

東部トレーニングセンター 9月 予定表



日	月	火	水	木	金	土
		1	2 休館日	3	4 PM レディースタイム	5
6	7	8	9 休館日	10	11 PM レディースタイム	12
13	14	15	16 休館日	17	18 PM レディースタイム	19
20 休館日	21 休館日	22 休館日	23 休館日	24	25 PM レディースタイム	26
27	28	29	30 休館日	21日、22日は祝日のため 休館となります。		

～ お知らせ ～

◆ はじめての方、見学の方は、裏面をご確認ください。

※ 随時、本人確認や住所確認をさせていただくことがあります。
その際は、マイナンバーカードや運転免許証などの提示をお願いいたします。



最新の情報はこちらの
二次元コードでご確認
いただけます。

西部・南部トレーニングセンターのスケジュールは異なります。ご注意ください。

健康の駅よこて『東部』トレーニングセンター 週間予定表（9月）

開館時間							
	日	月	火	水	木	金	土
9:00 ～ 12:00				休 館 日			
	閉館中				閉館中		
13:00 ～ 17:00						レディース タイム (女性限定)	
【休館日】水曜日、第3日曜日、祝日、年末年始(12/29～1/3)（臨時休館日あり）							

はじめての方へ → 初回のみ、原則として以下の時間での受付となります	
はじめての方の 受付時間	平 日 13:00～16:00 土・日 9:00～11:00／13:00～16:00
★ 見学は、開館中ならいつでもOK! お気軽にお越しください。(イベント開催中を除く)	

利用料金・ご利用上のお願い
- ご利用いただける方は、15歳以上の方（ただし、中学生を除く）です。 ※ 要支援、要介護認定、または、これに相当する状態の方は、ご利用できません。 ※ 妊娠中の方、また妊娠の可能性のある方は、ご利用できません。 - 利用料金は、300円です。（市外の方は、600円） - 利用時間は、1日に 2時間 です。（受付から退館まで） ※ 「午前と午後も利用する」など、2時間を分割してのご利用はできません。 - 終了時間の30分前までに受付をお願いします。（新規ご利用の方は1時間前まで） - ご利用の際は、会員証、内履きが必要です。

所在地	健康の駅よこて 東部トレーニングセンター (☎0182-32-2450) 横手市駅前町1-21 ニッパツY ² ぷらざ4階
問い合わせ先	横手市健康福祉部 健康推進課 健康の駅係 (☎0182-35-2127) 横手市横山町1-1

西部トレーニングセンター 9月 予定表



日	月	火	水	木	金	土
		1 タトレ	2	3	4	5 休館日
6 休館日	7	8 タトレ	9	10	11	12 休館日
13 休館日	14	15 タトレ	16	17	18	19 休館日
20 休館日	21 休館日	22 休館日	23 休館日	24	25	26 休館日
27 休館日	28	29 タトレ	30	21、22、23日は祝日のため 休館となります。		

～ お知らせ ～

◆ はじめての方、見学の方は、裏面をご確認ください。

◆ 夕暮れトレーニングタイム

・毎週火曜日 17:30～20:30（5月～11月）

※ 随時、本人確認や住所確認をさせていただくことがあります。
その際は、マイナンバーカードや運転免許証などの提示をお願いいたします。



最新の情報はこちらの
二次元コードでご確認
いただけます。

東部・南部トレーニングセンターのスケジュールは異なります。ご注意ください。

健康の駅よこて『西部』トレーニングセンター 週間予定表（9月）

開館時間						
	月	火	水	木	金	土・日
9:00 ～ 12:00						休 館 日
	閉館中					
13:00 ～ 17:00						
メンテナンス		-閉館中-				
17:30 ～ 20:30		夕暮れ トレーニング タイム				
【休館日】土曜日、日曜日、祝日、年末年始（12/29～1/3）（臨時休館日あり）						

