

あさけプラザ 4月号 通信



令和8年4月1日 第497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

郷土作家展「水彩画」

日時：4月2日(木)～6月28日(日)8:30～20:45(初日は13:00から)
場所：1階 展示コーナー
内容：日展友会・光風会会員の粕谷(かすや)邦男さんから、同プラザで水彩画の指導を受ける「祭水会(さんすいかい)」会員の作品を展示



4月高齢者講座(健康体操)

日時：4月15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



● バランスボールエクササイズ

日時：5月9・16日・23日、6月6・13日
(いずれも土曜日 全5回) 14:00～15:00
場所：4階 音楽室
講師：バランスボールインストラクター 藤井 久美子さん
対象：四日市市または三重郡に在住・通勤・通学する70歳以下の方
定員：12人(応募多数の場合は抽選)
参加費：1,700円(参加回数問わず全額で1,700円、初回参加時に支払い)
持ち物：動きやすい服装、ヨガマットまたはバスタオル、上靴もしくは裸足、水分補給用飲み物
申込み：4月25日(土)(必着)までに、申込フォームから、または往復はがきで、講座名・住所・名前・年齢・電話番号を、同プラザへ



バランスボール
エクササイズ
お申込みはこちら



第101回中庭コンサート

～ピアノソロコンサート～

日時：5月12日(火)18:30～19:15
場所：中庭(雨天の場合は1階 ロビー)
出演：ピアノ・キーボード・エレクトーン奏者、作編曲家 山崎 雅也
演奏曲：皆さんにおなじみの名曲
入場料：無料(事前申込み不要)

