

＊＊健康増進センターからのお知らせ＊＊

日頃より健康増進センターをご利用いただき、ありがとうございます。

当センターは、平成 13 年の開館以来、消費税率の改定時を除き、23 年間値上げを行わず、コスト削減に努めながら運営してまいりました。しかしながら、消費者物価の急激な上昇、特に光熱水費や燃料費の高騰等に伴い、管理費が著しく増大していることから、利用料金の値上げを余儀なくされる状況となりました。

つきましては、**令和6年4月1日**より下記のとおり利用料金を変更いたします。
(値上げ幅は消費者物価指数の上昇分に合わせ「10%程度」となります。)

利用者の皆様には大変ご迷惑、ご負担をお掛けすることになりますが、何卒、ご理解を賜りますようお願い申し上げます。



主な利用料金



区分			一般	障がい者手帳をお持ちの方
プール・多目的温泉施設	16歳以上	普通券	350円	180円
		回数券	3,500円	1,800円
	6歳以上16歳未満	普通券	180円	90円
		回数券	1,800円	900円
トレーニング施設	16歳以上	普通券	350円	180円
		回数券	3,500円	1,800円
共通	16歳以上	普通券	580円	290円
		回数券	5,800円	2,900円
定期券 ※16歳未満の方は、トレーニング施設は利用できません	16歳以上	3か月	11,300円	5,650円
		6か月	20,800円	10,400円
	6歳以上16歳未満	3か月	5,650円	2,800円
		6か月	10,400円	5,200円

※詳細は、HP にも掲載してありますので、ご確認ください。

ご不明な点等ございましたら、お電話にてお問い合わせください。

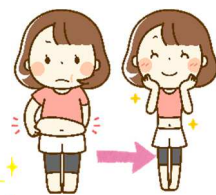
回 覧	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/

R6年3月13日(水)発行

《3 か月チャレンジ教室 1 期生募集》

今年の夏は一味違う姿に大変身！！

からだスツキリ大作戦



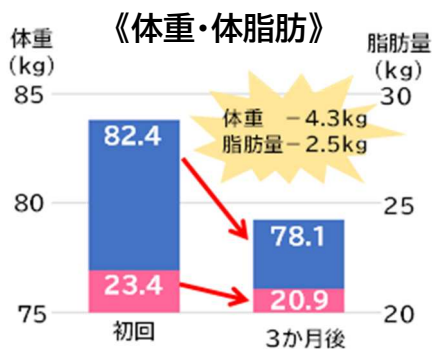
活動量が減って体重が増えてきた…，メタボ・血液データを改善したい…など。
この機会に，一緒に生活習慣を見直してみませんか？

〔 期 間 〕 令和6年 5月 11日(土)～8 月3日(土)

教室は、全6回 「土曜日」の 「午前中」です (内容が変わる 場合もあります)	5/11	5/18	6/1	6/29	7/27	8/3

教室の日以外は，自己にて取り組みます。

昨年参加された T さん



運動・食生活・休養の
学習や体験を通して、
生活習慣の改善を
目指します！



〔 対 象 〕 20～65 歳の方で、肥満を解消したい方やコレステロール値・
中性脂肪値・血糖値が気になる方など

〔 定 員 〕 16 名 （特定保健指導「積極的支援対象者」を除く）※最低開催人数 6 名

〔 料 金 〕 9,100 円 （当センター「無料利用券 9 枚」付き！）

※鹿屋市民の方は，助成が受けられる場合があります。詳しくは「事業課」まで！

またこの教室は，鹿屋市の「高齢者元気度アップ・ポイント事業」の対象です。

〔申込期間〕 令和6年 3月 12 日(火) ～ 4 月 21 日(日)

〔申込方法〕 電話予約の上，当センターへ来所にてお申し込みください。

お問い合わせは・・・県民健康プラザ健康増進センター TEL 0994(52)0052