はじめての方へ ➡ 初回のみ、原則として以下の時間での受付となります

- はじめての方の受付時間 ➡ 13:00～16:00
➡ 17:30～ 閉館時刻の1時間前（夕暮れトレーニングタイム）
- ★ 見学は、開館中ならいつでもOK! お気軽にお越しください。（イベント開催中を除く）

利用料金・ご利用上のお願い

- ご利用いただける方は、15歳以上の方（ただし、中学生を除く）です。
※ 要支援、要介護認定、または、これに相当する状態の方は、ご利用できません。
※ 妊娠中の方、また妊娠の可能性のある方は、ご利用できません。
- 利用料金は、300円です。（市外の方は、600円）
- 利用時間は、1日に 2時間 です。（受付から退館まで）
※ 「午前と午後も利用する」など、2時間を分割してのご利用はできません。
- 終了時間の30分前までに受付をお願いします。（新規ご利用の方は1時間前まで）
- ご利用の際は、会員証、内履きが必要です。

所在地

健康の駅よこて 西部トレーニングセンター （☎0182-26-2631）
横手市大森町菅生田245-34 南部シルバーエリア内

問い合わせ先

横手市健康福祉部 健康推進課 健康の駅係 （☎0182-35-2127）
横手市横山町1-1

南部トレーニングセンター 9月 予定表



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3 タトレ	4	5 休館日
6 休館日	7	8	9	10 タトレ	11	12 休館日
13 休館日	14	15	16	17 タトレ	18	19 休館日
20 休館日	21 休館日	22 休館日	23 休館日	24 タトレ	25	26 休館日
27 休館日	28	29	30	21、22、23日は祝日のため 休館となります。		

～ お知らせ ～

- ◆ はじめての方、見学の方は、裏面をご確認ください。
- ◆ 夕暮れトレーニングタイム
 - ・毎週木曜日 17：30～20：30

※ 随時、本人確認や住所確認をさせていただくことがあります。
その際は、マイナンバーカードや運転免許証などの提示をお願いいたします。



最新の情報はこちらの
二次元コードでご確認
いただけます。

東部・西部トレーニングセンターのスケジュールは異なります。ご注意ください。

健康の駅よこて「南部」トレーニングセンター 週間予定表（9月）

開館時間						
	月	火	水	木	金	土・日
9:00 ～ 12:00						休 館 日
	閉館中					
13:00 ～ 17:00						
メンテナンス				-閉館中-		
17:30 ～ 20:30				夕暮れ トレーニング タイム		
【休館日】土曜日、日曜日、祝日、年末年始（12/29～1/3）（臨時休館日あり）						

はじめての方へ ☞ 初回のみ、原則として以下の時間での受付となります

- はじめての方の受付時間 ☞ 13:00～16:00
☞ 17:30～ 閉館時刻の1時間前（夕暮れトレーニングタイム）
- ★ 見学は、開館中ならいつでもOK! お気軽にお越しください。（イベント開催中を除く）

利用料金・ご利用上のお願い

- ご利用いただける方は、15歳以上の方（ただし、中学生を除く）です。
※ 要支援、要介護認定、または、これに相当する状態の方は、ご利用できません。
※ 妊娠中の方、また妊娠の可能性のある方は、ご利用できません。
- 利用料金は、300円です。（市外の方は、600円）
- 利用時間は、1日に 2時間 です。（受付から退館まで）
※ 「午前と午後も利用する」など、2時間を分割してのご利用はできません。
- 終了時間の30分前までに受付をお願いします。（新規ご利用の方は1時間前まで）
- ご利用の際は、会員証、内履きが必要です。

所在地

健康の駅よこて 南部トレーニングセンター （☎0182-42-3040）
横手市十文字町十五野新田字増田道東19 三重地区交流センター

問い合わせ先

横手市健康福祉部 健康推進課 健康の駅係 （☎0182-35-2127）
横手市横山町1-1