

ゆめりあ★だより

ゆめりあでは、以下の感染症対策を継続して実施しています。

健康チェック

発熱や風邪症状があれば
利用しない

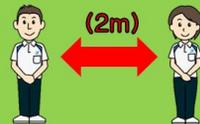


マスク着用

咳エチケット



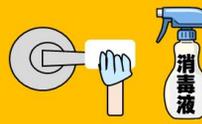
間隔をあける



手洗い・消毒



共用部の消毒



換気

換気にご協力ください



お盆期間の
対策について

お盆期間については帰省者等の利用等が考えられるため、

8月9日（日）から16日（日）までの期間のみ、
施設入口にて検温をさせていただきます。

完全予約制
先着24名

身体の中がみ測定会

peek a body

【日 時】 8月24日(月) 9時～19時

【所要時間】 20分程度

【測定料】 税込1,500円 (測定+結果説明)



測定会では、
施設の感染症対策に加え、
以下の対策を実施します。

- ① 完全予約制で実施します。
- ② 密閉・密集を避けるため、
広くて通気性の良い、1階
中央ホールで実施します。
- ③ 毎回、測定機器や机・イス
などの消毒を実施します。

なかなかとれない疲れ、慢性的な身体の不調、
骨や筋肉のゆがみが原因かもしれません。

今回の測定に使用する『ピークアボディ』は、
服を着たまま**4枚の写真を撮るだけで**、
骨や筋肉の状態を解析します。

さらに、結果をもとにした**改善運動の指導**も
行います！

【予約・問い合わせ】

ゆめりあ1階事務室 (☎73-9280)

無料体験会を開催します！

8月24日(月)

20:15~21:15

(完全予約制・先着15名)

月 リラックス・ヨガ **NEW**
(田原)

自律神経を整えて、良質な眠りを。

【時間】	【設定人数】	【月謝(税込)】
20:15~21:15 (60分)	5~15人 (ダンススタジオ)	2,700円 (月3回)

自律神経を整えて眠りの質を上げる、座姿勢や寝姿勢が中心の、ゆったりとリラックスできるヨガです。

夜ならではの、間接照明を使った空間づくりで、さらにリラックス効果を高めます。



8月25日(火)

17:10~18:10

(完全予約制・先着20名)

火 きつずダンス **NEW**
(COSMOS)

地元出身の先生とカッコよく踊ろう♪

【時間】	【対象・設定人数】	【月謝(税込)】
17:10~18:10 (60分)	小学生~中学生 5~20人 (ダンススタジオ)	2,500円 (月3回)

キレのあるパワフルな動きと、そこからのピタッと止まるシルエットが特徴のロックダンスを学びます。

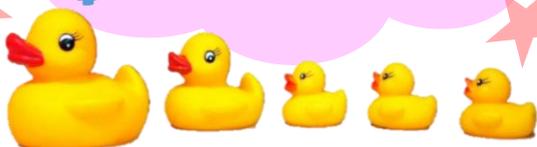


完全予約制で実施します。無料体験を希望される方は、

8月21日(金) 18:00までに

ゆめりあ1階事務室 (☎73-9280) へご予約ください。

8月10日(月)の変わり風呂は...
あひる風呂だよ!
遊びに来てね~!!



小城市三日月保健福祉センター『ゆめりあ』

指定管理者 **シンコースポーツ九州株式会社**
TEL. 0952-73-9280 FAX. 0952-73-9282

【休館日】 第3月曜日とその翌日(祝日の場合は翌平日とその翌日)
年末年始(12月29日~1月1日) ※お盆は通常営業

【利用時間】 10:00~21:30(最終受付21:00)

