

# 運動室を開放します！

保健福祉センター「はなみずき」の運動室を、次のとおり開放します。

運動の内容に決まりはありませんが、周囲に注意し安全にご利用ください。

鏡張りのため、歩き方の確認もできます！健康づくりにお役立てください★

・場所：保健福祉センター「はなみずき」3階運動室

・日程：木曜日 午前9時30分～午前11時

※他事業の関係で解放できない日がございます。

ご了承ください。

※日時をお間違えのないように、お越しください。

令和8年4月	2日	9日	16日	23日	30日
<b>5月</b>	<b>7日</b>	<b>14日</b>	<b>28日</b>		
<b>6月</b>	<b>4日</b>	<b>11日</b>	<b>18日</b>	<b>25日</b>	
<b>7月</b>	<b>2日</b>	<b>9日</b>	<b>16日</b>	<b>23日</b>	<b>30日</b>
<b>8月</b>	<b>6日</b>	<b>13日</b>	<b>20日</b>	<b>27日</b>	
<b>9月</b>	<b>3日</b>	<b>10日</b>	<b>17日</b>	<b>24日</b>	
<b>10月</b>	<b>1日</b>	<b>8日</b>	<b>15日</b>	<b>22日</b>	<b>29日</b>
<b>11月</b>	<b>5日</b>	<b>12日</b>	<b>19日</b>	<b>26日</b>	
<b>12月</b>	<b>3日</b>	<b>10日</b>	<b>17日</b>	<b>24日</b>	
<b>令和9年1月</b>	<b>7日</b>	<b>14日</b>	<b>21日</b>	<b>28日</b>	
<b>2月</b>	<b>4日</b>	<b>18日</b>			
<b>3月</b>	<b>4日</b>	<b>25日</b>			

ご利用にあたって

- 2階で、鍵を借りてください。
- 初めて利用される方は、出席簿に氏名を記入してください。  
(2回目以降の方は、名簿に印をしてください。)
- 準備体操、整理体操は必ず行いましょう。
- 運動する際は室内シューズをご持参ください。シューズはその都度持ち帰るようにしましょう。持ち主が不明の場合、こちらで処分させていただきます。
- 会場の広さに限りがあります。譲り合ってご利用ください。
- 使用については個人責任とさせていただきますので、事故のないよう十分ご注意ください。

