



あさけプラザ通信

令和元年8月1日 第417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】

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号東富田町交差点から車で約5分

四日市 JAZZ FESTIVAL フレイベント in あさけプラザ

みんなで「音楽の街・四日市」をつくりあげる「四日市JAZZ FESTIVAL」が、近鉄四日市駅周辺で10月26日・27日に開催されますが、そのフレイベントをあさけプラザで開催します。一足先にJAZZ FESTIVAL出演者の音楽に触れ、本番に向けて盛り上がりましょう！

9月7日(土) 12:00開場 13:00開演

あさけプラザ ホール

入場無料(事前申込み不要)

出演: OCTOPUS、Blue Mint Julep、他1組

美UP! 元気UP! 貯筋エクササイズ

日時: 9月5日・19日、10月3日・17日・31日(いずれも木曜日) 9:30~10:30
場所: あさけプラザ 2階 第1小ホール
内容: 筋肉を維持するためのエクササイズ
講師: 油田 直美さん(フィットネスインストラクター)
対象: 四日市市か三重郡に在住、または通勤、通学する貯筋エクササイズ未経験の人
定員: 20人(応募多数の場合は抽選)
参加費: 1,500円
申込み: 8月22日(木)(必着)までに、講座名、住所、名前、年齢、電話番号を、往復はがきで、あさけプラザへ



楽しく体力UP! バランスボールエクササイズ

日時: 9月18日、10月2日・30日、11月6日・20日(いずれも水曜日) 9:30~10:45
場所: あさけプラザ 2階 第1小ホール
内容: 大きいボールを使って有酸素運動、筋トレ、ストレッチを行います
講師: 藤井 久美子さん(バランスボールインストラクター)
対象: 四日市市か三重郡に在住、または通勤、通学するバランスボール未経験の人
定員: 12人(応募多数の場合は抽選)
参加費: 1,500円
持ち物: 動きやすい服装、水分補給用の飲み物、ヨガマットもしくはバスタオル
申込み: 9月4日(水)(必着)までに、講座名、住所、名前、年齢、電話番号を、往復はがきで、あさけプラザへ





キッズのはつらつエクササイズ

大人も子どもと一緒に広い体育館で運動して、体を動かす楽しさを身につける講座です。

日 時：8月22日(木) 10:30～11:15
場 所：あさけプラザ 体育館
内 容：ストレッチやかけっこ、バランス運動など
講 師：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：20組(先着順)
参加費：無料
持ち物：バスタオル2枚、フェイスタオル2枚、上履き、飲み水
申込み：8月21日(水)までに、電話で、または直接、あさけプラザ窓口へ



8月の高齢者講座（健康体操）

日 時：8月21日(水) 13:30～15:00
場 所：あさけプラザ 1階 第1集会室
講 師：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)



あさけプラザ

日本舞踊・民踊 西川流 恒美会

大矢知地区市民センター和室で週一回(水曜日午後1時30分)お稽古しております。
趣味と健康の為習い始めた踊りですが、踊りを通じて人や地域とのつながりが出来(文化祭等)又自分自身の向上に大いに役立っております。
この高齢時代元気で生き々々生活出来ます事が何よりです。
年2・3回舞台に立ちます。踊り仲間と旅行も楽しめます。名古屋おどりも毎年出掛けます。楽しい目標に向かって精進しています。
お仲間はいかがですか！

会主 西川 章恒 059-351-5831



洒水草友会

私達は、野の花、山の花など自然界にある植物をメインに育てています。
年2回、春と秋に展示会を行い、会員の作品を多くの人に見てもらう為に日夜がんばっています。
花に興味のある方はぜひ入会して下さい。
毎月第3日曜日(3階美術室)例会を行います。

田中 功治 090-6078-2521





図書館だより



◇赤ちゃん絵本の読み聞かせ◇

8月1日(木) 11:00～11:30

◇紙しばい◇

8月3日(土) 14:00～14:30

◇夏のおはなし会◇

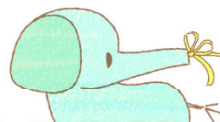
語りの会「どっこいしょ」によるお話し会

あさけプラザ 1階 身体測定室

8月17日(土) 14:00～15:00



参加自由 無料



8月の自主事業一覧

8月 3日(土) 地産地消料理教室 親子スイーツ～くるべの倉を作って食べよう! ～

8月 6日(火) 第62回中庭コンサート エレクトーンソロコンサート～音の夕涼み～

8月10日(土) 夏休み子ども陶芸教室①

8月18日(日) 夏休み電波教室～ラジオを作ろう～

8月21日(水) 高齢者講座(健康体操)

8月22日(木) キッズのはつらつエクササイズ

夏休み森の工作

8月24日(土) 夏休み子ども陶芸教室②

文化団体紹介



なでしこ会

私達なでしこ会は、琴の音色に魅せられて一週間に一度の練習と、一ヶ月に一度尺八の先生との合奏でその醍醐味を味わっております。

行事としましては、あさけプラザの文化祭、北勢の三曲会、又ボランティア等、勉強の場を持たせて頂いております。おけいこをしたあとの皆さんとお茶の時間も楽しみです。興味のある方御見学にいらして下さい。

久野(なでしこ会代表) 059-364-4128



2013/0

ギターラクラブ

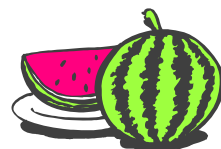
私達ギターラクラブは昭和45年より市民ホールの時代から発表会を続け、10年位前より、当あさけプラザにて、3月と9月に出演しています。

初心者大歓迎します。一度遊びに来て下さい。

毎週日曜日18時より
松本駅前メリーゴーランド
059-351-0006



8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
1	木	赤ちゃん絵本の読み聞かせ	11:00	11:30	図 書 館	363-0102	無 料
3	土	紙しばい	14:00	14:30	図 書 館	363-0102	無 料
17	土	夏のおはなし会	14:00	15:00	1階 身体測定室	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
3	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
10	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
17	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
22	木	キッズのはつらつエクササイズ	10:30	11:15	あさけプラザ運営協議会	363-0123	関係者
24	土	ふれあい小学生バレーボール交流会	9:00	16:30	Yカップふれあい小学生 バレーボール交流会	331-3561	関係者
25	日	ふれあいスポーツフェスティバル	9:00	11:30	大矢知地区 スポーツ委員会	365-8085	関係者
31	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

《ホール》

日	曜	催 物	開 演	終 演	主 催 者	連絡先	入場方法
9	金	四日市こども科学セミナー	14:00	15:30	四日市市教育委員会	343-5992	関係者
23	金	吹奏楽 発表会	13:00	15:30	四日市市立中部中学校 吹奏楽部	353-8568	無 料
25	日	パンチ佐藤講演会	13:00	14:50	(一社)四日市青年会議所 青少年育成委員会	351-2544	無 料
28	水	税金クイズ&クラウンショー	13:00	15:00	公益社団法人 四日市法人会女性部会	352-3390	無 料
31	土	四日市こどもミュージカル ミュージカル「ちいさな王子さま」をつくろう！ 発表会	15:00	16:00	公益財団法人 四日市市文化まちづくり財団	354-4501	無 料

《中庭》

6	火	第62回中庭コンサート 山崎雅也ソロコンサート～音の夕涼み～	18:30	19:15	あさけプラザ運営協議会	363-0123	無 料
---	---	-----------------------------------	-------	-------	-------------	----------	-----

※ 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】

5日(月)・13日(火)
19日(月)・20日(火)
26日(月)

【風呂の休み】

11日(日祝)・12日(月振)
22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