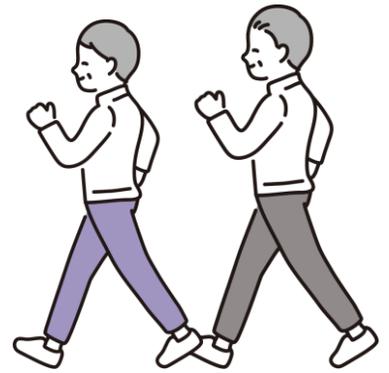




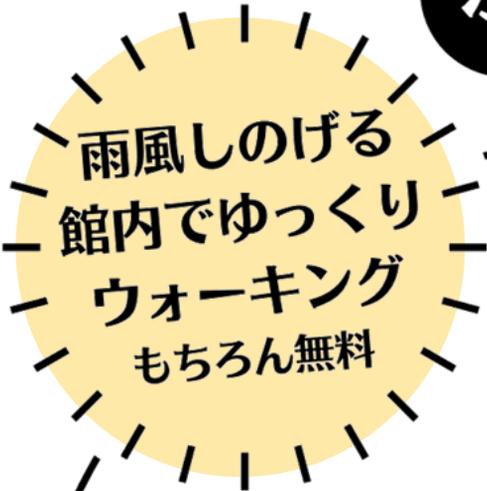
健康は一日にしてならず



ふれセン

## 開催期間

令和6年12月12日(木)カラ  
令和7年3月31日(月)マデ



雨風しのげる  
館内でゆっくり  
ウォーキング  
もちろん無料

## 利用ルール

- ・スパイク等のついた靴は禁止。  
※雨天時等は靴裏の砂泥や水分を玄関マットでおとしてから！
- ・原則ウォーキングのみ。
- ・廊下周回コースは一方通行。
- ・荷物は自己管理が原則。
- ・休憩は2階ロビーまたは休憩室を利用※休憩室の利用は別途窓口にて受付。
- ・他の利用者や来館者に配慮しゆずりあいの心で！

主 催：鶴岡市教育委員会（温海）  
協 賛：温海体育協会  
後 援：温海第1・2・3・4地区自治会  
企画運営：温海生涯学習振興会  
☎0235-43-4411（平日9時～17時）

# 館内ウォーキング

## 利用時間

午前：9～12時  
午後：12～17時  
夜間：18～22時

※利用カレンダーにより制限あり  
※カレンダーはふれセン内に掲示

## ■ウォーキングコース

- ・廊下周回コース  
多目的ホール～2階ロビー
- ・階段昇降コース  
1～3階の階段往復

## ■利用方法

- 1.来館時、2階窓口にて利用者カードを記入し  
スタンプカードを提示  
ネームホルダー受取
- 2.館内をウォーキング
- 3.退館時、2階窓口にて  
ネームホルダー返却

スタンプ10個以上で  
タオルプレゼント♪

