

※以下の講座をお申込みの際、ドメイン指定受信設定等をされている方は、
「@city.yokkaichi.mie.jp」からのメールを受信できるように設定をお願いします。

4月キッズのはつらつエクササイズ

日 時：4月10日(水) 10:30~11:15
場 所：体育館
内 容：親子でストレッチやかけっこ、バランス運動など
講 師：スポーツインストラクター 藤原 ルミさん
対 象：四日市市または三重郡に在住する2~4歳の幼児と保護者
(幼児1人と保護者1人で1組)
定 員：20組(先着順)
参加費：無料
持ち物：動きやすい服装、体育館用上履き(幼児・保護者分)、バスタオル1枚、
フェイスタオル2枚、水分補給用飲み物
申込み：4月8日(月)までに、専用フォームから

キッズのはつらつ
エクササイズ
お申込みはこちら



4月の高齢者講座（健康体操）

日 時：4月17日(水) 13:30から(13:00から受付)
場 所：1階 第1集会室
講 師：(社)日本3B体操協会公認指導士 藤井 信子さん
対 象：四日市市または三重郡に在住する60歳以上の人
参加費：無料(事前申込み不要)



MY介護の広場

あさけプラザ文化団体紹介

ぎゆう 津軽三味線 義結会

津軽三味線義結会は、津軽三味線をベースに津軽民謡のアンサンブルを楽しむ団体です。

1989年より、あさけプラザ文化団体に所属し、秋と春の文化祭を学習の発表の場として楽しんでいきます。

津軽三味線太棹の響きと津軽の唄に興味ある方は、声をおかけください。

担当 松永 義武
090-8079-2241

