

## 【トレーニング室のご利用について】

当施設は、一般的な健康づくりから生活習慣病予防・改善を目的にしています

1. 体調不良、飲酒している、妊娠中の方は施設の利用をご遠慮ください。
2. ご自身でマシンの設定・操作等が難しい方は、付添いの方と一緒にご来館ください。
3. 心疾患(心筋梗塞・狭心症)・脳血管疾患(脳梗塞・脳出血・くも膜下出血)などの既往歴のある方、薬を服用されている方は、ご利用の制限をお願いする場合があります。
4. 当施設は、あいち健康プラザと連携し、施設の運用をしています。

【休館日】 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日以降で最初の平日)  
年末年始(12/29～1/3)

【開館時間】 午前9時～午後9時 ※券売機:午後7時50分終了

【利用料金】 120円/回 ※東海市在住で障害者手帳をお持ちの方は無料。

【利用について】 ※16歳未満の方は利用できません。

①午前9時～午前10時15分 ②午前10時30分～午前11時45分

①～②予約優先(完全入替制)定員15人 ※予約は次回利用分の1枠のみ

午前11時45分～午後8時45分(新規利用者受付は午後7時30分まで)

利用時間:入室から2時間まで ※予約不要 定員20人

【持ち物】 室内専用シューズ、タオル、飲み物。運動のしやすい服装。

初めて利用する方は、健診結果表又は採血・検尿の結果、薬手帳、糖尿病手帳等があればご持参ください。

【その他】 同意書(記入後1年で更新)・問診の記入をしていただきます。

ご不明な点や施設利用に関するご質問は、トレーニング室スタッフへお気軽にご相談ください。

しあわせ村トレーニング室 受付:午前9時～午後7時30分

電話 052-689-1600(代表)