



# ～健プラはお得がたくさん♪♪～

## ☆利用料金☆

トレーニングジム 1回 350円

プール・温泉 1回 350円

(トレーニングジムまたはプール・多目的温泉施設を利用する場合)

☆お得な回数券や定期券もあります。

\*6か月定期券は、トレーニングジムとプールも使えて

ひと月当たり約3,470円

## ☆開館時間☆

平日は21時まで開館

平日(火～土):9時～21時

日・休日:9時～19時

休館日:毎週月曜日

(休日の時はその次の平日)



プール



多目的温泉施設



トレーニングジム



ランニングトラック

25m×5コースの温水プール！

オススメ  
ポイント

10種類の浴槽があります。  
泉質は、重曹泉で“美人の湯”とも言われています！  
(※水着の着用が必要です。)

有酸素系筋トレ系マシンが  
計28種類あります！  
スタッフも常駐しています。

◎9時～21時まで(日・休日は19時まで)利用できます。  
お仕事帰りにもどうぞ！

◎プール・トレジムでは、利用料金のみでどなたでも参加できる  
『ショートプログラム(20～30分程度)』がお楽しみいただけます◎



## 当センターの対象事業に参加して、

## 「鹿屋市高齢者元気度アップ・ポイント事業」のポイントを集めよう！

**限定!** 鹿屋市にお住まいの65歳以上の方☆

- ☆ 健康づくり処方(健康づくりコース・足腰元気コース)
- ☆ 温泉処方(すこやか温泉コース)
- ☆ 3か月チャレンジ教室
- ☆ 足腰元気会 → 5月15日(水), 29日(水)・6月5日(水), 19日(水)
- ☆ 栄養教室 → 5月26日(日) ※事前予約が必要です
- ☆ ボランティア活動
- ※ 各事業の内容については、当センターへ電話等でお問い合わせください。



手帳は、鹿屋市  
社会福祉協議会で  
もらえます★

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

休館日: 毎週月曜日(月曜日が休日の時は次の平日) インスタ: kenpura0052