

水曜は送迎可

おでかけするって、こんなに楽しい!! おれんじ運動クラブ

チラシの内容は予告なく変更することがあります。
予めご理解ご承知願います。2025.07



フィットネス×買い物

運動と買い物で、心も体もリフレッシュをしましょう。
運動の内容は、座って行うものが中心になります。
呼吸や姿勢、柔軟性も意識しながら、頭を使って、
笑いながら、楽しく実施しています。
体組成計（体脂肪や骨量等が分かるもの）もあり、
定期的にチェックもできます。

「楽しい!」「体がラクになった」
「行って良かった」という声を
多数もらっています。

2024年9月実施アンケートより

送迎は水曜のみ。

小松・木戸・和邇学区等在住で車の運転
や公共交通機関の使用に不安のある方



金曜は送迎なし。

金曜：健康運動指導士（ウェルナビわ湖川崎）
水曜：高齢者体操指導員・ケア（志賀福祉会村田）



週目	日	月	火	水	木	金	土
1				10:30-11:30 / ×		× / 13:30-14:30	
2				10:30-11:30 / ×		× /	
3				10:30-11:30 / ×		× / 13:30-14:30	
4				10:30-11:30 / ×		× /	
5				10:30-11:30 / ×		× / 13:30-14:30	

時間は目安。職員都合等により変更する場合があります。年末年始・祝日・災害時等除きます。

料 金 1回200円（会員料金） ⇒ 別途、年会費3000円（年会費無しの場合1回600円）

お申込み方法 事前にお電話をお願いします

会場：平和堂 和邇店 2階

（しょうぶ苑村田 077-596-2233、050-1720-7737）
⇒ 名前、連絡先、健康状態、送迎希望の有無などをお聞きます。

一回の乗車定員7名まで。会場10名程度まで。初回無料、5回に1回。たくさん行けばよりお得に。

※年会費は、旧志賀町地域の福祉の発展を願い平成10年より締結されている志賀福祉会後援会会費です。6月～5月、三口分となります。体験は原則4名以上の参加で実施します。

お飲み物とタオル、スタンプカード（利用後お渡し）と小銭をもって、ワニハイの二階へ集まろう！

