

水中健康教室

水中で、音楽に合わせて体を動かしましょう！ 初心者・泳げない方も大歓迎です♪

10月日程

①10月15日(水) ②10月22日(水)
③10月29日(水)

11月・12月 日程

④11月12日(水) ⑤11月19日(水)
⑥11月26日(水) ⑦12月3日(水)

定員

25名



対象

◆次の条件をすべて満たす人

- ①65歳以上(令和7年3月末時点)の町内在住者
- ②介助なくプールに入れる方
- ③医師にプールでの運動を止められていない方

時間

1部:10:00～11:00(受付9:30～)
2部:13:30～14:30(受付13:00～)

場所

海田町福祉センター 3F 健康増進プール

持参物

水着、水泳帽子、ゴーグル、タオル、飲み物

参加費

¥700(税込) ※全7回分

講師

海田町福祉センター
小清水涼子(レッスン担当) 前原すえれん(補助)

申込 方法

第2期:9月10日～9月24日の間に福祉センター窓口にてお申込みください。

- ・用紙の記入が必要なため、電話でのお申込みは受付できません。
- ・応募者が多い場合は抽選となります。

※抽選結果は10月1日から当館ホームページならびに当館掲示物にて
発表します。

お問合せ: 海田町福祉センター (TEL 082-823-7500)