




日	月	火	水	木	金	土
12月31日	1/1	1/2	1/3	1/4	1/5	1/6
<p><b>プール開館時間帯は 12月31日~1月3日まで 10:00~18:00※最終入館17:00</b></p>						水中ウォーキングとリラクゼーション貸切(中高年向け) 10:00~12:00 ◎
7	8	9	10	11	12	13
			団体貸切 10:00~14:00			水中ウォーキングとリラクゼーション貸切(中高年向け) 10:00~12:00 ◎
14	15	16	17	18	19	20
1/15~2/28までプール工事の為ご利用出来ません。						
21	22	23	24	25	26	27
1/15~2/28までプール工事の為ご利用出来ません。						
28	29	30	31	2月1日	2月2日	2月3日
1/15~2/28までプール工事の為ご利用出来ません。						
内容	指導者		日時		申込方法	
プール	『水中運動アドバイス』 水中での歩行やストレッチ等の正しい運動方法のアドバイス	宇津 陽子氏 (健康運動指導士)		5日・12日(金) 14:00~15:00		申込不要 左記の時間に、プールにお入りください。 尚、開始時間が早くなりました。 お気を付けて下さい。
	『プールパートナー』 プール内の歩行等の介助			毎週 ◎の日 木曜日 10:00~18:00 土曜日 12:00~18:00		要予約 事前登録が必要です。
談話室(2階)	『健康増進アドバイス』 医師による健康相談やアドバイス	石井 桂子 医師 峠 理恵子 看護師		★印の日 13:30~15:30		予約不要左記の時間に2階談話室にお越しください。 ※都合により中止になることもあります。 御了承下さい。

\* 上記の日時は変更になる場合があります。ご利用の際は、お問い合わせください。

\* 浮島タイムは、お子様向けの浮き具を浮かべます。毎月第1・3日曜の10時~12時に片面のみ実施しています。

~プール改修工事のお知らせ~

平成30年1月15日(月)~平成30年2月28日(水)まで、いきいきプラザ一番町プール排水管工事を実施します。  
工事期間中は、プールをご利用頂くことが出来ません。御迷惑をお掛け致しますが、ご了承下さい。