

ひばりの里機能訓練室にフィットネスマシンを設置！

令和8年7月9日(木)オープンしました!!



ご利用案内

【対象者】

五霞町内にお住まいの65歳以上の方

【場所】

福祉センター「ひばりの里」機能訓練室（五霞町江川 3201）

【利用時間】

月・火・木・金（毎週水土日曜 祝日、年末年始は休み）

《午前》9:30～11:30 《午後》13:30～16:00

【利用料金】

1回利用 200 円（午前・午後どちらか1回のみ）

お得な回数券

5枚券：1,000 円 +1回無料特典付《実質6回分》

10枚券：2,000 円 +2回無料特典付《実質12回分》

★チケット購入時お釣りの無いようご準備お願い致します。

お得

【持ち物】

☐ 身分証明書

☐ 運動しやすい服装

☐ 運動靴

☐ タオル

☐ 飲み物（衛生上フタの付いたボトルでお持ちください）

【ご利用いただけない方】

×アルコールを飲まれた方

×感染性疾患があると認められる方

×医師から運動を止められている方





初めてご利用の方へ（初回オリエンテーションの予約）

📖 初めて利用する方は、必ず「オリエンテーション」の予約が必要です。

📖 **身分証明書**をお持ちの上お越しください。
緊急時の連絡先を確認させていただきます。

【実施時間】 各回定員 4 名
《午前》10:00～ 《午後》14:00～

【予約方法】 事前にお電話か窓口でご予約ください。

五霞町地域包括支援センター 0280-84-0765

