

大広間卓球



く利用できる日時>

毎週土曜日9:00~11:55 ※祝日等を除く

- ★8時55分から入室可能です。(それまでは談話室にて待機)
- ★8 時 55 分~は卓球台準備、11 時 55 分~は卓球台の片付けを行っていただきます。
- ★終了時刻が来たら、勝負がついていなくても途中で終わってください。
- ★正午にはすみやかに退室してください。
- ★会館事業により中止となる日があります。たよりに掲載の予定表をご確認ください。
- ★1卓のみです。みなさんで譲り合ってご利用ください。
- ★ラケット等の他、運動に適した室内専用シューズをお持ちください。

ががががががががががががががががががががががががかがかけるラウンジ 今和6年4月1日~



体操室 すこら

毎日楽しく介護予防ができる体操室(トレーニングジム)がオープン! 【設置機器】足つぼマット、トランポリン、エアロバイク、その他

利用可能時間 拡大!

く利用できる日時>



月曜日〜土曜日 ※祝日を除く 9時30分〜16時30分

- ★体操室の利用は「初回説明会」への参加が必須です。
- ★初回説明会は毎週金曜日 10 時 30 分~実施します。ご予約の上、ご参加ください。(窓口または電話にて受付 ☎052-793-6330)
- ★持病のある方は、初回説明会参加後、使用できる運動機器について<u>主治医に相談</u> してから利用が可能になります。
 - ●換気や手指消毒等、引き続き感染予防対策にご協力お願いします。

大広間卓球

第2・第4土曜は「初心者優先日」

初心者優先日のルール

- ●卓球台1台の上でピンポン玉2個を 同時に使うことは禁止です。
 - ●同じ人が連続して15分以上、 卓球台を使うことは禁止です。

(室内に空き待ちの人がいない場合は、 空き待ちの人が来るまで使えます)



令和5年6月から適用の守山福祉会館