



今月のPickUp! イベント

## 第3期 スポーツ教室 始まりました!!

平成30年1月から、第3期スポーツ教室が始まりました(◡◡◡)  
寒くなり、インフルエンザも流行って来ていますので体調に気をつけて下さいね♪  
みなさん皆勤賞を目指してがんばりましょう~!!

### 合気道教室



まだ空きもあります~★

講師が沢山いるので  
安心ですよ~(@~)/~



初めての方もお気軽に  
ご参加いただけます\(^o^)/  
**【日程】** 1/13~3/24(土)  
**【時間】** 13:00~14:30  
**【対象】** 小学生以上

2月3日は  
節分の日!

南南東  
やや南★



鬼は~そと!  
福は~うち!



### ■ 恵方巻を食べる意味は? ★

恵方巻を食べる風習は江戸時代末期に、  
商売繁盛と厄除けを祈願するために始まったそうです  
巻き寿司を切らずに食べるのは、「縁を切らない」という意味♪  
縁起のいい七福神にちなんだ**7種類**の具材を海苔で巻くことで  
「福を巻き込む」という願いも込められているそうです…(\*~)v

### ■ どうして豆まきをするの? ★

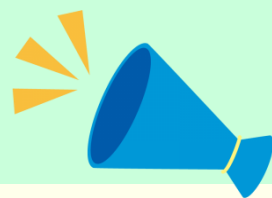
節分には、炒ったお豆を年齢の数だけ蒔きますよね♪  
蒔くことにより、鬼(=邪気)を払い・福を呼びよせ  
1年を**健康**に過ごせると云われています(^-^)!  
中国の習俗が日本に伝わったそうです★

# ～休館日のお知らせ～

いつも緑スポーツセンターをご利用頂き、ありがとうございます。  
下記の期間、**非常放送設備工事**のため全館休館とさせていただきます。

**平成30年2月27日(火)・28日(水)**

皆様にはご迷惑をお掛け致しますが、  
ご了承いただきますよう、よろしくお願いいたします。



**NEW!**

## トレーニングルーム

★SP★

ショートプログラム

# サントバンド



★肩こり・腰痛予防

★健康維持・向上



ゴムの伸縮性を利用して  
可動域を広げるトレーニング！  
1月から導入しました\(^o^)/  
トレーニング室の料金だけで  
ご参加いただけます！！！！

