

# ゆうゆうプラザ 四季彩の湯



©2014栃木市とち介

令和元年 5月の休館日 ⇒ 5月 1日・2日・7日・13日・20日・27日  
(設備修繕等の為臨時休館となる場合があります)

令和元年5月号(平成31年4月発行)

4月29日(月) 13時00分～

## 江戸芸かっぽれ

会場: ゆうゆうプラザ大広間



5月6日(月・祝) ①13時00分より/②14時00分より

## YJCダンスライブ

会場: ゆうゆうプラザ エントランスホール



5月26日(日) 令和元年度・ふれあい健康福祉まつり

## むらさき JAPAN・特別公演

会場: ゆうゆうプラザ大広間

第一部 お芝居 11時00分 ～12時00分

第二部 華の舞踊ショー 13時30分 ～14時30分

第三部 お芝居 14時45分 ～15時30分

※ 演目は予告なく変更する場合があります。予めご了承下さい。  
(観覧には入館券が必要です)



栃木市大平健康福祉センター

## ゆうゆうプラザ

栃木県栃木市大平町西野田666番地1

電話 0282(45)2601 (カーナビ利用時は、0282(45)1788 にて検索下さい。)



《 駐車場をご利用の皆様へ 》

☆ゆうゆうプラザの駐車場は限りがございます。乗り合わせや公共交通機関のご利用をお奨めいたします。  
☆車両の放置はできません。集合場所等にはご利用にならないようお願い致します。



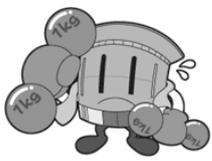
## ゆうゆうプラザの「JA農産物直売所」

営業日: 水/金/日曜日(午前10時から午後2時頃まで)

※農産物直売所はJAしもつけにて運営しております。

※ご来場時は必ず駐車場をご利用の上、  
通行時の安全に十分ご注意下さい。

四季彩の湯の入館料は「一般」300円/「65歳以上」200円 午前10時～午後9時迄営業(入場は午後8時30分まで)



# トレーニングルームからのお知らせ

営業時間\*午前9:30~午後9:00まで/日曜日のみ午後7時まで

## ☆ 新規利用者 大募集中 ☆

新規登録者募集中！初回講習は10時~/14時~/19時~（日曜除く）要予約

お仕事帰り、学校帰り、夜間の運動がお勧めです。みんなで楽しく、運動しましょう。  
参加を希望される方は、まず初回者講習を受講されてからのご利用となります。  
トレーニングルームにて予約の受付を行いますので、ご連絡をお待ちしております。

### ショートエクササイズも大人気！

	11:15	15:45	19:15
火曜	脳トレ&ストレッチ	ポール	チューブ&セラバンド
水曜	ボクシング	ストレッチ	体幹
木曜	筋トレ	リズム	ポール
金曜	ストレッチ	体幹	リズム
土曜	イス体操	ストレッチ	イス体操
日曜	体幹	ミニボール	



トレーニングの合間に  
各種ショートエクササイズ  
も開催しています。  
ご自身のトレーニングス  
タイルにあったご利用も可  
能です。

2019年度 ゆうゆうプラザ  
有料プログラム参加受付中  
☆ 3/1より申込開始  
~教室開始前日まで  
☆参加料5,000円

ソフトエアロ
キッズ運動クラブ
親子ピクス ひよこ
親子ピクス うさぎ
はじめてのヨガ
ピラティス
ボクシングEX

トレーニング初回者は、事前に  
講習会への参加が必要です。  
TEL 0282-45-2601

初回者講習会			
	午前	午後	夜間
火~土曜日	10:00	14:00	19:30
日曜日			

## からあげとほかほか お弁当の 「べんと Vento」

- ☆ からあげリニューアル 第1弾！
- ☆「白手羽先」「黒手羽先」の2種類が新たに登場します！（5月末日まで）
- ☆リニューアルを記念して、期間限定で1pc5本入り500円でご提供予定。
- ※ 詳細は、「べんと Vento」までお問合せ下さい。

営業時間：  
11時00分から20時00分  
（ラストオーダー19時30分）

- ご提供に、お時間を頂く場合があります。ご入浴前に注文頂きますとスムーズです。
- ゆうゆうプラザの会議室ご利用時にあわせてご注文下さい。（事前のご予約が必要です）

## ゆうゆうプラザ 四季彩の湯

ゆうゆうプラザのお風呂は、週代わりで男女湯が入替わりとなります。 栃木市大平町西野田666-1/TEL. 0282-45-2601



ゆうゆうプラザ四季彩の湯へ入館された方むけに、小広間（10畳）の利用予約を承っております。お電話にてお問合せ下さい。

### ■■ ご来館の際は、栃木市ふれあいバスがご利用できます！ ■■

※ ゆうゆうプラザ内バス停は、正面入口ロータリー付近となります。お乗りすごし等の無いよう、停留所にて余裕を持ってお待ちください。なおロータリー付近への駐車は厳禁です。絶対におやめください。※ふれあいバスは栃木市により運行されています。時刻表は栃木市HPを参照下さい。