

げんきかんだより

〒830-0211 久留米市城島町檜津 739-1 城島保健福祉センター
TEL (0942) 62-2122 FAX (0942) 62-2148
HP <http://ssk-joujima.com>



第 146 号

2026.7.1

(毎月 1 日発行)

【※重要※】参加料金は初回(月謝制の場合は月初めの参加時)にお支払いいただきますようお願いいたします。

- ・キャンセルは、各教室開始日までをお願いいたします。教室開始日以降のキャンセルは、参加料金を全額お支払いいただきます。
- ・お支払いいただいた参加料金は、原則返金いたしません。
- ・退会や休会の際は必ずご連絡ください。
- ・お申込み日以降、最初の教室実施日から参加料金が発生いたします。
- ・★のついている教室は子ども向け教室です。
- ・体験からでも OK です！いつでもお問い合わせください！
- ・新規で教室入会される方は、2F 事務所窓口にて教室申込書の記入が必要です。(施設利用が初めての方は同意書の記入も必要)
- ・実施回数については、変更になる場合もありますのでご了承ください。

2026 年度 7 月開講教室 参加者募集中♪

太極舞 火曜日 10:00~11:00 参加費：5,760 円(全 8 回) 日 程：7/7~9/29 	書道教室 ※小学生~大人まで 水曜日 17:30~18:30 月 謝：1,250 円×実施回数 日 程：7/1~9/30 	筋力向上運動教室 ※50 歳以上 水曜日 10:00~11:00 参加費：5,000 円(全 10 回) 日 程：7/1~9/16
たのしくフラダンス教室 金曜日 10:00~11:00 月 謝：3,960 円(3 回/月) 日 程：7/3~9/18 	リラックスヨガ 金曜日 10:00~11:00 参加費：6,480 円(全 9 回) 日 程：7/3~9/25 	
いきいき筋活運動教室 ※50 歳以上 金曜日 13:00~14:00 参加費：5,000 円(全 10 回) 日 程：7/3~9/18 	夜ピラティス 金曜日 19:50~20:50 参加費：7,200 円(全 10 回) 日 程：7/3~9/18 	
★そろばん教室 火曜日 17:30~18:30 月 謝：1,250 円×実施回数 日 程：7/7~9/15 対 象：小学生 	★キッズ運動教室 火曜日 17:30~18:30 参加費：無料(全 3 回) 日 程：7/7・8/4・9/1 対 象：小学生 	★キッズ体操教室 火曜日 17:30~18:30 月 謝：1,250 円×実施回数 日 程：7/14~9/15 対 象：小学生
★SteviesEnglishStation (英会話) 水曜日 ①17:00~17:45(年中・年長) ②17:45~18:30(小学生) 月 謝：1,380 円×実施回数※兄弟割引あり 日 程：7/1~9/30 対 象：年中~小学生 	★SDA キッズダンス 水曜日 17:10~17:50(幼児) 18:00~18:50(低学年) 19:00~19:50(高学年) 月 謝：3,900 円/月 日 程：7/1~9/30 対 象：幼児~小学生 	★ハニーズダンス 金曜日 17:20~18:20 月 謝：8,800 円 日 程：7/3~9/18 対 象：年中~小学生

～歩行プール・トレーニング室利用のお約束～

<歩行プールについて>

- プールご利用前後、お手洗い後、ジャグジー・ミスト室利用後はシャワーでよく体を洗いましょう。
- プール場内にはタオルを持ち込み、更衣室へ戻る際は、必ずタオルで身体を拭いてから戻りましょう。
※途中でトイレに行くときも同様。更衣室の床が濡れて滑ったら危険です。
- 自立排泄できない方は、おむつを着用しての入水はお断りいたします。(水着用おむつも含む)
- 水質維持のため、化粧品は使用せず、湿布・絆創膏・テーピング類などは全てはずしましょう。
※日焼け止めの使用も禁止です。
- ケガ防止のため、アクセサリー類ははずしましょう。
- 歩行プール内での歩行以外の運動は、他のお客様のご迷惑にならないように注意しましょう。
※運動する方の順番はありません。お互いにゆずり合しましょう。

<トレーニング室について>

- トレーニング室内では携帯電話はマナーモードにし、通話や写真・動画撮影はご遠慮ください。
- マシンやマット、トレーニング用具の使用後は、専用タオルで消毒しましょう。
- 土足禁止。室内用の運動シューズを履きましょう。靴の履き間違いには注意しましょう。



※こまめな水分補給を心掛けましょう※

★休館日のお知らせ★

休館日は毎週月曜日
※月曜日が祝日の場合は火曜日が休館日
休館日：7 月 6・13・21・27 日



LINE



Instagram



Google ロコミ