子様が対象

「ハイバイレース」出場者大募集!!

1レッスン...300円 ※詳しい内容、ご予約は事務室へお問合せください

体力測定コーナー

《無料測定》

●握力 ●上体起こし ●片足立ち他
自分の筋力・柔軟性を確認しよう



14
15
16
17(土)
18(日) フェスタ
19
20
21
22
23(金・祝)
24(土)
25(日)
26(月) しろの日

27 しろの日は
混雑が予想されます
予めご了承ください



今年最後のカラオケ発表会!!

出場者40名 12月9日(日) 12:00~15:00



アイルで健康!!
ご参加お待ちしております!!

スイミングスクールのご案内

カラダで感じてみよう

泳ぐドキドキ できたワクワク!



はじめは水が怖くても泳げなくても大丈夫!!
水に親しむことから楽しく泳げるようになるまでスタッフ一同丁寧に指導いたします
曜日や時間などはお気軽にお問合せください

無料
チャレンジ後の入会で
入会金 0円

秋のスイミング1回無料チャレンジ開催!!

水泳のいいところは、泳ぎだけではなく「自信、礼儀、思いやりの心」など総合的な人間力を身につけられること
体に負担が少ないので成長期のお子様大変おすすめです



★成人対象のスクールもあります

レディースコース：18歳以上の女性
毎週木曜日 11:00~12:00

ナイトコース：18歳以上の男性、女性
毎週木曜日 19:00~20:00

体力づくり、健康維持におすすめです!!

詳しいお問合せは
アイルフロント又はお電話にて

リョーユースイミングスクール
(直通) TEL0952-51-5062

アイルのスタジオレッスンに参加しよう!!

毎週月曜日 夜☆トシ

《時間》19:15~20:15 (60分)

11月は太極舞です

心身をバランスよく鍛える太極拳と民族舞踊をベースに、さまざまな要素を取り入れ、音楽に合わせて体を動かします
参加費：500円 ※当日予約制
(スタジオレッスンのチケットを購入してください)



※12月は「ヨガ」を予定しています ☆講師…小松インストラクター

紅茶の世界

茶葉の違いや淹れ方を体験してステキなティータイムを過ごしてみませんか?

12月15日(土)
10:30~12:30

お気に入りのティーカップをご持参ください

定員 15名
場 所：調理実習室
参加費：1,600円
(お茶菓子、茶葉持ち帰り有り)

申込み先
事務局 (TEL51-5515)

☆小城市牛津保健福祉センター「アイル」☆

指定管理者 シンコーススポーツ九州株式会社
大成有楽不動産株式会社 共同事業体

お問合せ先

〒849-0306 小城市牛津町勝1221-1 ●ホームページ <http://ssk-ushidu.com>
tel 0952-51-5515 fax 0952-66-5455 ●メールアドレス ushidu@shinko-sports.com

利用料金

温泉・プール	トレーニングルーム
高校生以上・・・500円	高校生以上 2時間以内・・・300円
小・中学生・・・250円	トレーニングルーム+温泉・プール
3歳以上・・・100円	
3歳未満・・・無料	
	高校生以上 セット料金・・・600円

休館日

11月12日(月)・13日(火)
12月10日(月)・11日(火)
(年末年始 12/29~1/1)

開館時間

10:00~21:30 (最終受付21:00)

ポイントカード 特典

● 毎月11日・22日
ご夫婦・カップルで
ご利用の方
プラス1ポイント

勤務感謝の日
アイルで
疲れを癒して
リフレッシュ!!

11月23日
(金・祝日)

温泉&プール
トレーニング
2ポイントの日

● お誕生日
「1ポイント」プレゼント
お誕生日当日にご利用の方



月曜日	温泉&プール	2ポイント
火曜日	トレーニング	2ポイント
水曜日	60歳以上	2ポイント
木曜日	温泉&プール	2ポイント
金曜日	トレーニング	2ポイント

30ポイント
達成でお得な
サービス

- 温泉・プール
- トレーニングルーム
- スタジオレッスンのいずれか



1回無料

アイル「ふろの日」



毎月26日は、有料入浴者に
無料券を配布します

(※サービス券・無料券ではお渡ししておりません)

当日、券売機で購入した利用券、または
回数券で入浴されたお客様限定です



弁当・惣菜・季節のお野菜
くだもの販売しています

お弁当・お惣菜は
毎日11時前後に入荷予定です 場所：事務室前

※お弁当は数に限りがあります
団体でお越しの際は事前に
ご予約お願いいたします



アイル事務室
0952-51-5515



元気な子ども達「であいの広場」で あそびましょう!!



