

ゆうゆうプラザ 四季彩の湯



©2014栃木市とち介

1月のイベント情報

平成28年1月号(12月発行)

あけましておめでとうございます！今年もゆうゆうプラザを宜しくお願い申し上げます。

1/5(火) 午後1時より午後3時30分頃迄
初笑いとお歌と元気をあなたに！
プラザトリオ結成5周年記念!!



ウガちゃん ダイちゃん ゴイちゃん

【特別ゲスト】大平の歌姫 田中れい子／腹話術 永山登志子／津軽三味線 国分鳳水／デビュー4周年記念 小堀明歌謡

1/9(土) 午後1時より
沢れい子歌謡ショー



ゆうゆうプラザ
大広間にて開催

1/23(土) 12時スタート
YJCダンススタジオ・ダンスライブ



平成元年に藤岡町(現栃木市)にて発足。バレエとジャズダンスをベースにヒップホップや民族舞踏などをアレンジしたフリースタイルをダンスを踊る「非アイドル系パフォーマンス」グループ。様々なコスチュームで人気アーティストの曲やヒット曲を披露。「観ている人に楽しんでもらえる。また観たいと思ってもらえるステージ」をモットーに年間40回以上の公演を行っている。

会場：ゆうゆうプラザエントランスホール
時間：第一部 12時スタート／第二部 13時15分スタート



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⇒0282(45)1788 で検索下さい



佐野ラーメン大龍

ゆうゆうプラザ館内でお食事ができます。是非ご利用下さい。

営業時間 11:00～20:00
ラストオーダー 19:30



ゆうゆうプラザの「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)

ご利用下さい。

ご来場の際は駐車場をご利用の上、通行時の安全に十分ご注意ください。ますようお願い致します。

(農産物直売所はJAしもつけにて運営しております)

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時30分～午後9時まで／日曜日のみ午後7時まで(お電話0282-45-2601)

新規利用者
大募集中

あけましておめでとうございます！2016年もどうぞ宜しくお願い致します。
年末年始はいかがおすごしてでしょうか？
今年も心身共に引き締めて生きましょう！！

| 初回講習会 | | | |
|-------|-------|-------|-------|
| | 午前 | 午前 | 夜 |
| 火～土曜日 | 10:00 | 14:00 | 19:30 |
| 日曜日 | 10:00 | 14:00 | |

ショートエクササイズ開催時間 トレーニング利用料金

| 時間帯 | 回数 | | 障害者 保持 手帳 上 | 回数 | |
|----------------|-----|--------|--------------------------------------|-----|--------|
| | 1回 | 500 | | 1回 | 350 |
| 午前 11:15～11:30 | 1ヶ月 | 5,000 | 障 害 者 保 持 手 帳 上 | 1ヶ月 | 3,500 |
| 午後 15:45～16:00 | 3ヶ月 | 12,000 | | 3ヶ月 | 8,400 |
| 夜間 19:15～19:30 | 6ヶ月 | 21,000 | | 6ヶ月 | 14,700 |
| | | | | | |

