

## ご利用方法・料金

### ◆利用料金◆

利用時間	9:00～12:00	13:00～17:00	18:00～22:00	
	3時間	4時間	4時間	
ふれあい ルーム1	800円	1,100円	1,100円	
ふれあい ルーム2	800円	1,000円	1,000円	
研修室	400円	500円	500円	
調理実習室	450円	600円	600円	
会議室	250円	400円	400円	

利用時間	13:00～15:00	15:00～17:00	18:00～20:00	20:00～22:00
	2時間	2時間	2時間	2時間
ふれあい ルーム1	550円	550円	550円	550円
ふれあい ルーム2	500円	500円	500円	500円
研修室	250円	250円	250円	250円
調理実習室	300円	300円	300円	300円
会議室	200円	200円	200円	200円

利用時間	9:00～17:00	9:00～15:00	13:00～22:00	9:00～22:00
	8時間	6時間	9時間	13時間
ふれあい ルーム1	2,250円	1,700円	2,550円	3,700円
ふれあい ルーム2	2,150円	1,600円	2,400円	3,500円
研修室	1,150円	850円	1,300円	1,900円
調理実習室	1,250円	950円	1,400円	2,100円
会議室	800円	600円	800円	1,300円

### ◆利用方法◆

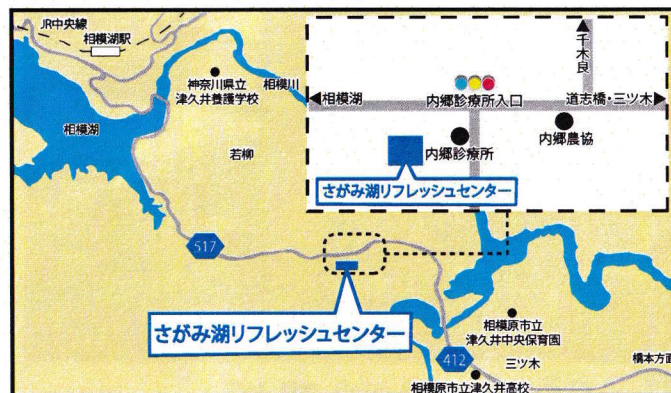
構成員の過半数以上が65歳以上の方がいる団体	→	利用日の6ヶ月前から 申請受付
それ以外の団体	→	利用日の2ヶ月前から 申請受付

・申請の受付は、センター2階にて開館日の9時00分から17時00分までとなります。  
・利用日の3日前までに受付に利用申請書の提出と料金の納入をしてください。

### ◆利用料金の減免◆

構成員の過半数が65歳以上の団体	→	50%減免
市内の地域自治振興、教育振興又は社会福祉振興に関する 公益性が高いと認められる活動を行うことを目的とする 団体がその目的のために利用する場合	→	100%減免

## アクセス



### ◆橋本方面から◆

バス / JR橋本駅北口から「三ツ木」行き、終点「三ツ木」で下車、  
三ツ木から「相模湖駅」行き「内郷診療所前」  
下車徒歩2分(所要時間約35分)

車 / 国道16号から国道413号を「三ツ木」方面、「三ツ木」から  
412号を相模湖方面に直進、「内郷診療所」の信号を左折し、  
10m直進して右側に駐車場あり

### ◆相模湖方面から◆

バス / JR相模湖駅から「三ツ木」行き、「内郷診療所前」  
下車徒歩2分(所要時間約20分)

車 / 国道20号相模湖駅前から国道412号を「三ツ木」方面に進み、  
「内郷診療所」の信号を右折し、10m直進して右側に駐車場あり

## さがみ湖リフレッシュセンター

お問合せ

☎ 042-685-3988

〒252-0175 神奈川県相模原市緑区若柳1207-4  
開館時間 9時～22時(夜間利用がない場合は17時)  
休館日 年末年始、特別清掃・点検(3回/年)  
<https://sagamiko-refresh.com/>

相模原市

## さがみ湖リフレッシュセンター

sagamiko refresh center



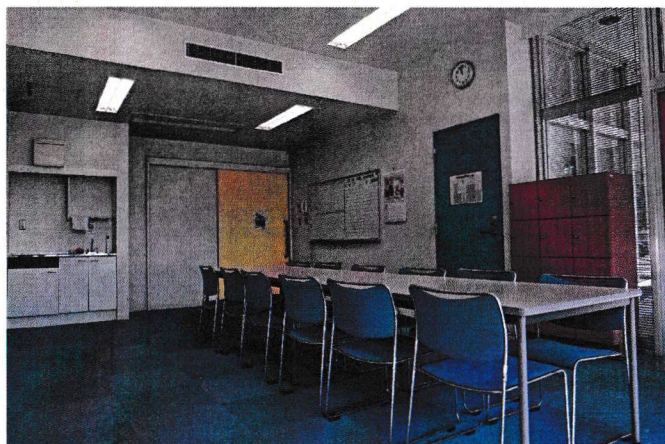
相模原で楽しく!健康に!

