



アイルだより

1月 明けましておめでとうございます



1 (元日) 休館日

2
3
4 (土) **初湯で
ぼっかほか
新春
運だめし**



2025年がスタートしましたね
今年の抱負はお決まりですか？
それぞれの目標に向かって頑張りましょう！！

アイルスタッフ一同
本年もみなさまの健康づくりを応援します！

5 (日)

毎年恒例

お楽しみ抽選付き 回数券の販売会

1月 2日(木)～8日(水)

温泉・プール回数券
1セット(23枚)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
※詳しい内容は事務室にお問合せください

特賞は
温泉・プール
1か月無料
パスカード♪
空くじなし!!



6
7
8
9
10
11 (土)

12 (日)

13 (祝)

14 (火) 休館日

15 (水) 休館日

16

17

18 (土)

19 (日)

20

21

22

23

24

25 (土)

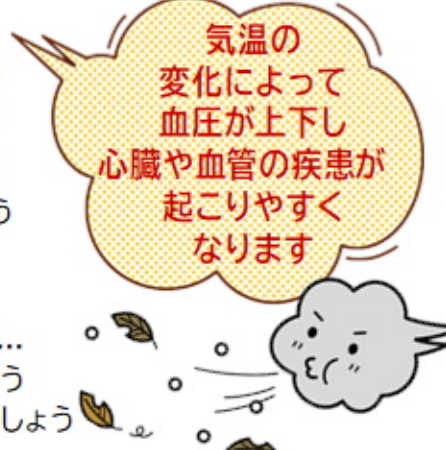
26 (日)



入浴時の注意

- 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
時間は10分以内
- 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

寒い季節は ヒートショック にご用心



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

スタジオ有料レッスンに ご参加のみなさまへ



温泉・プールの回数券と
追加券併用でのご参加は
3月31日(月)までです

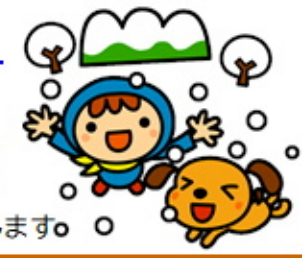
はじめてのご参加も大歓迎です!!
参加当日に券売機にて
スタジオレッスン800円の
利用券をご購入いただき
ご参加をお願いいたします
中面のレッスンプログラムを参考に
運動をはじめてみましょう

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

2ポイントの日

スタジオ
有料レッスンは
2ポイント

あつたが温泉で
ゆっつらあ〜っと
してくださいね〜!

1月	温泉・プール	日曜日
	トレーニング	木曜日



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
ポイントプレゼントを実施します

1/26(日)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
たなか青果さんのお惣菜
江本饅頭店・風月堂のお菓子
◀毎日▶11時頃に入荷予定です



【お弁当のご予約承ります】

アイル 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:0歳からの
乳幼児と保護者

1月

時間 11:00~11:45

21日(火)親子ヨガ

23日(木)形であそぼう

30日(木)リトミック



ひよこさん



対象:0歳~1歳と保護者

時間 11:00~11:45

1月16日(木)親子たいそう

おはなし会

対象:0歳からの乳幼児と保護者

時間 10:45~11:30

1月9日(木)おはなし会と手形とり



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~木曜日

10:00~16:00

保育士常駐時にお問い合わせください

あけまして
おめでとうございます
今年も「であいの広場」で
一緒に楽しく
すごしましょう

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!

1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	骨盤底筋 トレーニング 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♪ 		タイチ ゆる太極 10:30~11:30 太極拳の教室です
★有料レッスンに参加の方は チケット(800円)の購入が必要です			ストレス発散 運動不足解消!!		ヨガ& ピラティス 14:00~15:00 ※マット持参	リフレッシュ ヨガ 14:00~15:00 ※マット持参
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	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			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 ●高校生以上から参加できます



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 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	★

※大人の水泳教室は、月曜日の振替で木曜日に開催することがあります(スケジュール表でご確認ください)

- 自宅で検温・風邪症状等がないか確認後、ご来館ください ●高校生以上から参加できます
- 水着とスイムキャップが必要です ●会員制教室以外はサービスレッスンです
- 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！
1月26日(日)
11:00~17:00
毎月、第4日曜日に開催

★アクセサリー
★かわいい布小物
★キッチンカー
★癒しコーナーなどお店が並びます (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増える場合があります ご了承ください

ワークショップもあるよ

2025年はアイルの文化教室に挑戦しよう!!

**あたらしい習い事は
はじめてみませんか?**

ペン習字教室
日曜日(月2回)
10:30~12:00
月謝 2,500円

パッチワーク教室
水曜日(月2回)
13:30~15:30
月謝 2,500円

生け花教室(池坊)
金曜日(月2回)
14:00~16:00
月謝 4,000円



ぜひ見学にお越しください

**やさしい
パッチワーク教室**
金曜日(月2回)
13:30~15:30
月謝 2,500円

館内にPOP掲示中ですがスケジュール・内容はお気軽にお尋ねください

※継続して参加出来る方を募集しております
問合せ先 アイル 0952-51-5515(担当:大島)

ベビースイミング 参加者募集

1月21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！

次回は2月18日(火)の予定です
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

アイルのSNS



ライン
LINE



フェイスブック
FB




ホームページ
HP



Instagram
IG

☆小城市健康スポーツセンター「アイル」☆


指定管理者 アイル・FC管理運営グループ



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

1月の休館日
1月 14日(火)・15日(水)

2月の休館日
2月 12日(水)・13日(木)

開館時間
10:00~21:30 (最終受付21:00)