



# ゆうゆうプラザ 四季彩の湯



©2014栃木市とち介

## イベント情報

平成29年8月号(7月発行)



7月22日(土)

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

時間:第1部 14時00分 / 第2部 15時00分

クールシェアとちぎ2017

期間:7月1日~9月30日

ぜひ今年の夏も静かな場所で皆で過ごしましょう!今年も市内のクールシェアスポットへでかけよう!!!!(詳しくは栃木市広報をご覧ください。)

### ゆうゆうプラザ特別企画

「里帰りとちぎ入館券」を販売します。

販売期間:平成29年7月19日(水)より  
平成29年8月13日(日)まで

価格:1,000円

使用期限:平成29年8月31日まで

※のべ5回利用できる入館券です。1名様が1回ご利用毎に1回押印します。利用期限は8月31日まで。尚、チケットを期間中に使用し切れなかった場合は、9月末までにお持ちください。未使用分1回につきタオル1枚(当社指定のもの)と交換致します。

### カラオケ業務の 休業のお知らせ

8月13日(日)から8月16日(水)までの期間、お盆のため、カラオケ業務はお休みとなります。あらかじめご了承ください。



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 10:00~20:00  
(ラストオーダーは19時30分となります)



### 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ください  
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

## 夏本番!

暑い夏を有意義に過ごしませんか。  
夏に負けない強い体を作りましょう!!

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29年第2期 有料プログラムは7月中旬より開催中! 定員:各25名程度(一部を除く) / 参

※ 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受付まで

第2期教室(7月-11月まで)は只今募集中です。

教室	内容	開催予定日					
シンプルステップ (定員14名)	日曜日 19:15~20:15	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!	7/23	7/30	8/6	8/20	8/27
			9/3	9/17	9/24	10/1	10/8
はじめての エアロビクス	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!	7/25	8/1	8/8	8/22	8/29
			9/5	9/12	9/26	10/3	10/17
ソフトエアロビクス	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。	7/26	8/2	8/9	8/16	8/30
			9/6	9/13	10/4	10/11	10/18
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。	8/2	8/16	8/23	8/30	9/6
			9/20	9/27	10/4	10/18	10/25
親子ピクス つさぎクラス	金曜日 10:00~11:00	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。	7/14	7/28	8/4	8/11	8/18
			9/8	9/15	9/29	10/13	11/3
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。	7/14	7/28	8/4	8/11	8/18
			9/8	9/15	9/29	10/13	11/3
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。	7/21	7/28	8/4	8/25	9/8
			9/15	9/29	10/6	10/13	10/27
はじめての ヨガ②	金曜日 15:00~16:00	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。	7/21	7/28	8/4	8/25	9/8
			9/15	9/29	10/6	10/13	10/27

大人気につき「はじめてのヨガ」教室を追加致しました!

皆様のご参加お待ちしております。その他の教室も絶賛受付中です。みなさま是非ご参加ください。



## ふれあいバス時間変更のお知らせ

平成29年4月1日より 栃木市ふれあいバス運転時刻が更新となりました。栃木市HPをご参照いただき、ぜひふれあいバスをご活用ください。

- ※ 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。
- ※ 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。



## 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)

ご利用の際は、利用時間は厳守願います。

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。だいた、インターネット利用登録申請受付中。

※ 平成29年4月より、休館日の会議室のご利用はできません。

## 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

