

# ほのかだより

2月号  
令和7年2月1日発行

さらに寒い季節となり感染症も流行る時期です。  
手洗いうがいを小まめにする事はもちろんですが、  
しっかり運動をして体力と免疫力を上げる事で病気に負けない  
体作りをしましょう！(\*^-^\*)鬼は外！福は内！エイエイオー！

ライトフィットネスhonoka  
玉野市明神町8番28号  
☎0863-33-0557  
(株) ハート&クリエーション

2月お誕生日  
おめでとうございます!

『2025年の絵馬』  
願いを込めて書いて頂きました

府木先生の専門的な運動指導

見学・体験 随時受付中！！ お気軽にお越しください！

お問い合わせ  
お待ちしております！  
ライトフィットネスhonoka  
☎0863-33-0557

利用者登録空き状況

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
AM	△	△	△	△	△
PM	◎	○	◎	△	○

◎余裕あり    ○やや余裕あり    △残り少ない

皆様に安心してご利用いただけますように  
引き続き感染対策を徹底してまいります！

