

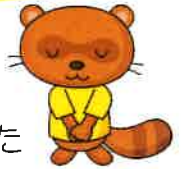
アイルだより

2月

ありがとう！
200号！

回数券&プリペイドカードの 販売会を開催します！

皆さまから『販売会をしてほしい！』
とのお声を多数いただき開催することとなりました



新型コロナ対策の関係で開催するにあたり注意事項があります

【注意事項】

- 購入は1回につき3セットまでです
 - 回数券(10,400円)、プリペイドカード(10,000円)を購入の方を対象にプレゼント券2枚を追加、抽選会への参加ができます
 - 密を防ぐため販売会の期間は2月10日(水)～23日(火)までの2週間です
 - プレゼント券の使用期限は令和3年4月30日(金)までです
- ※返金・換金はできませんので予めご了承ください



- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6 (土)
- 7 (日)
- 8 (月) 休館日
- 9 (火) 休館日

“プールで運動したいな…”

と考えているみなさんへ

冬にからだを動かすなら

アイルの 温水プール!

温かい水の中で運動をすることができますよ♪

※館内にて新型コロナウイルス感染症
対策を行っております。
ご協力をお願いいたします



プールのあとは
温泉でまったり♪



温泉スタンドにて 温泉水を販売中!



専用メダルは
館内の券売機で
販売しています

20L100円です
※ポリ容器を
持参ください



- 10
- 11 (木・祝)
- 12
- 13 (土)
- 14 (日)
- 15
- 16
- 17
- 18
- 19
- 20 (土)
- 21 (日)
- 22
- 23 (火・祝)
- 24
- 25
- 26
- 27 (土)
- 28 (日)

《緊急事態宣言の対象地域》

東京都、神奈川県、埼玉県、千葉県、
大阪府、京都府、兵庫県、愛知県、
岐阜県、栃木県、福岡県(11都道府県)
にお住まいのお客さまのご利用を
制限させていただいております。
利用制限期間は2月7日(日)までです
※今後の状況により変更する場合があります

3月16日(火)に開催を予定
しておりましたグラウンドゴルフ
大会は新型コロナウイルス感染症
拡大防止のため中止といたします



ポイントカード

特典

ポイントカード利用者
制限の緩和について

2月1日(月)より

これまで、個人1枚での
利用としておりましたが
ご家族様で利用できる
ようになりました。

温泉でゆっつらあ〜っと
してくださいね〜!



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

2ポイントの日

2月	温泉・プール	火曜日
	トレーニング	土曜日

「ふるの日」について



毎月26日は、有料入浴者に
無料券を配布しておりましたが

新型コロナウイルス感染症拡大防止
《密回避》のため、中止をさせていただきます



弁当・回転焼・季節のお野菜
くだもの販売しています

弁当は《月~土》
回転焼は《毎日》
11時頃に入荷予定です

場所：事務室前

※数名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!!



コアラ広場

対象：乳幼児と保護者

時間 11:00~11:45

定員：10組

3日(水) 豆まきしよう

4日(木) 音楽あそび

18日(木) お店屋さんごっこ

24日(水) 運動あそび

25日(木) おひなさまを作ろう



ひよこさん

定員
15組

対象：0歳~1歳と保護者

時間 10:30~11:30

2月10日(水) (運動あそび)

2月16日(火)
(おひなさまを作ろう)

おはなし会

定員：10組

2月12日(金)

10:45~11:30

対象：乳幼児と保護者



実施場所は『母子保健室』です

※内容は変更することがあります

アイルのサークルは予約制です
保育士常駐時にお問い合わせください

問合せ先

アイル保育士 TEL51-5515

火~金曜日 10:00~16:00

2月18日(木)

お店屋さんごっこ
お買い物バッグを
持ってきてください。

3月の予約は
2月24日(水)より
受け付けします。

幼児・児童 ふれあいコーナー

(正面玄関の横にあるよ)

絵本やぬいぐるみ
おもちゃがあります♪
自由に遊びにきてね!

