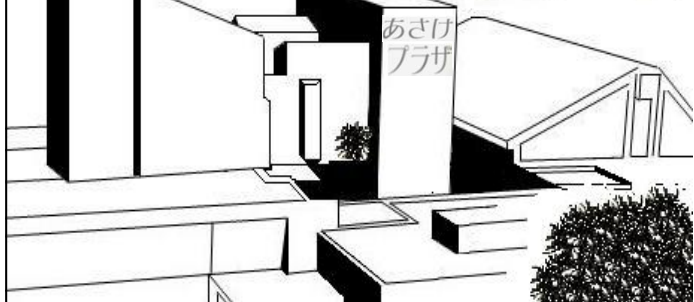


あさけプラザ通信



平成29年5月1日 第390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/>

新企画!!

地産地消 & まごわやさしい料理教室①

生産者の皆さんのお話を聞き、地産地消と季節の取り合わせによるカラダにやさしい料理を学んで、地域の魅力を再発見してみませんか。

日時：5月26日(金)午前10時～午後1時

場所：あさけプラザ 2階料理室

内容：トマトと春野菜でデトックス

対象：四日市市及び三重郡に在住または在勤・在学の方

講師：松山千奈美さん

定員：20人(応募多数の場合は抽選)

参加料：1,500円

申込み：5月11日までに、住所、名前、年齢、電話番号、講座で知りたいことを、はがきか電話、ファクスであさけプラザへ

ま	まめ	豆製品
ご	ごま	種実類
わ	わかめ	海藻
や	やさい	野菜
さ	さかな	魚介類
し	しいたけ	キノコ類
い	いも	イモ類

新企画!!

初めての^{せいふ}整膚+α

自分で皮膚をつまんで血流をよくし、簡単なストレッチを交えながらコリのない身体づくりを目指します。

日程：5月25日(木)、6月8日(木)・22日(木)、7月13日(木)・27日(木) <全5回>

いずれも午前10時30分～正午

場所：あさけプラザ 2階第2小ホールほか

講師：伊藤 美奈さん

対象：四日市市及び三重郡に在住または在勤・在学で、5回とも出席できる人

参加料：1,500円

定員：20人(応募多数の場合は抽選)

申込み：5月10日までに、住所、名前、年齢、電話番号を、はがきか電話、ファクスで直接、あさけプラザへ

持ち物：タオル、水ほか

新企画!!

キッズと保護者のはつらつエクササイズ

子どもも大人も体育館で一緒に運動して、体を動かす楽しさを身につける新講座です。

日程：5月18日(木) 毎月第3木曜日 午前10時30分～11時30分

場所：あさけプラザ 体育館

内容：ストレッチやかっこ、バランス運動など

講師：藤原 ルミさん

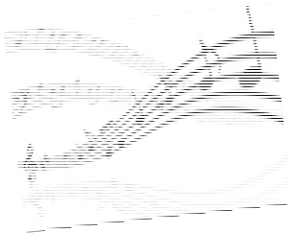
対象：四日市市及び三重郡に在住または在勤・在学の保護者と子ども(2～4歳)

参加料：無料

定員：20組(先着順)

申込み：5月4日午前9時以降に、電話または直接あさけプラザへ

持ち物：上履き、水など



第45回 中庭コンサート

アマチュア演奏家による屋外コンサートです。今年は、5月以降8回開催予定です。

日時：5月18日(木)午後6時30分～7時15分

場所：あさけプラザ 中庭(雨天時:1Fロビー)

出演：torquelod(トルクロッド)

内容：家族がテーマの、ピアノとギター・パーカッションによるアコースティックなライブ
曲目：にじ(カバー)

オリジナルソング: Clover for you、かえで通り、とべないホテル、つぼみ 他
入場料:無料(全席自由)

高齢者講座(健康体操)

日時：5月17日(水)午後1時30分～3時

場所：あさけプラザ 1階第1集会室

指導者：藤井 信子さん

対象：四日市市及び三重郡在住または在勤の60歳以上の人

参加料：無料

申込み：当日直接お越しください

あさけプラザ図書館より

TEL363-0102 FAX361-1990

子どもの読書週間 子どもの本の紹介カード募集 ～すきな本、おしえて！～

期間：平成29年4月20日(木)～5月11日(木)

場所：あさけプラザ図書館(カウンターにて紹介カード配布)

内容：好きな本の内容や紹介文をカードに記入して

ディスプレイに貼ってください。

書いてくれた人は番号くじを引いていただきます。さあ、何が当たるかな？

対象：子どもとその保護者



完成したディスプレイは図書館に5月28日(日)まで展示します

新企画!!

