

こんにちは！ 市民ふれあい公園管理事務所です

春到来！園内では次々と花が咲きだします。
開園して36年。木々も大きく成長しました。
これからも、安心・安全をモットーに「訪れる人々がく
つろげるレクリエーション緑地」を提供してまいります。
スポーツや健康増進、みなさんの憩いの場として活用
してくださいね。

公益財団法人富津市施設利用振興公社 ☎0439-87-8778
富士見グリーンテニス管理事務所 ☎0439-87-8101
富津市総合社会体育館 ☎0439-87-3001

スポーツ施設の行事予定を確認！
テニスコート・野球場・総合社会体育館等の予約は
システム予約が便利です。まずはご登録を！

市民ふれあい公園管理事務所
富津市新富146-2 ☎0439-87-4205



河津桜

森と広場ゾーン



ボケ

森と広場ゾーン



梅

森と広場ゾーン



水仙

森と広場ゾーン



3月～4月頃

ハナミツキ

野球場脇の歩道



ソメイヨシノ

ふれあいゾーン

オオムラサキ
ツツジ

スポーツゾーン

4月～5月頃



ウコンザクラ

近隣広場ゾーン

ウコンザクラ
(珍しい桜です)

ソメイヨシノ

スポーツゾーン



八重桜

スポーツゾーン

6月頃～
ガクアジサイ紫陽花
(あじさい)

ふれあいゾーン

総合社会体育館健康教室

火曜日
10:00~11:00

ミズノララサーキットライト

自分の体重を使った筋力トレーニングと有酸素運動であるリズム体操を交互に行います。

デュアルタスク運動で脳の活性化も目指します。

対象：概ね60歳以上の方

定員：15名

受講料：4,500円（1クール/10回）
500円（単発）



火曜日
10:30~12:00

健康なぎなた教室

なぎなたで丈夫な足腰とバランスの良い姿勢が身につき、声を出すことでストレス発散になります。

対象：どなたでも

1日だけでも参加可

料金：無料



火曜日
13:00~14:00

ミズノグッズエクササイズ

楽しく簡単に道具を使用したトレーニングを行います。

対象：体を動かすことが好きな方

料金：500円



水曜日
10:00~10:30

ミズノ ショートレッスン

【無料】30分間の運動レッスン！

ストレッチや筋力トレーニング、イスを使った運動など、参加者に合わせた運動レッスンを行います。

対象：トレーニングルーム利用者

定員：10名



木曜日
10:00~11:00

ミズノララフィット

自分の体重を使って筋肉や関節など体を動かすことに関係する部分すべてを鍛える運動プログラムです。

対象：概ね60歳以上の方

定員：15名

受講料：4,500円（1クール/10回）
500円（単発）



金曜日
13:00~17:00（希望時間予約制）

健康増進パーソナルトレーニング

お悩みに応じたメニューを提案しマンツーマン指導を行います。

対象：高校生以上

受講料：1回 30分 2,000円

60分 3,800円

回数券 5回 9,000円

10回 17,500円

※回数券は30分/枚となります



その他スクール

ミズノ卓球スクール 火曜日
（初級・中級・少人数・ジュニア）

ミズノ体育スクール 火曜日
（幼児・小1~2・小3~6）

ミズノバスケスクール 水曜日
（プライマリー・キッズ）

詳しくはお問い合わせください



▼お申し込み・お問い合わせ▼

富津市総合社会体育館

富津市施設利用振興公社・ミズノ共同体

【営業時間】 9:00 - 21:00

【休館日】 月曜日（振替えあり）・年末年始

<http://shisetsu.mizuno.jp/m-7576>

〒293-0011 千葉県富津市新富80-4

電話 0439-87-3001