ショートエクササイズは参加自由のプログラムです。楽しく動きましょ
う！

第3期「有料プログラム」 只今、開催中

定員：各25名程度
参加料：5千円

只今、参加者受付中！

※受付は、トレーニングルームの
営業時間に限らせて頂いております
事前に電話にてお問合せ頂けると
スムーズに御案内できます。
※ お問合せはトレーニングルーム

| 教室 | 曜日 | 内容 | 開催予定日 | | | | |
|-----------------|--------------------|---|-------|------|------|------|------|
| はじめての エアロピクス | 火曜日 19:30～20:30 | はじめての方でも楽しく全身を動かし、 汗をかいてリフレッシュ！ | 1/19 | 1/26 | 2/2 | 2/9 | 2/16 |
| | | | 2/23 | 3/1 | 3/8 | 3/15 | 3/29 |
| ソフトエアロピクス | 水曜日 10:00～11:00 | 軽快なリズムに合わせ、 楽しく身体を動かします。 | 1/6 | 1/13 | 1/20 | 1/27 | 2/3 |
| | | | 2/24 | 3/2 | 3/9 | 3/23 | 3/30 |
| KID's運動倶楽部 | 水曜日 16:00～17:00 | 運動や遊びを通じ、子どもに必要な筋力や運 動能力をバランスよく向上させていきます。 | 1/27 | 2/3 | 2/10 | 2/17 | 2/24 |
| | | | 3/2 | 3/9 | 3/16 | 3/23 | 3/30 |
| 親子ピクス うさぎクラス | 金曜日 10:00～11:00 | 1-3歳児とお母さん対象。重誼に合わせ全身の 筋肉を楽しく動かします。子どもの体力作り、親 子間コミュニケーションに。 | 1/15 | 1/22 | 1/29 | 2/5 | 2/12 |
| | | | 2/19 | 2/26 | 3/4 | 3/11 | 3/25 |
| 親子ピクス ひよこクラス | 金曜日 11:00～12:00 | 0歳児とお母さん対象。お子さんとスキンシップ しながら身体を動かします。産後体型改善等に。 | 1/15 | 1/22 | 1/29 | 2/5 | 2/12 |
| | | | 2/19 | 2/26 | 3/4 | 3/11 | 3/25 |
| はじめての ヨガ | 金曜日 14:00～15:00 | 自分と向き合い、身体の内側から美と健康を 目指し心と体のバランスを整えます。 | 1/22 | 1/29 | 2/5 | 2/12 | 2/19 |
| | | | 2/26 | 3/4 | 3/11 | 3/18 | 3/25 |

ゆうゆうプラザへは、ふれあいバス（岩舟線/藤岡線/部屋線）の他、
蔵タク等、公共交通機関をぜひご利用ください。

- ※ 蔵タクは市内各総合支所などでお申込みを受け付けています。
- ※ 駐車場のスペースには限りがございます。相乗り等でのご来館をお勧めいたします。
- ※ ゆうゆうプラザの入口ロータリーはふれあいバスが常時運行しており、
駐車禁止となっております。ご理解の程よろしくお願い申し上げます。

栃木県地球温暖化防止活動推進センター主催「Eco to share とちぎ」開催中

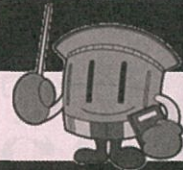
マイカー以外でゆうゆうプラザにご来館頂くたびにスタンプ押印で、ミニプレゼントを進呈いたします。申込み受付は、
四季彩の湯受付まで。スタンプカードを配布しております。なお、プレゼントには限りがございます。予めご了承下さい。

ウォームシェアとちぎ スタンプラリー 開催中です！

スタンプ押印は「四季彩の湯」受付にて行っております。ぜひゆうゆうプラザであつたまって下さい

ゆうゆうプラザ 貸し会議室のご案内

会社での打合せ/企業説明会/面接会場/趣味/サークル活動/教室等。
市内外を問わずご利用できます。



事前見学も承ります。ご連絡の上お申込み下さい。(お申込先0282-45-2601)

栃木市公共施設予約システムにて、インターネット上より予約状況を確認できます。
詳細は、栃木市のホームページにてご確認ください。ただいま、インターネット利用登録申請受付中。

ゆうゆうプラザへの無料団体送迎を行っております

※送迎は栃木市が行う事業です。

対象：栃木市民（1回25名まで）/申込：ゆうゆうプラザ（受付は施設毎に実施しております）
予約状況を確認の上、受付致します。なお、集合場所及び行き先は1箇所にお定め頂きます。



ゆうゆうプラザ 四季彩の湯

栃木市大平町西野田666-1/TEL. 0282-45-2601



1月の休館日1(金)/2(土)/3(日)/4(月)/12(火)/18(月)/25(月) 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。