

利用時間

施設開館時間	トレーニング室	浴室
9:00～17:00	9:00～17:00※1 (最終受付16:30)	10:00～16:00※1 (最終受付15:30)

※1 新型コロナウイルス感染症対策等により、利用時間が変更となる場合がございます。

利用料金

1日1人あたり	トレーニング室		入浴	トレーニング室+入浴セット
60歳以上の市民	100円		200円	200円
その他	300円 (中学生以上)		500円 (中学生以上) 200円 (小学生以下)	600円 (中学生以上)
1室1時間あたりの貸し切り料金※2	集会室	和室	多目的ホール	教養室(防音)
60歳以上の市民	400円	200円	500円 (片面) 850円 (全面)	300円
その他※3	600円	300円	750円 (片面) 1,300円 (全面)	450円

※2 貸室をご利用の際は、事前に予約の確認をお願いします。

※3 その他とは、市内の60歳未満の方及び市内に住所を有していない方です。

<障害者手帳をお持ちの方へ>

- ・トレーニング室及び入浴利用において、身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方は、無料となります。
- ・利用の際に障害者手帳の掲示がない場合は、免除を受けることができません。
- ・次の障害者手帳をお持ちの方を介護する同伴者1名に限り無料となります。
〔身体障害者手帳第1種、療育手帳第1種、精神障害者保健福祉手帳のうち障害等級が1級のもの〕
- ・貸室利用について、利用者のうち免除対象障がい者が半数以上となる場合は無料となりますが、営利目的の場合は無料となりません。

