

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

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。

