



ゆうゆうプラザ 四季彩の湯



©2014 栃木市とち介

平成28年7月号(6月発行)

日頃より、ゆうゆうプラザをご愛顧いただきまして誠にありがとうございます。浴室改修工事でご迷惑をおかけしていましたが「四季彩の湯」について、7月1日(金)9時30分から再開いたします。なお、大広間については、6月14日(火)から開放しています。日頃からご利用くださっている皆様には、大変ご不便、ご迷惑をおかけしておりますが、もうしばらくお待ち下さいますようお願い致します。

尚、トレーニングルーム、レストラン、会議室などは平常通りご利用になれます。
(お問合せ先 高齢福祉課 21-2249/ ゆうゆうプラザ 45-2601)

四季彩の湯 無料開放のお知らせ

日 時：7月1日(金) 午前9時30分より午後8時30分まで

四季彩の湯の開館を記念しまして、7月1日(金)に四季彩の湯の無料開放を行います。ご入館の際は、受付までお申し出下さい。この機会にぜひ四季彩の湯をお試しください。7月2日からは通常通り午前10時からの開館となります。



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。



佐野ラーメン大龍

営業時間 11:00~19:00



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。よろしくお願いいたします。

(農産物直売所はJAしもつけにて運営しております)



トレーニングルームからのお知らせ

営業時間：午前9:00～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
大募集

夏バテになっていませんか？体を動かして元気に夏を乗り越えましょう！

料金表	午前	午後	夜
月～1日	1000	1400	1190
日曜	1000	1400	



ショートエクササイズ実施時間

午前 11:15～11:30
午後 15:45～16:00
夜間 19:15～19:30

トレーニング利用料金

一般	1回	500円	除65歳以上 保持者 予以上	1回	350円
----	----	------	----------------------	----	------

トレーニングを初めて利用する際は初回指導費を受けてください。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28年第2期「有料プログラム」

7月より開催致します。

定員：各25名程度

参加料：5千円

参加者受付は6月20日から

受付は、トレーニングルームの営業時間に行ってください。事前にお電話にてお問合せのうえ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受付まで

教室	内容	開催予定日					
ソフトエアロビクス	水曜日 1000～1100	緩やかなリズムに合わせて、楽しく体幹を鍛えます。	7/27	8/10	8/24	9/7	9/14
			9/28	10/5	10/12	10/26	11/2
KID's運動倶楽部	水曜日 1600～1700	運動や遊びを通して、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ます。	7/27	8/3	8/10	8/24	9/7
			8/14	9/28	10/5	10/12	10/26
親子ピクス うさぎクラス	金曜日 1000～1100	1.3歳児とお母さん対象。夏休み明けの暑さを楽しく過ごします。子どもの様子や、親子のコミュニケーション。	8/5	8/12	8/26	9/9	9/16
			9/23	10/7	10/28	11/4	11/11
親子ピクス ひよこクラス	金曜日 1100～1200	2歳児とお母さん対象。お母さんとのスキンシップしながら体を動かします。夏休み明け等に。	8/5	8/12	8/26	9/9	9/16
			9/23	10/7	10/28	11/4	11/11
はじめての ヨガ	金曜日 1400～1500	自分と向き合い、身体の隅から暑さと汗を流し心と体がバランスを整えます。	7/28	8/12	8/19	8/26	9/9
			9/16	9/23	10/7	10/14	10/28

サマータイムにより、トレーニングルームの7月、8月、9月の営業時間は、9:00～21:00(日曜日のみ19:00まで)となります。



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。相乗り等でのご利用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ひ申し上げます。

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 四季彩の湯

