

# ゆめりあ★だより

ゆめりあでは、以下の感染症対策に継続して取り組んでおります。

### 健康チェック

発熱や風邪症状があれば  
利用しない

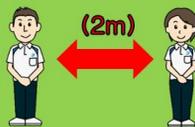


### マスク着用

咳エチケット



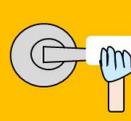
### 間隔をあける



### 手洗い・消毒



### 共用部の消毒



### 換気

換気にご協力ください



## ゆめりあの浴室『人工ラジウム泉』に 浸かってみませんか？

ゆめりあの浴室は、  
浴槽内にラジウム鉱石を入れた  
『人工ラジウム泉』として  
ご愛顧いただいております。



### 【効能・効果】

リウマチ・神経痛・ぎ・  
冷え性・腰痛・疲労回復・  
肩こり・うちみ・  
湿疹肌荒れ等皮膚疾患

peek a body

# 身体ゆがみ測定会

**完全予約制・先着12名限定**

【日 時】 10月26日(月) 12時~18時

【所要時間】 20分程度 (測定+結果説明+改善運動)

【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。

# 10月の教室スケジュール

それぞれ感染症対策を実施して開催しております

	月	火	水	木	金	土
朝	11:30-12:15 バランス コンディショニング	【会員制】 11:30-12:45 かんたん 骨盤底筋ヨガ	11:30-12:15 自重deトレーニング	【会員制】 11:30-12:45 バレエストレッチ	11:30-12:15 かんたんサーキット	11:30-12:15 THE★エクササイズ
				【会員制】 17:10-18:10 きつずチアⅠ 【会員制】 18:30-19:30 きつずチアⅡ	【会員制】 17:10-18:10 きつず体育教室	
夜	【会員制】 20:15-21:15 リラックス・ヨガ					【会員制】 20:15-21:15 リフレッシュ・ヨガ

※ 会員制の教室は、事前の申し込みが必要です。詳しくは、1階事務室へお問い合わせください。

## 浴室のおすすめは『人工ラジウム泉』ではありません！ 毎月2回、イベントを開催しています♪

毎月10日は変わり風呂の日  
10月10日(土)  
**みかん**  
人気の柑橘系♪香りを楽しんでください♪  
※ 新型コロナウイルス感染症対策継続中です。  
館内でのマスク着用などにご協力ください。

毎月26日は、  
**ふも**の日  
誰でも100円で、人工ラジウム泉に入れます♪ (時間無制限)  
※小学生未満無料 ※小学2年生までは保護者同伴 ※入れ墨・タトゥーがある方の入浴 および 飲酒後の入浴は、お断りいたします。

10月の休館日は、19日(月)、20日(火)です。

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)

ゆめりあホームページ <http://ssk-mikazuki.com/>  
ゆめりあfacebookページ <https://www.facebook.com/yumeria9280/>  
ゆめりあLINE(友達追加) <https://line.me/R/ti/p/%40yumeria9280>