

高齢者講座(健康体操)

日時 12月19日(水) 13:30~15:00
場所 あさけプラザ 1階第1集会室
対象 四日市市及び三重郡に在住の60歳以上の方
指導者 藤井 信子さん
参加料 無料
申込み 当日直接お越しください(事前申込み不要)



くるべ古代歴史館へ 行こう!!



くるべ古代歴史館
四日市市大矢知町2323-1
☎365-2277
休館日:月・火曜日(休日の場合は翌日)、年末年始(12/29~1/3)、臨時休館有り
開館時間:9:00~17:00



あさけプラザ1階の展示コーナーにて開催中の「久留倍官衙遺跡出土品展」。
その片隅で、ひっそりと同時開催中の、スタンプラリー。
あさけプラザには1種類のスタンプがあり、あとは「くるべ古代歴史館」にあります。
くるべ古代歴史館では、日替わりでスタンプの種類が変わるので、色々な絵柄を
集められます。そして、なんと!スタンプを3つ集めて「くるべ古代歴史館」に持っ
ていくと、プレゼントがもらえます。
古代朝明郡衙の歴史を感じに、ぜひ足を運んでみませんか。



あさけプラザ

公益社団法人日本詩吟学院認可 三重岳仁会



日本詩吟学院は、国内最大級の会員を有する詩吟愛好家の団体です。

その中であって、三重岳仁会は、四日市市を中心に県内各地に多くの教場を開いております。

詩吟には、腹式呼吸により大きな声を張り上げてうたう健康効果があり、昔の偉人たちの作った漢詩・和歌の勉強もできる伝統文化です。

年齢を重ねるごとに大声で笑ったり、おしゃべりの機会もだんだん少なくなります。ストレス解消して優雅な生活を送るにはピッタリです。

初心者大歓迎です。連絡をお待ちしてます。

芝田 岳尚 090-8325-6306