

アイルだより

2018年
5月号
No167

5月 ゴールデンウィークは アイルで遊ぼう!!

- 1
- 2
- 3 (木) 憲法記念日
- 4 (金) みどりの日
- 5 (土) こどもの日
- 6 (日)
- 7
- 8
- 9



お願い
プール・温泉は
小学2年生以下は
保護者同伴で
ご入場をお願い
いたします



プール場内は
水着、キャップ着用です
(販売、レンタル有)
浮き輪の持込は不可です

☆アロマヨガ☆

5月 6日(日)
5月20日(日)
11:00~12:00

好評!!
予約
受付中

参加費：500円

定員：35名

※マット貸出しは先着15名

動きやすい服装で
お越しください



第70回 アイル杯グラウンドゴルフ大会

5月 8日(火)

8:30集合 9:00スタート

健康づくりにぜひご参加ください

個人でも
グループでも
参加できます
(※要予約)

14 (月) 休館日

15 (火) 休館日



5月17日(木)11:00~12:00

- 16
- 17
- 18
- 19 (土)
- 20 (日)
- 21
- 22
- 23
- 24
- 25

5/13(日) 母の日です

感謝の気持ちを込めて
アイルの温泉入浴券を
プレゼントしませんか?



ゴーヤと 花の苗を植えます

今年も節電の
夏に向けて
「みどりのカーテン」
作りますよ~
ボランティアさん
募集中!!

26 (土) ぶろの日

27 (日) 毎月26日は
温泉・プールの
無料券を配布
しています

夏休み「短期水泳教室」受講生募集!!

①7月23日(月)~7月27日(金) ※各連続5日間の教室です

②7月30日(月)~8月 3日(金)

【時間】9:00~10:00 【対象】小学生

詳しくはアイルに
お問合せください



5/16から
申込み開始

👑 アイルおすすめレッスン!!

本格的な夏に向けて運動をはじめませんか？



プールレッスン

ダンベルアクア

毎週水曜日

11:30~12:00

水中でダンベルを使って
体を動かします

水ので負担が少なく
運動できます



※予約は不要です
開始時間までにプールに
お越しください
※プールのご利用は
水着とキャップが必要です



スタジオレッスン

ステップ!ステップ!

毎週水曜日

19:15~20:00

定員
15名
当日予約

お仕事後に、ストレス発散!リフレッシュしませんか?
初心者の方から慣れた方まで楽しめる
ステップ台を使った運動です!!

サービズレッスン

温泉・プールまたはジムの
チケットを購入した方は
自由に参加できます



※運動できる服装と室内用シューズ、タオル
水分補給用の飲み物をご持参ください

スイミングスクールのご案内

無料体験随時受付中!!



園児から成人の方まで参加できます
プールスタッフが丁寧に指導いたします

スイミング問合せ先
TEL0952-51-5062

☆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

高校生以上・・・500円
小・中学生・・・250円
3歳以上・・・100円
3歳未満・・・無料

トレーニングルーム

高校生以上 2時間以内・・・300円

トレーニングルーム+温泉・プール

高校生以上 セット料金・・・600円

休館日

5月14日(月)・15日(火)

6月11日(月)・12日(火)

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

GW
アイルで
遊ぼう

5/3(祝・木)~
5(祝・土)

- 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



(温泉・プール・ジム)

2ポイントです!!

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いません)

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
ご予約をお願いいたします



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

☆パンダさん(2歳~4歳)



5月 9日(水) 親子ダンス

5月23日(水) 公園であそぼう

☆リスさん(2歳~4歳)



5月 10日(木) 公園であそぼう

5月24日(木) 花苗、芋苗植え



親子ふれあひサロン

☆うさぎさん(1歳~2歳)



5月17日(木) マリアフレッシュ親子ヨガ

5月31日(木) 公園であそぼう

☆ひよこさん(0歳~1歳)



時間：10:30~11:30

5月 1日(火) 公園へおさんぽ

5月22日(火) おはなし会

5月11日(金)
森林公園へ
バスでおでかけ

10:45出発

※事前予約をお願いします

先着15組

※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

5月 11日(金) (バスでおでかけ)

5月16日(水) (ごっこあそび)

5月25日(金) (ごっこあそび)

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

5月...29日(火)

6月...28日(木)

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
ふれあひコーナー

絵本やぬいぐるみ
おもちゃがあるよ
遊びにきてね!



※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!!



よろしくお願いします



名前

うちやま まいに
内山 麻衣子
(トレーニングルーム&
スタジオレッスン担当)

スポーツ暦

バレーボール
現在、ママさんバレー
継続中

毎週水曜日
11:30~12:15
スマイルエアロを
担当しています
楽しく笑顔で一緒に
汗を流しましょう!!!



サプリも販売中!!

名前

うしお えりこ
潮 江里子
(トレーニングルーム担当)

スポーツ暦

バレーボール

休日の過ごし方 雑貨店巡り・映画鑑賞・断捨離



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 5月 6日(日) 20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 ZUMBA 19:30~20:30		ステップ! ステップ! 19:15~20:00	※レッスンO×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