

トレーニング拠点定期指導 市内一覧表

若い人でも高齢の人でも安心して使えるマシンです。下記の日程で指導者がマシンの使い方などの説明を行っておりますので、ぜひご利用ください。

R7年3月31日まで

NO.	施設名	施設開館時間	定期指導日程
①	君田生涯学習センター トレーニングルーム	8:30~22:00	毎週(木) 13:15~14:45
②	布野保健福祉センター 2階トレーニング室	9:00~22:00	毎週(月) 13:15~14:45
③	文化センターさくぎ トレーニング室	火~金 9:00~19:00 (受付は18時まで) 土日祝 13:00~17:00 (受付は16時まで) 定休日:月曜日	毎月第2・4(水) 13:30~15:00
④	三次西健康づくり センター	8:30~22:00	毎週(金) 9:00~10:30
⑤	三次市福祉保健センター 3階 健康増進室	8:30~22:00	毎週(水) 8:30~10:00 毎週(木) 13:00~14:30
⑥	みわ保健センター ※	10:00~19:30 定休日:水曜日・日曜日	毎週(火) 15:00~16:30 毎週(金) 15:00~16:30
⑦	田幸健康増進施設 いきいきランド田幸	月・水・金 9:00~16:00 水・土 19:00~21:00	毎週(水) 13:00~14:30 毎週(金) 9:30~11:00
⑧	吉舎保健センター	8:30~22:00	毎週(水) 9:00~10:30
⑨	三次市甲奴健康づくり センター ゆげんき ※	10:00~21:00 定休日:月曜日(祝日の場合は、 その後の直近の休日以外の日)	随時、お声掛けください

- 施設利用料: 100円/回 文化センターさくぎは、150円/回
(65歳以上の人、障害者手帳をお持ちの人は無料。市外居住者の方は利用料金の2倍の額)
※の施設利用料については、各施設にお問合せください。
- 利用対象者: 中学生以上(ただし、中高生は保護者または指導者同伴のみ利用可能)
三次市甲奴健康づくりセンターゆげんきは、中学生以上であれば同伴なしでも利用可能

【年末年始・祝日・施設閉所日は行っていません】
【天候や点検等の都合により休止する場合があります】

＝お問合せ＝ 三次市健康推進課

TEL: (0824) 62-6257 FAX: (0824) 62-6382 メール: kenko@city.miyoshi.hiroshima.jp

各施設の住所一覧

NO.	施設名	住所	電話番号
①	君田生涯学習センター トレーニングルーム	三次市君田町東入君 644 番地 8	0824-53-2759
②	布野保健福祉センター 2階トレーニング室	三次市布野町上布野 1093 番地 1	0824-54-2880
③	文化センターさくぎ トレーニング室	三次市作木町下作木 905 番地 2	0824-55-2115
④	三次西健康づくりセンター	三次市日下町 143 番地 1 (旧三次西小学校)	0824-65-0321
⑤	三次市福祉保健センター 3階 健康増進室	三次市十日市東三丁目 14 番 1 号	0824-62-6357
⑥	みわ保健センター	三次市三和町敷名 11456 番地 5	0824-52-7120
⑦	田幸健康増進施設 いきいきランド田幸	三次市大田幸町 1502 番	0824-66-1162
⑧	吉舎保健センター	三次市吉舎町吉舎 723 番地 1	0824-43-3301
⑨	三次市甲奴健康づくりセンター ゆげんき	三次市甲奴町西野 592 番地	0847-67-5019

