

健康づくり・体かづくり・介護予防

東郷町施設サービス株式会社は、町民の皆さまの健康づくりを全力でサポートします！

東郷町 総合体育館

☎(0561) 38-6111
事業案内

TIS 健康づくり事業監修

子どもたちが、遊びや運動・スポーツを通して元気いっぱい成長していけるよう応援しています。



内藤 久士 教授
順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科 研究科長

※後職・所属は 2019年3月現在

togo わくわく体操塾

子ども向け運動教室 随時見学・体験可能

☎ (0561) 38-6111

子ども体操教室



※水中教室のみ
TISトレジム (0561) 37-5812

子ども水中教室



Jr. サッカー教室



ジュニア HIPHOP 教室



元世界チャンピオンも指導にあたっています！

Jr. ソフトテニス教室



ドラゴンズベースボールアカデミー

※本教室は実施主体が異なります

TIS アドバイザー

池谷 幸雄
池谷幸雄体操倶楽部代表
全日本ジュニア体操クラブ連盟理事
ソウル・バルセロナ五輪
体操メタリスト

TIS アドバイザー

西川 大輔
日本大学スポーツ科学部
教授
ソウル・バルセロナ五輪
体操メタリスト

TIS 健康事業部長

巢立 隆宏
大阪清風高校時代、
池谷氏・西川氏らとともに
インターハイ、国体で
団体優勝

TIS スーパーアドバイザー

伊藤 美香
ソフトテニス世界選手権
全日本総合選手権
団体・個人 優勝

TIS の元気なスタッフと最強のサポート陣で、子どもたちの未来をサポートします!!

体育館2階

体育館スタジオレッスン

☎(0561) 38-6111

- ◇おとなの★チアダンス
- ◇ZUMBA
- ◇クラシックバレエ
- ◇イングリッシュミュージカルシアター
- ◇フラダンス
- ◇フォークダンス
- ◇骨盤修正ヨガ

お気軽にお問合せください!

全国の書店で好評販売中の子ども向け運動絵本

どうぶつまねっこたいそう

を監修したTISのノウハウで、楽しく展開しています!

厚生労働大臣認定
健康増進施設

イーストプラザ いこまい館

☎(0561) 37-5811

事業案内

からだのオアシス TIS トレジム

はじめての方大歓迎!楽しく汗をかきましょう!

☎ (0561) 37-5812 (火曜定休)

開館時間 午前9時～午後10時
※日曜は午後6時まで
(水中のご利用は午前10時～午後9時)

休館日 毎週火曜日
(祝日の場合も休館)
年末年始、メンテナンスによる臨時休館日

対象年齢 高校生以上

※はじめての方は、初回オリエンテーションの受講が必要です (予約制)

チーフトレーナー
中島



★豊富なレッスンメニュー★

- ホグユルッサ
- ストレッチポール
- TIS YOGA
- バランスボール
- ボクササイズ
- ウォーキング
- ZUMBA
- エアロビクス
- 水中運動
- パレトン
- フラダンス
- アロマリラックス

など、他にもいろいろ!

TIS earth YOGA

沖縄



熊野古道



スタジオを飛び出して、様々な所で行なうヨガイベントが大好評です!

お気軽に見学、お問合せください!
☎(0561) 37-5812 (火曜定休)

利用料金

- 1 回利用券・・・510 円
- 1ヶ月定期券 (トレジム・水中併用)
 - ・町内 (在住・在学・在勤)・・・5,140 円
 - ・町外・・・5,650 円 (高齢者・障がい者割引あり)
 - ・町内 65 歳以上 ※午前中入場限定 (お昼 12 時までに入場、・・・3,600 円 各種割引・特典は適用しません)
 - ・ナイト SS 定期 ※平日 18 時以降、土日祝限定・・・3,600 円

はじめてでも安心

初回オリエンテーションで、ジムのしくみやマシンの使い方など、分かりやすくご説明いたします。一緒に楽しく健康づくりしましょう!



インストラクター
内山



ディレクター
後藤



いこまい館 1階

TIS いこまいカフェ

営業時間

月・水・木・金曜 午前9時～午後5時
火曜のみ 午前9時～午後3時

ラストオーダー

【軽食】 15:00 【ドリンク】 16:30

モーニングサービス

午前9時～11時

カフェでホッと一息しませんか?

いこまいカフェ ☎(0561) 39-5334

特製お弁当 500 円
大好評!

人気!

生搾り野菜ジュース
手作りのココロクック
自慢のジフォンケーキ
サンドパン♪
ご購入ください!



子育てするなら東郷町!

いこまい館 2階

つどいのひろば

- 手遊び
- 読み聞かせ
- 体操
- 工作
- 音楽遊び
- お誕生会 ほか

楽しい日替わりイベントをご用意してお待ちしています!
つどいの広場では、いこまい館・町民会館・体育館で行なわれている教室等に参加される方の託児サービスもおこなっています。

【託児】

1時間 500 円
(最大3時間)

託児のご利用には条件がございます。詳しくはつどいの広場スタッフ、お電話にてご確認ください。

お母さんの心休まる場に。

いこまい館総合案内 ☎(0561) 37-5811

指定管理者 東郷町施設サービス株式会社

〒470-0162 東郷町大字春木字山崎 887 番地 5 電話 (0561) 37-1900 (代)

ホームページ <http://www.togo-tis.co.jp/>

Facebook は随時更新中!ぜひご覧ください!

TIS イメージキャラクター
ティス丸くん