



2月 エクササイズクラブ計画表

曜日	月	火	水	木	金
日付				1	2
使用できる時間				9時～12時 13時～16時	9時～12時 13時～16時
日付	5	6	7	8	9
使用できる時間	閉館	9時～12時 13時～16時	閉館 13時～16時	閉館	9時～12時 13時～16時
日付	12	13	14	15	16
使用できる時間	閉館 振替休日	9時～12時 13時～16時	閉館	閉館	9時～12時 13時～16時
日付	19	20	21	22	23
使用できる時間	閉館 リズムウォーキング 13時～16時	閉館 13時～16時	9時～12時 13時～16時	9時～12時 13時～16時	閉館 天皇誕生日
日付	26	27	28	29	
使用できる時間	9時～12時 13時～16時	9時～12時 13時～16時	9時～12時 13時～16時	閉館	

★ センターの事業の都合上、急遽予定が変更になる場合があります。ご了承ください。

★ 利用希望者は、年度ごとに登録の更新が必要です。
エクササイズクラブ登録用紙に必要事項を記入し、事務所へ提出してください。

利用にあたって

- ・ 施設利用のルールを守ってください。
- ・ 器具の使用後は、消毒をお願いします。

献血

400mL採血基準
体重/男女ともに50kg以上
年齢/男性：17～69歳
女性：18～69歳
※65歳以上の方は60～64歳の間に献血経験がある方に限ります

令和6年2月27日(火)

三股町役場



受付時間：9:30-12:00
13:30-16:00

町総ぐるみ
献血運動

ご協力いただけた方に今回限定！三股町の地場産品をプレゼント☆

ダウンロード 無料!

献血アプリ「ラブラッド」が登場!

- 献血の予約
- 事前のWeb問診
- その他うれしい特典満載



iPhoneの方



Androidの方

混雑回避のためご予約をお願いします

予約方法

- ① ラブラッドから予約
- ② 電話予約 TEL0985-50-1800
(平日9:00～17:00)

● 献血可能なお薬：高血圧・高脂血症・痛風のお薬（当日医師が判断する場合があります）

※上記の他にも、献血可能なお薬もあります。
献血基準(服薬・既往歴)に関するチャットボットで確認可能です▶

