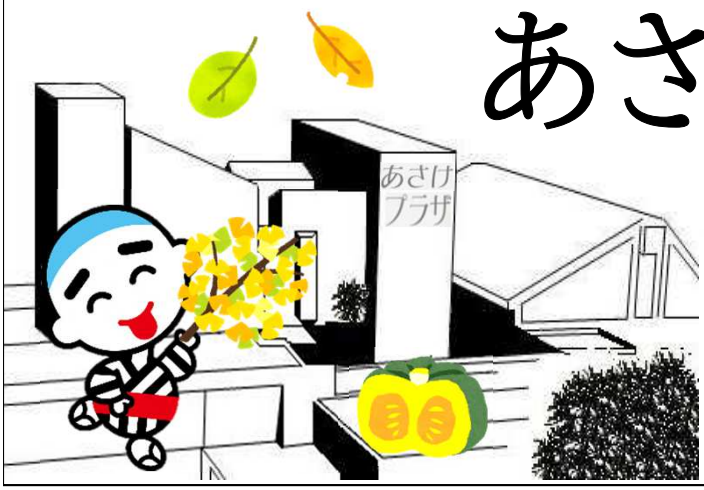


あさけプラザ通信

11月号

令和８年１１月１日　　第５０４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/
✉asakeplaza@city.yokkaichi.mie.jp

【アクセス】
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

11月高齢者講座（健康体操）



日　時：11月18日（水）　13:30～（受付13:00～）
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：動きやすい服装、タオル、水分補給用飲み物

※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。

デザイン書道～羊年の年賀状を書こう～



日　時：12月2日（水）　10:00～11:30
場　所：3階　美術室
講　師：（一社）日本デザイン書道作家協会 正会員
　　榮田 清峰（えいだ　せいほう）さん
対　象：四日市市または三重郡に在住・通勤・通学する人
定　員：20人（応募多数の場合は抽選）
参加費：700円（材料費ほか）
持ち物：書道用具一式（書道用太筆・細筆、下敷き（フェルト地）、
　　文鎮、墨、すずり）、汚れてもよい服装
申込み：11月18日（水）（必着）までに、申込フォームまたは往復はがきで
　　講座名・住所・名前・年齢・電話番号を記入して、同プラザまで

**デザイン書道
～羊年の
年賀状を書こう～
▼**

12月キッズのはつらつエクササイズ

日　時：12月9日（水）　10:30～11:15
場　所：体育館
内　容：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
定　員：30組（先着順、こどもと保護者で1組）
参加費：無料
持ち物：動きやすい服装、体育館用上靴、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：12月6日（日）までに、申込フォームから



**12月キッズの
はつらつ
エクササイズ
▼**