

2026



人生を長く楽しむためには、健康であることが何よりの土台です。スポーツや趣味を思いきり満喫するためにも、日々の健康づくりが欠かせません。『健康長寿の街づくり』の要として、皆さまの健康寿命の延伸に寄与できるよう、スタッフ一同、丁寧で質の高いサポートに努めてまいります。

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます

昨年は約十一万人もの皆さまにご利用いただき、心より感謝申し上げます。

株式会社 水夢  
代表取締役社長  
山本 雄史

# すいむタイムス

第六十八号  
令和八年一月発行

## 2025年スイムゴルフ同好会結果 (氏名は敬称略)

第48回 2025.4.4

### 太閤坦C.C

優勝 西口敏一  
準優勝 朝子喜久男  
3位 北代敏也

第49回 2025.11.14

### クラウンヒルズ京都G.C

優勝 大槻昭治  
準優勝 國谷則之  
3位 西村潔

あやべ健康プラザ  
株式会社 水夢  
〒623-0011  
綾部市青野町西馬場下27-2  
電話(0773)40-1788  
<http://ayabe-suimu.com>



## 新規スタジオインストラクター紹介

**担当レッスン** 月曜日:はじめてのストレッチ・シンプルエアロ  
水曜日:ZUMBA®・シンプルエアロ(偶数週)  
シングルアクア  
※時間等詳細はHPをご確認ください。



芦田 美咲