

ウェルネスでみつけよう！私サイズの健康法！

ウェルネスニュース

令和 5年 4月15日号

総合型地域スポーツクラブ

一般社団法人

愛川ウェルネスネットワーク

クラブ事務局 ☎080-5899-9046

(月～土 9:00～17:00)

✉aikawa-wellness@ezweb.ne.jp

新年度スタート(令和5年度)

新型コロナウイルスの発症から3年余り経ちました。その間公民館の対応が変わってきましたので、それに伴いウェルネスネットワークとしてのコロナ対応も色々と変わってきましたが、この春から少しずつ元に戻りつつあります。

そこで改めて公民館使用時の手順を下記にまとめましたので、皆様のご協力をお願いいたします。

- ① 早く来た方は、1階受付カウンターから **利用チェック票**とウェルネスコーナーの **クラス出席簿**と**体験者記入簿**を会場に持って行ってください。
- ② レッスンを受ける方は、**出席簿に氏名(フルネーム)**と**体温**を記入して下さい。
- ③ 体験者が来ましたら、**体験者記入簿**に書いていただき、指導者に報告してください。
- ④ レッスン終了後に、**利用者チェック票** に記入して、1階受付カウンターに戻してください。
- ⑤ **クラス出席簿** と**体験者記入簿** をウェルネスコーナーに戻してください。(いつも同じ方ではなく交代で行ってください。)
- ⑥ レッスン終了後は、全員でお掃除(モップ掛け)エアコン off、戸締り、消灯などのチェックをお願いします。
- ⑦ レッスン中は、携帯電話の電源を切るか、マナーモードにしてください。
- ⑧ 選挙などで、駐車場が混雑するときがありますので、近い方は自転車か徒歩でお越しください。
- ⑨ レッスンが終わりましたら、車で来た方は速やかに出庫してください。

4月のクラス別出席状況

	クラス名	4月			
		1回	2回	3回	4回
月	タイチーダンス	×	17	22	26
	ソフトエアロ	×	22	18	26
火	健康体操	41	33	×	×
	リラックスヨガ①	22	23	×	×
	リラックスヨガ②	25	25	×	×
木	オリジナルエアロ	17	20	19	20
	ボールEX	18	23	17	19
	リラックスヨガ	31	×	34	33
金	ジャズダンス	×	24	22	23
	ストレッチ	×	31	26	30
土	ヒップホップ	17	17	17	×
	ボクシング	14	10	×	11
	リラックスヨガ	×	29	×	20



ウエルネスニュース

<http://www.aikawa-wellness.net>



利用チェック票の記入について

中津公民館 [] 利用チェック票

代表者の方(代理も可)は、利用終了時間までに、下記項目を確認し、利用日・団体名・利用人数・退室時間等をご記入のうえ、1階事務室に提出してください。

利用日	月	日	()	チ
団体名				ェ
利用人数				ッ
退室時間	時	分		ク
退室前に清掃を行いましたか。				<input type="checkbox"/>
机やイスなどを元あったように整理整頓しましたか。 ※机やイスを動かした場合は、必ず元の配置に戻してください。 ※第1・第2会議室、和室A・Bを通して利用した場合は、パーテーションを元に戻してください。				<input type="checkbox"/>
ゴミは持ち帰りましたか。				<input type="checkbox"/>
電気、エアコン等の電源を切りましたか。				<input type="checkbox"/>
忘れ物はありませんか。				<input type="checkbox"/>
公民館のWi-Fiを利用しましたか。利用した場合はチェックをつけ、以下にお答えください。 ・利用した内容はなんですか、数字に○をつけてください。				<input type="checkbox"/>
1. オンライン会議 2. 活動に関する利用 ・利用した人数を記入してください。()人				

◎ 許可なく付属設備、器具等を室外に持ち出さないでください。

毎レッスン後記入し
受付に提出している
『利用チェック票』
ですが、最後のチェ
ック項目のWi-Fiの
利用については
チェックをせずに
提出して下さい。

ココ



令和5年度

サポート会員(正会員)募集

愛川ウエルネスネットワーク会員はクラブ会員の他にサポート会員(正会員)があります。クラブの活動と運営にご賛同頂ける方、より充実したクラブ作りにご協力頂ける方をサポート会員として通年で募集しています。サポート会員は総会における議決権があります。

年会費 1,000円

お申し込みは申込書にご記入の上、『みんなの声』ボックスにご提出下さい。後日事務局よりご連絡致します。



5月

★お問い合わせ★クラブ事務局
(月～土 9時～17時)
☎080-5899-9046

月		火			木		金		土			
タイチーダンス	ソフトエアロ	フレンドリー健康体操	リラックスヨガ	リラックスヨガ	オリジナルエアロ	ポールエクササイズ	リラックスヨガ	ジャズダンス	リズム&ストレッチ	ヒップホップ	シェイプボクシング	リラックスヨガ
石村	深沢	小林	吉川	吉川	青木	五十嵐	吉川	深沢	森田	深沢	山形	吉川
11:15～ 12:15	13:30～ 14:30	11:15～ 12:15	13:30～ 14:30	15:15～ 16:15	9:30～ 10:30	13:30～ 14:30	15:30～ 16:30	9:30～ 10:30	13:30～ 14:30	9:30～ 10:30	13:15～ 14:15	14:30～ 15:30
1	1	2	2	2	4	4	4	5	5	6	6	8
8	8	9	9	9	11	11	11	12	12	13	13	13
15	15	16	16	16	18	18	18	19	19	20	20	20
22	22	23	23	23	25	25	25	26	26	27	27	27
29	29	30	30	30								

◎おねがい◎

- ・三密を避け、消毒等コロナ対策を徹底しましょう。
- ・マスクを外しての会話などは周囲へのご配慮をお願いします。
- ・レッスン中は携帯電話の電源を切るか、マナーモードをお願いします。

◎新入会員募集◎体験随時受付中

運動のできる服装(室内靴)、飲み物敷物(ヨガマット、バスタオル等)持参し検温を済ませてお越し下さい。
メール予約お待ちしております。
✉aikawa-wellness@ezweb.ne.jp