

アイルだより

12月 寒くなりました ヒートショックにご用心

- 1
- 2 (土)
- 3 (日)
- 4
- 5 ★
- 6
- 7 ★★
- 8
- 9 (土)
- 10 (日)

- ①浴室や脱衣所を温めましょう
- ②かけ湯をしてから入りましょう
- ③お湯の温度は41℃以下
- ④立ち上がる時にはゆっくりと...
- ⑤飲食直後は入浴を控えましょう
- ⑥入浴することを誰かに伝えましょう

気温の変化によって
血圧が上下し
心臓や血管の疾患が
起こりやすくな
ります

12/22『冬至』
中庭の足湯にゆずを入れます



- 11 (月) 休館日
- 12 (火) 休館日

今年もあっという間に12月ですね
一年を振り返り新たな気持ちで新年を迎えましょう

- 13
- 14
- 15
- 16 (土)
- 17 (日)
- 18
- 19
- 20
- 21
- 22
- 23 (土)
- 24 (日)
- 25
- 26
- 27
- 28
- 29
- 30
- 31

スタジオレッスン
無料体験会
太極舞 

12月22日(金)
11:15~12:00


★対象 高校生以上(定員20名)
太極舞は、太極拳と中国舞踊とヨガの動きがミックスされていて音楽に合わせて体を動かします体幹トレーニングにもなりますよ

 ※事前申込受付中
(TEL0952-51-5515)

お楽しみ抽選付き
回数券の販売会
2024年
1月2日(火)~8日(月・祝)

温泉・プール回数券(23枚)
1セット 10,400円

1セットご購入で
プレゼント券2枚進呈
さらに1回抽選

特賞は1ヵ月無料パスカード!! 

年末年始
休館日
12/29(金)から
1/1(元日)まで
お休みです

アイル「プリペイドカード」利用期間終了について

利用券販売機の更新に伴いプリペイドカード用の券売機が令和5年3月末で終了いたしました

プリペイドカードのお問合せは事務室へ

大変ご迷惑をお掛け致しますが、ご理解の程よろしくお願い致します



ポイントカード 特典

2ポイントの日

12月	温泉・プール	月曜日
	トレーニング	金曜日

あつたが温泉で
ゆつぽらあ〜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!**

ポイントカード利用者制限の緩和について

ポイントはご家族様で利用できるようになりました

※対象は高校生以上の方となります

「ふるの日」について



毎月26日は、有料入浴者に無料券を
配布していましたが
ポイントプレゼントを実施します

12/26(火)温泉利用「3ポイント」です

採れたて販売コーナー

【場所】事務室前

生鮮横丁の各種弁当・山菜おこわ
江本饅頭店・風月堂のお菓子
◀毎日>11時頃に入荷予定です



↑数に限りがありますので団体様は
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

12月

時間 11:00~11:45

6日(水)運動あそび

15日(金)英語であそぼう

20日(水)音楽あそび

22日(金)クリスマスをたのしもう



ひよこさん



対象:0歳~1歳と保護者

時間 11:00~11:45

12月 8日(金)音楽あそび

おはなし会

対象:乳幼児と保護者

12月13日(水)

10:45~11:30



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

問合せ先

アイル保育士
TEL51-5515

火~金曜日

10:00~16:00

保育士常駐時にお問い合わせください

22日(金)は
サンタが来るよ!
遊びにきてね

コアラ広場は0歳から
参加できます

幼児・児童 ふれあいコーナー

(正面玄関の横にあるよ)

絵本やおもちゃが
ありますよ
自由に遊びにきてね!

12月

アイルでの健康づくりにお役立てください!!



スタジオレッスンプログラム



日	月	火	水	木	金	土
やさしいヨガ 11:00~12:00 ※マット持参	さわやか ピラティス 11:15~12:15 ※マット持参	モーニング ヨガ 11:15~12:15 ※マット持参	サービス スマイルエアロ 11:15~12:00 ※マット持参	運動のあとは ぜひ温泉へ♪ 	 ヨガ& ピラティス 14:00~15:00 ※マット持参	漢方マッサージと 太極拳 10:30~11:30 リフレッシュ ヨガ 14:00~15:00 ※マット持参
★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			ストレス発散 運動不足解消!! サービスレッスン 参加希望の方は、トレーニングルームにて 受付をお願いいたします。 ジム有効時間 1回2時間の中で参加が可能です			
 祝日はレッスン 休講です		ステップ! ステップ! 19:15~20:15 ※当日予約制			ZUMBA 15:30~16:30	

※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忘れずにお持ちください



プールレッスンプログラム



日	月	火	水	木	金	土
	《 会員制 》 大人の 水泳教室 -初級クラス- 10:15~11:15	 大人の水泳教室 定員に満たない場合 当日1回参加が可能に になりました プール利用料520円 + 教室参加費1,100円 ※当日フロントにて受付			 祝日はレッスン 休講です	
	《 会員制 》 大人の 水泳教室 -中級クラス- 11:30~12:30					
★	スマイル アクア 14:00~14:45	水 中 ストレッチ 14:00~14:45	はりきり アクア 14:00~14:45	★	のびのび アクア 14:00~14:45	★

- 自宅で検温・風邪症状等がないか確認後、ご来館ください
- 水着とスイムキャップが必要です ●サービスレッスンとなります
- レッスンによっては会場の安全が確保できない場合利用人数を制限することがあります





アイル きらきらマルシェ

人気の作家さんが大集合!

12月24日(日)

10:00~16:00

毎月、第4日曜日に開催



ワーク
ショップも
あるよ

★アクセサリー

★かわいい布小物

★キッチンカー

毎月約10店舗のお店が並びます(定期開催)

館内のポスターでお知らせしている内容や店舗数が変わる場合があります ご了承ください

アイルで働きませんか?

プール・フロント スタッフ募集中!!

●プール業務内容

プール監視業務、設備点検
(接客・清掃など)

●フロント業務内容

温泉・プールフロント業務
(接客・販売・清掃など)

●業務時間

9:00~22:00
(シフト制)



★週2日~勤務OK! 土日のみの勤務OK!!

その他詳しくは事務室にお問合せください



ベビースイミング 参加者募集

12月5日(火)・19日(火)

10:15~11:00

対象: 0歳~2歳とその保護者

楽しく親子でスキンシップ!
五感をハグくみましょう♪

ひとりでお座りができる子は参加できます

※詳しい内容やご予約はアイル事務室まで



ライン
LINE



フェイス
ブック
FB



ホーム
ページ
HP



インス
グラム
IG

☆小城市健康スポーツセンター「アイル」☆

指定管理者 シンコースポーツ・大成有楽不動産株式会社 共同事業体



お問合せ先

シンコースポーツ九州株式会社

〒849-0306 小城市牛津町勝1221-1



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.....520円

高校生以上 2時間以内.....310円

小・中学生.....260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.....620円

12月の休館日

12月11日(月)・12日(火)

【年末年始休館日 12/29~1/1】

1月の休館日

1月9日(火)・10日(水)

開館時間

10:00~21:30 (最終受付21:00)