赤ちゃん絵本の読み聞かせ

赤ちゃん向けの読み聞かせが、あさけプラザでも始まりました。
うたや手遊びで赤ちゃんと一緒にスキップしましょう。



日時：5月4日(木)午前11時～11時30分

場所：あさけプラザ図書館 幼児コーナー

対象：四日市市及び三重郡在住・在勤の保護者と 赤ちゃん(0歳から)

参加料：無料

あさけプラザ文化団体 紹介

ゆづき

結月流 梅寿会

日本舞踊、結月流 梅寿会です。

結月梅寿師匠のもと舞踊の稽古に励んでいます。

毎年あさけプラザ秋の文化祭に出演させていただいています。

結月の会での発表会や他の舞踊会などにも参加しています。

あさけプラザ文化祭でどうぞご覧下さい。

お待ちしております。

稽古場 あかつき台2・4丁目集会所

練習日 金曜日

連絡先 電話 059-338-7735 伊藤寿子(結月梅寿)

むめい

無名アトリエ

私達のアトリエは、絵を描くことが大好きな人たちの集まりです。

水彩画、アクリル画、油絵など、自由に好きな絵を描いています。

毎年、春と秋にあさけプラザの文化祭に展示させてもらっています。

仲間だけのサークルで指導の先生はおりません。

ですから会費はいりません。

美術室の使用料があるので2か月に一回くらい少額を出し合って、楽しく勉強しています。

楽しいおしゃべりもたくさんしています。描いた絵の感想も、お茶を飲

みながらみんなで話し合っています。お気軽に一度見に来て下さい。

活動場所 あさけプラザ 3階美術室

活動日 第1・第3水曜日(月2回)

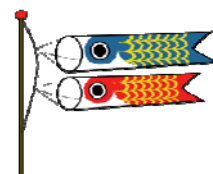
責任者 森田いつ子

連絡先 364-9858



秋の文化祭2018は、平成29年9月16日(土)・17(日)です
あさけプラザ文化団体 オフィシャルウェブサイト <http://asapla.jp/>

5月の催物ご案内



《図書館》

日	曜	催物	開始	終了	場所	連絡先	入場方法
4	土	赤ちゃん絵本の読み聞かせ	11:00	11:30	図書館	363-0102	無料
20	土	おはなしよっといで	14:00	14:30	1階 身体測定室	363-0102	無料
27	土	絵本の読み聞かせ	14:00	14:30	図書館	363-0102	無料

《体育館》

日	曜	催物	開始	終了	主催者	連絡先	入場方法
6	土	一般公開 (卓球・バドミントン)	9:30	16:30	あさけプラザ	363-0123	有料
7	日	バトントワーリング講習会	9:30	17:00	三重県バトン協会	090-1748-0925	関係者
13	土	一般公開 (卓球・バドミントン)	9:30	16:30	あさけプラザ	363-0123	有料
14	日	インディアカ	9:00	13:00	ミックスフレンドリーグ	090-5453-4251	関係者
18	木	卓球合同練習会	9:00	16:00	スポーツ連盟 三重卓球協議会	080-3626-6654	関係者
27	土	一般公開 (卓球・バドミントン)	9:30	16:30	あさけプラザ	363-0123	有料
28	日	バトントワーリング講習会	9:30	17:00	三重県バトン協会	090-1748-0925	関係者

《ホール》

日	曜	催物	開演	終演	主催者	連絡先	入場方法
21	日	信者大会	10:00	12:30	円応教八大教会	377-2124	関係者
27	土	平成29年度四日市北地区 交通安全大会	14:00	16:00	(一財)三重県交通安全協会 四日市北地区交通安全協会	366-3448	関係者
30	日	ピアノ発表会	13:20	15:30	おたまじゃくしの会	358-0757	関係者

※ 催し物の案内は、申請者の申込に基づき作成しておりますので、予定が変更になる場合もあります。詳細につきましては主催者へお問い合わせください。

【あさけプラザ休館日】

1日(月)・8日(月)
15日(月)・22日(月)
29日(月)

【風呂の休み】

3日(水祝)・4日(木祝)
5日(金祝)・25日(木)

毎月第3日曜日は「家庭の日」 家族のふれあいを深めましょう