アイルだより第200号を迎えて



平素は、「アイル」をご利用いただきまして、誠にありがとうございます。令和元年8月28日（水）未明の佐賀豪雨災害から復旧工事を経て、昨年10月、待望の「温泉・プール」の再開を迎えることができました。皆様方には大変ご心配とご迷惑をおかけしました。これからも、皆様方の健康づくりを担う施設として、長く愛されるよう職員一同努めて参ります。今後ともご愛顧いただきますようお願いいたします

牛津保健福祉センター アイル 施設長



レッスンプログラム



日	月	火	水	木	金	土
	さわやか ピラティス 11:15~12:15 ※マット持参 定員15名	リラックス ヨガ 11:15~12:15 ※マット持参 定員15名	スマイル エアロ 11:15~12:15 ※マット持参 定員15名		がばいよか ピラティス 11:15~12:15 ※マット持参 定員15名	漢方マッサージと 太極拳 10:30~11:30 ※定員15名
2月14日 28日 やさしいヨガ ※マット持参 定員15名		体幹☆ ボディメイク 14:30~15:30 ※マット持参 定員15名	祝日は レッスン 休講です	ヨガ& ピラティス 14:00~15:00 ※マット持参 定員15名		リフレッシュ ヨガ 14:00~15:00 ※マット持参 定員15名
★有料レッスンに参加の方は チケット（520円）の 購入が必要です ★高校生以上から参加できます			ステップ! ステップ! 19:15~20:15 ※定員15名	メンバー限定! ヨガ& ピラティス 会員制クラス ※詳細は事務室まで		ZUMBA 15:30~16:30 ※定員15名

※ヨガマットの貸し出しはありません（ご持参ください）

- 自宅で検温・風邪症状等がないか確認後、ご予約をお願いいたします
予約方法は電話・来館どちらでも大丈夫です（当日朝10時より受付）
- マスクを着用して、ご来館ください
- 更衣不要な動きやすい服装（ジーンズ・綿パン以外）密回避にご協力ください
- 室内用シューズとタオルが必要です（ヨガ、ピラティスはシューズ不要）
- 水分補給用の飲み物もお持ちください



日曜レッスン

やさしいヨガ

有料(520円)
レッスン

2月14日(日) 11:00~12:00

28日(日) 定員:15名

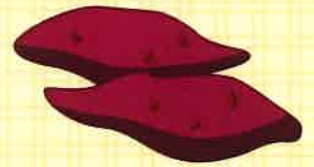
※ ヨガマットの貸し出しはありません
当日の朝10時より予約を受け付けます
TEL:0952-51-5515

プールレッスンについてのお知らせ

大変残念ですが、新型コロナウイルス感染症対策として、今年度は実施をしないこととなりました。対策の上、来年度よりレッスンを再開の予定です。楽しみにお待ちしております



【豆知識】 焼いも



サツマイモ《甘さの正体》

サツマイモは生にも甘みがあります。
その大部分はショ糖(砂糖)ですが、加熱することによって麦芽糖が作られ、甘さが増します。

焼いもと運動

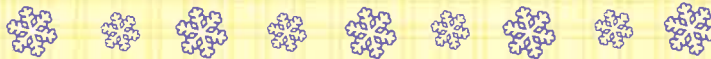
基本的に空腹での運動はお勧めできません。
脳の唯一の栄養源であるブドウ糖が不足しますので集中力が低下し、ケガの原因となります。
また疲れやすく、疲れが取れにくくなります。
少しでも多く体を動かすことに使いたい時はすぐ食べられる焼きいもを、食べやすい大きさに切って携帯すれば便利です。
腹持ちもよいので、たくさん食べずとも効率的に運動することができます。



おいしいよ♪



焼いも一緒に食べよっか!
うん! 食べよ♪



LINE



Facebook



ホームページ

☆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

高校生以上・・・520円
小・中学生・・・260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・・・310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・・・620円

2月の休館日

2月8日(月)・9日(火)

3月の休館日

3月8日(月)・9日(火)

開館時間

10:00～21:30(最終受付21:00)