

あさけプラザ 2月号 通信



令和8年2月1日 第495号
発行 四日市地域総合会館あさけプラザ
四日市市下之宮町296番地1
TEL(059)363-0123 FAX(059)363-0129
<http://www.city.yokkaichi.mie.jp/asakeplaza/>

【アクセス】 asakeplaza@city.yokkaichi.mie.jp
近鉄富田駅下車 西口より徒歩約15分
東名阪自動車道四日市東インターから車で約10分
国道1号近鉄富田駅口交差点から車で約5分

介護予防講座～高齢期の身体活動～

日時：2月13日(金) 14:00～15:30
場所：2階 第1小ホール
内容：高齢期の身体活動のポイントとして、転倒予防などについて伝えます。
講師：三重県理学療法士会会員理学療法士
対象：四日市市または三重郡に在住・通勤・通学する人
定員：30人(当日、先着順)
参加費：無料



2月の高齢者講座(健康体操)

日時：2月18日(水) 13:30～(受付13:00から)
場所：1階 第1集会室
講師：(公社)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)
持ち物：タオル、水分補給用飲み物



ふれあい福祉作品展

日時：2月28日(土)・3月1日(日) 10:00～16:00
場所：1階 ロビー
内容：わかば共同作業所、くろがね作業所による 自主製品の展示即売



28日(土)、ホールにて
開催される
「こころの健康・福祉の
フェスティバル」(演劇
や体験発表・講演)との
関連イベントです。

あわせて
ご参加ください!



貸館施設の予約システムが新しくなります。

現在、あさけプラザでは、新しい公共施設案内・予約システムの更新に向けた調整を行っています。
新システムではオンライン上で、利用者登録や予約等ができるようになります。
あさけプラザでの更新時期やその運用に関してはまだ未定ですが、決まり次第、「あさけプラザ通信」等でお知らせします。