アクセス



- JR常磐線
原ノ町駅より 徒歩16分
- 常磐自動車道
南相馬ICより 車で8分
- 駐車場46台
(おもいやり駐車場2台)
- マイクロバス進入可

休館日

毎週月曜日 (月曜日が祝日の場合はその日以降の最も近い平日が振替休館)
年末年始12月28日～1月3日

お問い合わせ

南相馬市健康福祉センターゆらっと
〒975-0011 南相馬市原町区小川町668番地の1
電話：0244-26-5711 ファクス：0244-26-5821



ゆらっと

南相馬市健康福祉センター

南相馬市

館内案内図


新型コロナウイルス感染症対策により、施設利用を制限する場合があります。

トレーニング室




有酸素運動をするためのランニングマシンやエアロバイクをはじめ、体幹トレーニング器具等10種類のマシンを使って運動することができます。

集会室



会議やサロン活動に適したお部屋です。
収容人数：会議利用時 24名

和室



12畳の部屋が2室あります（間仕切り使用時）。片方の部屋には、茶道用電気炉を設置しています。
収容人数：座布団利用時
片面 8名
全面 16名

多目的ホール



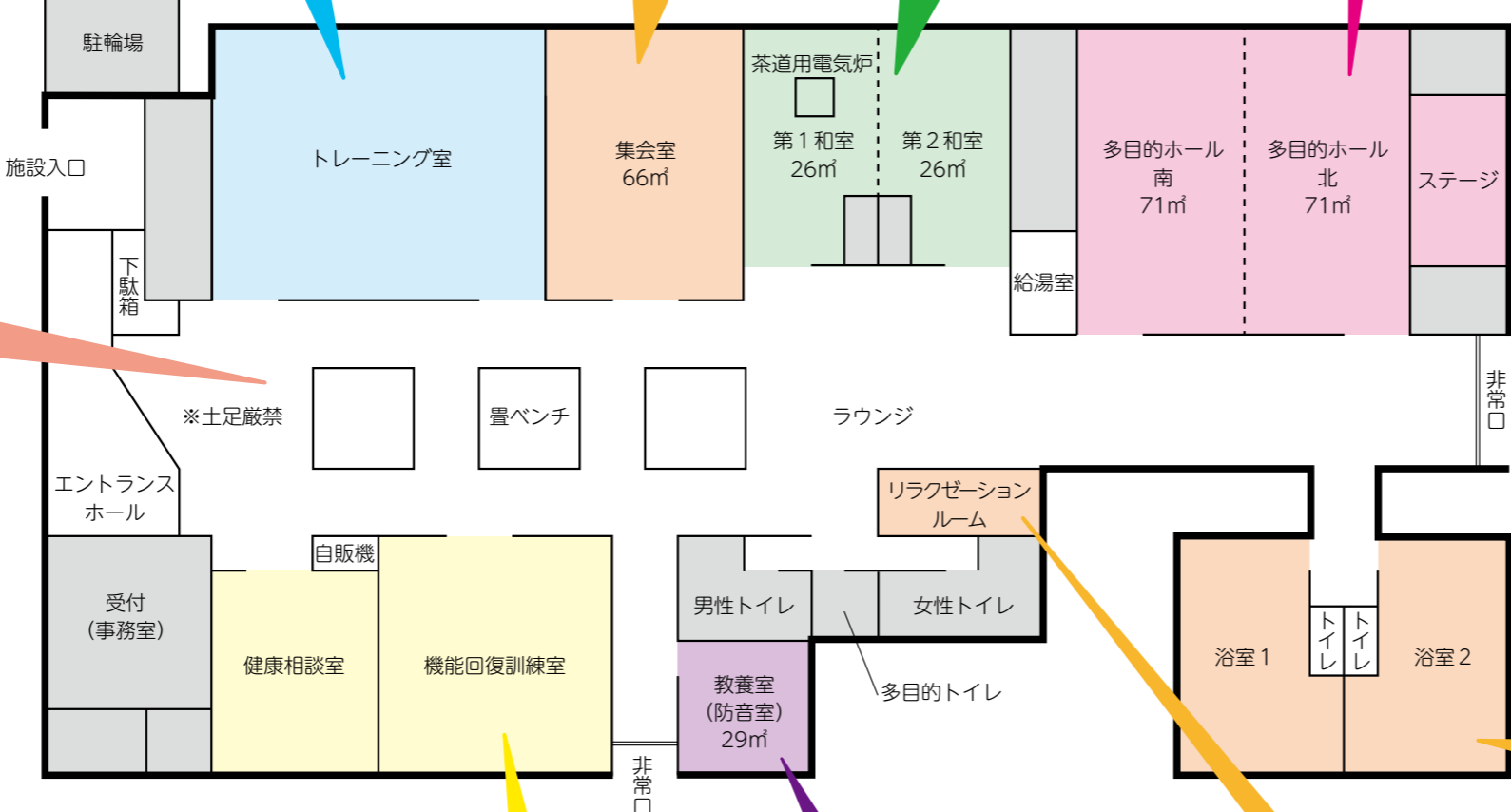
イベントや発表会など多方面での利用が可能です。
設備：プロジェクター
150インチのスクリーン
照明、音響機材等
収容人数：会議利用時
片面 20名
全面 40名



ラウンジ



畳ベンチで休憩することができます。



浴室1 南側



浴室は2種類のデザインで週入替制。坪庭を見ながら、ゆったり入浴できます。

浴室2 北側



設備
・ ボディーソープ
・ シャンプー&リンス
・ ドライヤー



機能回復訓練室



マシントレーニングやストレッチ運動等、長寿福祉課主催の介護予防教室を行っています。参加するには申し込みが必要です。
申込み・お問合せ
南相馬市長寿福祉課
0244-24-5404

教養室(防音)



カラオケや楽器演奏、DVD観賞等に利用できます。
収容人数：会議利用時 10名

リラクゼーション



マッサージチェア2台 ヘルストロン4台※
無料で利用できます。
※電界が全身を包み込むことで、自律神経を整える等の手助けをする健康器具です。



南相馬市健康福祉センターは、市民の皆様が健康でいきいきと暮らせるよう、誰もが気軽に利用することができる施設です。趣味活動や生涯学習を通しての仲間づくりの場を提供するとともに、若い世代も利用できる多世代交流施設を目指しています。また、高齢者の健康増進を目的に、介護予防教室や高齢者が安心して運動できる環境を整えています。