育児サークル

☆ハンダさん(2歳~4歳)

11月21日(水) 運動あそび

11月28日(水) 新聞であそぼう

☆リスさん(2歳~4歳)

11月8日(木) 公園であそぼう

11月30日(金) 親子ダンス



親子ふれあいサロン

☆うさぎさん(1歳~2歳)

11月15日(木) おやつ作り

11月22日(木) スタンプあそび

☆ひよこさん(0歳~1歳)

時間：10:30~11:30

11月 7日(水) 運動あそび

11月20日(火) 離乳食作り

11月9日(金)
バスでおでかけ
(消防署見学)
10時45分集合
先着15組
事前予約を
お願いします

※上記内容は変更することもあります
場所：母子保健室 時間：11:00~11:45

遊びにおいでよ

コアラ広場

11月 2日(金) (足湯に入ろう)

11月 9日(金) (バスでおでかけ)

11月16日(金) (団子汁づくり)

11:00~11:45

対象 乳幼児と保護者



絵本の読み聞かせ ぽっかぽかルーム

11月...27日(火)

12月...25日(火)

11:00~11:45

対象 乳幼児と保護者



問合せ先
アイル保育士
火~金曜日
10:00~16:00
TEL51-5515



幼児・児童
ふれあいコーナー

絵本やぬいぐるみ
おもちゃがあるよ
遊びに来てね!



※遊んだ後は...
お片づけをして帰りましょう

THE SHINKO!!!

アイルを盛り上げるため
日々がんばっているスタッフです!!

特別編 こども達が大好きな先生です

名前

たけどみ あきこ
武富 晃子
(育児サークル担当)

趣味

美味しいものの
情報収集

休日の過ごし方

カフェ巡り

アイルの育児サークル

子育て中のお母さんと
こども達が楽しく
遊べる広場です

お母さん同士の情報
交換や仲間づくりの
場として、気軽に
遊びにきてください

名前

まつもと ちかこ
松本 千佳子
(育児サークル担当)

趣味

手芸、パッチワーク

休日の過ごし方

マルシェ、ランチ巡り



レッスンプログラム



スタジオ



運動できる服装と
シューズ持参

★有料教室以外のレッスンに参加したい方は
トレーニングルーム または浴室・プールの利用券が必要です
★高校生以上の方はどなたでも自由に参加できます

月	火	水	木	金	土	日
THE☆ エクササイズ 11:30~12:15	有料 リラックスヨガ 11:15~12:15	スマイル エアロ 11:30~12:15	有料 1レッスン 500円です	かんたん 筋力運動 11:15~12:00	有料 漢方マッサージと 太極拳 10:30~11:30	有料 アロマヨガ 11月…休講 12月2日(日) 16日(日) 11:00~12:00 (事前予約)
	体幹 トレーニング 14:30~15:15		有料 ヨガ& ピラティス 14:15~15:30		有料 リフレッシュ ヨガ 14:10~15:10	
有料 夜☆トレ 19:15~20:15	太極舞	ステップ! ステップ! 19:15~20:00	※レッスンの×表を配布しております 確認してご参加ください ※祝日はレッスン休講です		有料 ZUMBA 15:30~16:30	

★ヨガ・ステップ!ステップ!・太極拳は当日予約制です (定員15名 温泉プールのフロントにて受付)

★レッスンは都合により内容を変更したり中止になることがあります ご了承ください



プール

水着とキャップ
が必要です

レッスンを楽しく
体を動かしましょう

月	火	水	木	金	土 日
スマイル アクア 11:30~12:00	はじめての 水泳 11:30~12:15	ダンベル アクア 11:30~12:00	レッスンは高校生以上から参加できます!!		
			かんたん 水中運動 12:15~12:45	クロール& 背泳ぎ 13:00~13:45	
がんばる スイム 13:15~14:15	プールレッスンは自由参加です!! 祝日はレッスン休講です			平泳ぎ& バタフライ 13:55~14:40	アイルのプールは 温水プールです
はりきり アクア 14:30~15:15		はりきり アクア 14:30~15:15		スマイル アクア 14:45~15:15	季節を問わず 一年中 ご利用できます