

令和2年8月1日

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号東富田町交差点から車で約5分

※新型コロナウイルスの感染状況によっては、各講座の定員を変更したり、 開催を中止することがありますので、ご了承ください。

8月の高齢者講座(健康体操)

日 時:8月19日(水) 13:30~

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

定 員:18人(先着順)

※定員を超えた場合、約45分後に2回目を開催させていただきます。

参加料:無料(事前申込み不要)





第68回中庭コンサート 二胡演奏 響

日 時:8月27日(木) 18:30~19:15

場 所:あさけプラザ 1階ロビー

容:おなじみの曲が二胡の調べによって、さまざまな色合いに変化します。

出演:二胡グループ「響」 参加料:無料(鑑賞自由)

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため座席間隔を空けますので、

十分な座席数が確保できない場合がございます。





~秋の講座を先取り

~意識が変われば身体が変わる~ 「美bodyメイクエクササイズ」

日 時:10月1日、15日、11月5日、12月3日、17日(いずれも木曜日)

全5回 9:30~10:30

場 所:あさけプラザ2階 第1小ホール

内容:いつまでも美しく機能的な身体を維持するためには、正しい筋トレ、ストレッチ、

有酸素運動をミックスすることが大切!仲間と一緒ならきっと大丈夫(^^)

なりたい身体を目指して頑張りましょう♥

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・通学する人

定 員:20人(応募多数の場合は抽選)

参加料: 1,500円

持ち物:動きやすい服装、水分補給用飲み物、ヨガマットもしくはバスタオル

申込み: 9月17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、

またはEメール(⊠asakeplaza@city.yokkaichi.mie.jp)で、あさけプラザへ

整富十α(5月~7月開講の講座を延期したものとなります)

日 時:10月8日、22日、11月12日、26日、12月10日(いずれも木曜日)

全5回 10:30~12:00

場 所:あさけプラザ2階 第1小ホール

内 容:皮膚を引っ張り、自分で身体の調子を整えてみませんか。

講 師:伊藤 美奈さん(整膚師・美容整膚師範)

対 象:四日市市か三重郡に在住、または通勤・通学する人

定 員:20人(応募多数の場合は抽選)

参加料: 1,500円

持ち物:タオル、筆記用具、水分補給用飲み物など

申込み: 9月24日(木)(必着)までに、講座名、住所・名前・年齢、電話番号、この講座で

知りたいことを、往復はがき、またはEメールで、あさけプラザへ



~ * * * * * * あさけプラザ

北真クラブ

北真クラブは、現在8人でそれぞれが得意分野の撮影をして年2回の あさけプラザでの文化祭で発表しております。今年はコロナウイルスの 影響で自粛して他県への撮影旅行も出来ません。文化祭も中止になっ ており、作品は身近な所で撮影して文化祭再開に向けて用意していま す。伊坂ダムを午前中ウオーキングしていますが、カメラを持った人を 良く見かけます。つい気になって声を掛けてしまいます。「新緑」や「カ ワセミ」「桑名西校ボート部」の練習等を写していると、話は煮えるんで すが、展示参加の話になると遠慮されてしまいます。趣味で写真を楽し んでいる方は、一度、展示発表をしませんか。北真クラブに声を掛けて 下さい。



090-1418-6085 TEL



自主事業一覧~

楽しい水彩画

日 時:10月14日、28日、11月11日、25日(いずれも水曜日) 全4回 9:30~11:30

場 所:あさけプラザ3階 美術室 内 容:静物・人形・風景・花の写生

講 師: 粕谷 邦男さん(日展会友・光風会会員)

対 象:四日市市か三重郡に在住、または通勤・通学する人

定 員:20人(応募多数の場合は抽選)

参加料: 2,000円

持ち物: 水彩用具、スケッチブック(F8かF10)、鉛筆(2Bか4B)

申込み: 9月30日(水)(必着)までに、講座名、住所・名前・年齢、電話番号、この講座で知りたいことを、

往復はがき、またはEメール(図 asakeplaza@city.yokkaichi.mie.jp)で、あさけプラザへ

バランスボールエクササイズ

日 時:10月21日、11月4日、18日、12月2日、16日(いずれも水曜日)

全5回 9:30~10:45

場 所:あさけプラザ2階 第1小ホール

内容:大きなボールに腰かけ、リズムよく弾んで身体を動かします。

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・通学する人

定 員:12人(応募多数の場合は抽選)

参加料: 1,500円

持ち物:動きやすい服装、水分補給用飲み物、ヨガマットもしくはバスタオル

申込み:10月7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、

またはEメールで、あさけプラザへ









図書館からのお知らせ

8月に開催を予定していた「おはなし会」は、すべて中止します。

文化団体紹介 *~。*~。*

プアメリアあかつき

今年の始めからコロナウイルスに世界中が恐怖にふるえ、プアメリアあかつきも4月から、フラレッスンを自粛して各自が、自宅でのトレーニングに切り替えつつ、前を向いて生きています。

テレビでアスリートの人達が勧めてますスクワット運動は、フラを 踊るときの基礎中の基礎です。

そのスクワットを自然にしながら、笑顔で踊るフラダンス、これからもずっと頑張りたいと思い、皆様にもお勧めしたいと思います。





8月の催物ご案内



《図書館》

日曜 催 物 開始 了 場 所 連絡先 入場方法

8月に開催を予定していた「おはなし会」は、すべて中止します。

《体育館》

日	曜	催物	開始	終了	主 催 者	連絡先	入場方法
1	±	ー 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
8	土	ー 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
15	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	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
29	±	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
30	田	第2回北部ブロックテニポン大会	9:00	12:00	四日市市スポーツ推進 委員協議会北部ブロック	090- 4234-8592	関係者
30		第21回北部ブロックタスポニー大会	13:00	16:00			

《ホール》

日	曜	催物	開演	終演	主 催 者	連絡先	入場方法	
2	日	天の岩戸の落語会	13:30	16:00	出口敦子	090- 3587-4198	無料	

《ロビー》

日	曜	催物	開演	終演	主 催 者	連絡先	入場方法
27	木	第68回中庭コンサート 二胡演奏 響	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】

3日(月) · 11日(火) 17日(月) • 18日(火) 24日(月) · 31日(月)

【風呂の休み】

10日(月祝) • 27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

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、状況によっては予定が変更になる場合もございます。

あさけプラザ 吊天井崩落対策工事に伴う一部休館 (令和2年10月26日より)

あさけプラザは、<u>令和2年11月1日から、ホール及びエントランスロビーの吊天井崩落対策</u> <u>工事</u>を実施致します。(工期予定:令和2年11月1日~令和3年9月30日) そのため、<mark>令和2年10月26日から、ホールは約11ヵ月間、エントランスロビーは</mark>

<u>約6ヵ月間、ご利用いただけません。</u> 工事が近づきましたら、看板やチラシなどで、来館経路や移動経路をお知らせ致します。 ご不便をお掛けして申し訳ありませんが、ご理解とご協力をお願い致します。