

寒暖差が大きいこの季節

いきいきトレーニングプラザ(タウンホールとみか内)で
身体を動かしませんか？



コロナ禍での運動不足解消に、
ぜひご利用ください♪

～富加町筋力トレーニング事業（運営委託先：富加町社会福祉協議会）～

1. **対象者** 町内在住、在勤の30歳以上（令和5年4月1日時点）の方
2. **場所** いきいきトレーニングプラザ（タウンホールとみか内）
3. **開館日** 火～土曜日： 18時～21時
土・日曜日及び祝日： 9時～12時
※広報とみかにも掲載されています。
4. **利用料** 1回100円
※自販機にて、1回券100円または回数券1,000円（1回券11枚綴り）を購入できます。
5. **利用条件** 初めての方は、トレーニング機器取扱講習会の受講が必要です。
《申し込み/問い合わせ先》社会福祉協議会（0574）54-1312 担当 土屋

講習会開催日	開催時間	申込み期限	備考
4/6（水）	19:30～20:30	4/4（月）	・受付は先着順とし、定員(10名)になり次第締め切りますのでご了承ください。 ・持ち物：屋内用運動靴、タオル等 ・講習会は毎月1回開催します。
5/12（木）	19:30～20:30	5/10（火）	

6. その他

- ・健康チャレンジ対象事業（1ポイント）です。（富加町在住の方のみ対象）
- ・新型コロナウイルス感染症の感染状況により急遽休館する場合があります。