指定管理者 株式会社ギオン

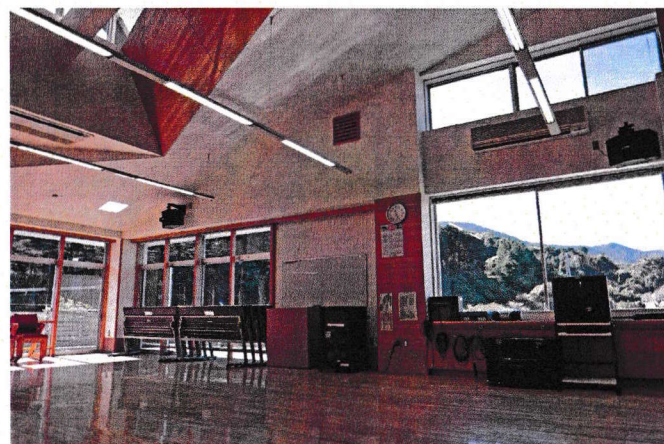


指定管理者  
ホームページ





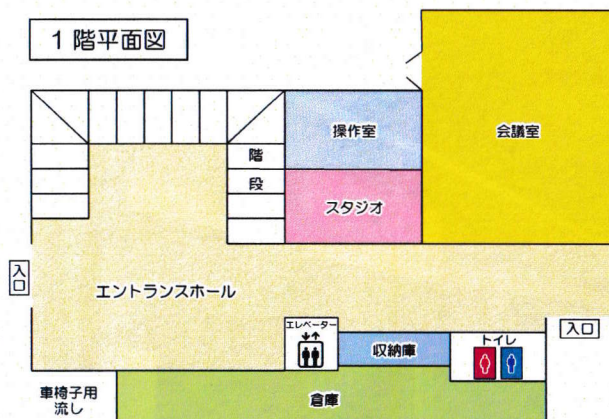
**1F 会議室** (33㎡) 定員:15名  
流し台もあり、10名程度の少人数の勉強会や打合せにご利用ください。



**2F ふれあいルーム1** (93㎡) 定員:36名  
音響設備があり、音楽に合わせた体操やカラオケを楽しむことができます。



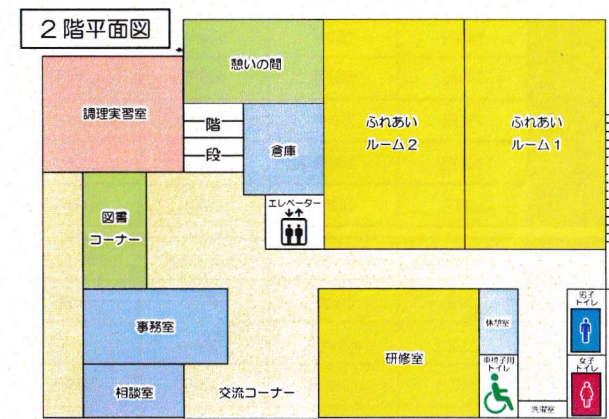
**2F 調理実習室** (49㎡) 定員:24名  
料理教室等の活動に利用できます。調理器具も全て揃っています。



## ● 教室プログラム

【生きがい大学】	【健康測定会】	【健康体操教室】
花の育て方&楽しみ方	体組成測定	手ぬぐい体操
楽しい川柳講座	長座体前屈	リズム体操
苔玉教室	握力	ミニボール体操
バス見学会	開眼片足立ち	ロコモ予防体操
そば打ち教室 etc	健康相談 etc	認知症予防体操 etc

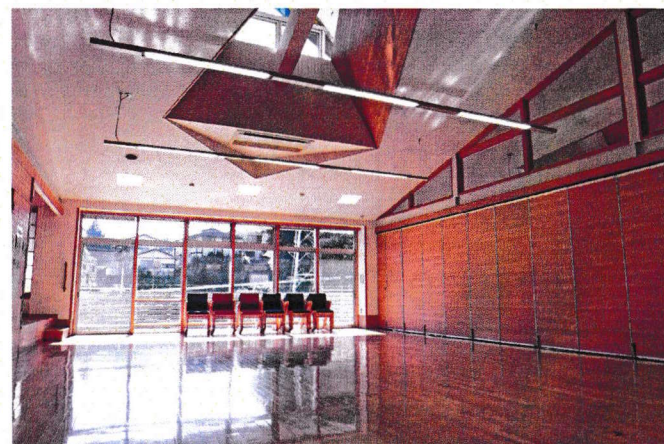
定期的にさまざまな事業を行っております。  
実施事業や教室内容・時間など、詳細はお問合せください。  
※上記プログラムは2019年度のものです。毎年実施するプログラムが変更となりますので、予めご了承ください。



**2F 図書コーナー** (4400冊)  
本の貸出はおひとり6冊2週間までです。



**2F 憩いの間** (12畳) 定員:12名  
調理後の試食や将棋・碁が楽しめます。



**2F ふれあいルーム2** (88㎡) 定員:36名  
ストレッチマットや卓球台があり、健康増進のための運動ができます。



**2F 研修室** (48㎡) 定員:20名  
20~30名程度の各種会議に利用されるには最適な部屋です。