



もりもり卓球



<利用できる日時>

原則毎週木曜日 13:10~16:15 [和室のみ]

原則毎週土曜日 9:00~11:55 [大広間・和室]

※祝日を除く ※スケジュールは必ず守山福社会館たよりをご確認ください

★13時05分~(午前の場合8時55分~)は卓球台準備、16時15分~(午前の場合11時55分~)は卓球台の片付けを行っていただきます。

★終了時刻が来たら、勝負がついていなくても途中で終わってください。

★各部屋(大広間・和室)1卓ずつです。みなさんと譲り合ってください。

★ラケット等の他、運動に適した室内専用シューズをお持ちください。

★会館都合等で開催しない場合があります。必ず最新情報をご確認ください。

☆和室の卓球台は家庭用サイズ(国際規格より小さめ)です。



すこやかにになれるラウンジ



体操室 すこら

毎日楽しく介護予防ができる体操室(トレーニングジム)がオープン!

[設置機器] トランポリン、エアロバイク、ステッパー、その他



利用可能時間
拡大!

<利用できる日時>

月曜日~土曜日 ※祝日を除く

9時30分~16時30分

★体操室の利用は「初回説明会」への参加が必須です。

★初回説明会は毎週金曜日 10時30分~実施します。ご予約の上、ご参加ください。(窓口または電話にて受付 ☎052-793-6330)

★持病のある方は、初回説明会参加後、使用できる運動機器について主治医に相談してから利用が可能になります。

●換気や手指消毒等、引き続き感染予防対策にご協力をお願いします。

大広間卓球

第2・第4土曜は「初心者優先日」

初心者優先日のルール

- 卓球台1台の上でピンポン玉2個を同時に使うことは禁止です。
- 同じ人が連続して15分以上、卓球台を使うことは禁止です。
(室内に空き待ちの人がいない場合は、
空き待ちの人が来るまで使えます)



令和5年6月から適用 守山福社会館