

ゆうゆうプラザ 四季彩の湯



©2014 栃木市とち介

四季彩の湯 3月の休館日⇒3月5日・12日・19日・26日（設備修繕の為臨時休館となる場合があります）

イベント情報

平成30年3月号(2月発行)

3月10日(土) 奈奈美 歌謡ショー

会場●ゆうゆうプラザ 大広間
開演●14時00分

母恋桜 (ははこいさくら)

(作詞: 奈奈美 補作詞: 時しぐれ 作曲: 渡辺勝彦 編曲: 岩上峰山)

トコトン酒場 (とことんさかば)

(作詞: ないとうやすお 作曲: 渡辺勝彦 権曲: 岩上峰山)



みんなで一緒にあったまろう!!

ウォームシェア WARM SHARE

暖かさを分け合いませんか?

栃木市

ゆうゆうプラザは
栃木市のウォーム
シェアスポットです。

ゆうゆうプラザ レストランの再開について

いつもゆうゆうプラザをご利用いただき誠にありがとうございます。現在、ゆうゆうプラザでは、レストラン再開に向けて活動を行っております。お楽しみの皆様におかれましては大変おまたせしている所でございますが、今しばらくお待ちいただきますようお願い申し上げます。



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⇒ 0282(45)1788 で検索下さい。



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。

(農産物直売所はJAしもつけにて運営しております)

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

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9:30～午後9:00まで/日曜日のみ午後7時まで(お電話0282-45-2601)

新規
利用者
募集中

はじめての方も安心してご参加いただけます！今回講座に「ピラティス」が増えました。皆様のご参加お待ちしております。

初回者講習会

	午前	午後	夜
火～土曜日	10:00	14:00	19:30
日曜日	10:00	14:00	

トレーニングを初めて利用する際は初回者講習を受けてください。日々の運動不足が気になる方、ダイエットしたい方、筋力アップしたい方、、、お気軽にご連絡ください♪

平成30年第1期・有料プログラムは3月1日より受付開始

定員:各25名程度(一部を除く)・参加料:5千円

教 室		内 容	開催予定日				
シンプリーステップ (定員14名)	日曜日	ステップ台を使った昇降運動により足腰を強くします。脂肪燃焼にも効果的！	4/8	4/15	4/22	4/29	5/13
	19:15～20:15		5/20	5/27	6/3	6/10	6/17
はじめての エアロビクス	火曜日	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！	4/3	4/10	4/17	4/24	5/15
	19:30～20:30		5/22	6/5	6/12	6/19	6/26
ソフトエアロビクス	水曜日	軽快なリズムに合わせ、楽しく身体を動かし ます。	4/4	4/11	4/25	5/2	5/9
	10:00～11:00		5/23	5/30	6/20	6/27	7/4
KID s運動倶楽部	水曜日	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。	4/11	4/18	4/25	5/2	5/9
	16:00～17:00		5/23	6/6	6/13	6/20	7/4
新規 ピラティス	木曜日	適度に筋肉をつけ、ボディラインを引き締め ます。インナーマッスルを鍛えて、姿勢の改 善に効果的。	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17
	14:00～15:00		5/31	6/7	6/21	6/28	7/5
親子ピクス うさぎクラス	金曜日	1 - 3歳児とお母さん対象。童謡に合わせ全身 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。	4/13	4/27	5/4	5/18	6/1
	10:00～11:00		6/8	6/15	6/22	7/13	7/20
親子ピクス ひよこクラス	金曜日	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。	4/13	4/27	5/4	5/18	6/1
	11:00～12:00		6/8	6/15	6/22	7/13	7/20
はじめての ヨガ	金曜日	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。 (参加者多数の為、教室増加しました。)	4/13	4/20	5/11	5/18	6/1
	14:00～15:00		6/8	6/15	7/6	7/13	7/20
はじめての ヨガ ②	金曜日		4/13	4/20	5/11	5/18	6/1
	15:00～16:00		6/8	6/15	7/6	7/13	7/20

※ 参加費用5,000円 定員25名。(受付問合等は、トレーニングルーム営業時間に限ります。)

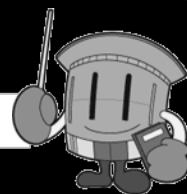
ゆうゆうプラザ 貸し会議室のご案内

会社打合せ・企業説明会・面接会場・サークル活動・講座教室等 市内外を問わずご利用が出来ます。

【ご利用の流れ】①利用者登録 ⇒ ②予約申請(料金支払) ⇒ ③ご利用 ⇒ ④ 利用終了の報告
又は申請書提出 (未払の方:料金支払い)

受付時間:午前8時30分から午後9時まで(休館日の受付・ご利用は出来ません予めご了承下さい)

- 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。
- 利用登録をすれば、ネットからのご利用申請が可能になります。(詳しくは栃木市HPを参照)



ゆうゆうプラザ 四季彩の湯

ゆうゆうプラザのお風呂は、交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



■■ 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。