

# 令和5年度 大木町健康福祉課事業のお知らせ



免疫力向上や生活習慣病の予防・改善、介護予防を支援するための事業を行っています。また、健康づくり運動など、様々な内容の事業を行っていますので、ぜひご参加ください。

## 大喜楽サロン (健康体操、温泉コース)

実施日：毎週水曜日・隔週金曜日（祝日や休館日はお休み）  
対象：65歳以上の大木町の方  
健康体操実施時間：10時45分頃～11時45分頃  
料金：アクアス入館料のみ  
場所：大木の湯アクアス（銀河の間）

### 参加方法

- 巡回バス利用希望の方は健康棟直通電話(080-8553-9466)に1週間前までにご予約をお願いします。
- 自家用車で来られる方は、大木の湯アクアスに入館されて2階の銀河の間にお越しください。



健康体操後は、2階で食事されたり、温泉に入ったりしていただけます。予約制の巡回バスもございますのでお問い合わせください。

## 大喜楽サロンプラン

実施日：金曜日  
年間日程

1	2	3	4	5	6
4月14日	5月19日	6月16日	7月14日	8月25日	9月15日
7	8	9	10	11	12
10月20日	11月17日	12月15日	1月19日	2月9日	3月15日

対象：65歳以上の町民の団体  
時間：10時～15時  
健康体操実施時間：10時45分頃～11時45分頃  
料金：1人1,000円～  
定員：10人以上～ 要予約  
場所：大木の湯アクアス  
※運動は2階の銀河の間で行います。

### 参加方法

- 巡回バスの送迎あり(要相談)

運動 + 温泉 + 食事

予約・問合せ 健康棟直通電話(080-8553-9466)

## 水中歩行 (ケアプール)

実施日：火曜日  
時間：15時15分～15時45分 30分間  
対象：大木町の方  
料金：アクアス入館料として1回600円（定期会員は200円または300円）  
場所：アクアスパール  
内容：正しい水中での歩き方や様々な歩き方をお伝えします。



## 関節すっきり体操 (ケアプール)

実施日：水曜日  
時間：14時00分～14時30分 30分間  
対象：大木町の方  
料金：アクアス入館料として1回600円（定期会員は200円または300円）  
場所：アクアスパール  
内容：関節周りの筋肉を動かし、関節の動きを良くするためのレッスン。



## 水中筋トレ (ケアプール)

実施日：金曜日  
時間：15時15分～15時45分 30分間  
対象：大木町の方  
料金：アクアス入館料として1回600円（定期会員は200円または300円）  
場所：アクアスパール  
内容：水の抵抗を用いて筋力トレーニングを行います。



健康福祉課の事業については広報おおき、町公式LINEでも随時お知らせしますので、ぜひご参加ください。  
この記事に関するお問い合わせは下記の電話番号にお願いいたします。 健康棟スタッフ直通電話：080-8553-9466



おかげさまで  
**25周年**

天然温泉大木の湯  
**アクアス**

## 25周年感謝祭イベント

4月29日(土)・30日(日)

入館料：大人600円→400円 子供350円→200円 定期会員は100円

### 温泉

**4月30日(日)**

- 10時～ 大木中吹奏楽部
- 11時～ 三潞消防署・筑後警察署  
※緊急車両展示。防犯、消火体験教室
- 13時～ 手品サークル
- 13時30分～ 菱の花・ひしの子ハーモニー
- 14時30分～ カラオケ大会
- 11時～ キッチンカーなど出店  
(JA女性部、大木町女性の会など)
- 終日 徳永豊作品展

### 健康棟

**4月29日(土)**

- ・10時～18時InBody測定無料
- ・レッスン体験(入館料のみで参加可能)  
①10時30分～11時15分 ②14時～15時

**4月30日(日)**

- ・10時～18時InBody測定無料
- ・レッスン体験(入館料のみで参加可能)  
①10時30分～11時20分 ②14時～14時30分

4月29日(土)～5月7日(日)まで休まず営業します。

※5月5日(金)は3歳～小学校6年生まで100円

2023.4/29～5/31  
入会キャンペーン

通常¥5,500が

入会金

**¥0**

ヘッドケア10分

+

ケイ素の水1箱 or 炭酸水1箱  
プレゼント!

トートバック  
スポーツタオルプレゼント

チラシ持参の方は  
1日体験が無料(温泉・ジム・レッスン)

お申込み・お問い合わせ

TEL.0944-33-2002

(株)大木町健康づくり公社

URL.http://www.aqus.jp

