

「ちよつと」立ち寄り、「しんれん」健康器具等を追加整備

南部町リバーサイドパーク（富沢野球場横）内の芝広場に、大人用健康器具「ぶら下がり」「ジャンプステップ」「平均台」「ツイストバー」「背のばしベンチ」の5基を設置しました。遊具注意看板「健康器具の使い方」を参考にご利用ください。

また、子ども用遊具「イルカラダー」「ミニシーソー」「ミニ滑り台」の3基と、足裏を刺激する「素足歩行ゾーン」も併せて整備しました。既存の「ドックラン」を活用しながら、ワンちゃんとの散歩途中に、日頃のウォーキング途中に、家族での買い物途中に、「ちよつと」立ち寄って、心身のリフレッシュを図ってみてはいかがでしょうか。

※ご注意ください

- ・公園内では、お子様から目を離さないでください。
- ・健康器具は大人専用、子供用遊具の適応年齢は3歳から6歳です。各自の責任で、楽しく安全に遊んでください。
- ・暑くなる季節は、遊具等も高温になる恐れがあります。火傷等には注意してください。

お問い合わせ 企画課 ☎66-3402



健康器具の使い方



健康器具と遊具が揃って利用しやすくなりました

令和6年度 筋肉若返り運動教室 年間予定

時間 午前9時30分～10時30分

睦合・栄地区（金曜日）
中央公民館（分庁舎2階）

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
12日	10日	14日	12日	23日	13日	11日	8日	6日	10日	14日	7日
26日	24日	28日	26日	30日	27日	25日	22日	20日	24日	28日	14日

富河・万沢地区（月曜日）
改善センター

8日	13日	10日	8日	19日	9日	7日	18日	9日	20日	3日	3日
----	-----	-----	----	-----	----	----	-----	----	-----	----	----

万沢ふれあいセンター

22日	27日	24日	22日	26日	30日	28日	25日	23日	27日	17日	17日
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

☆事前の申し込みは必要ありません。

☆自宅での血圧測定にご協力ください。（自宅に血圧計がない方は会場で測定できます。）

☆飲み物、健康手帳、体操で使用するタオルをご持参ください。

☆国の感染症対策に基づいて教室を行っています。参加時にはご協力ください。

☆睦合・栄地区の方は、中央公民館（分庁舎2階）の両日に参加できます。

☆富河・万沢地区の方は、改善センター・万沢ふれあいセンターの2会場とも参加できます。

お問い合わせ 福祉保健課 地域包括支援センター ☎64-4836

