

健康福祉交流プラザまつり

8/24
(日)

9:00～15:00

事前申込のイベント お電話または窓口にてお申込みください。

先着
予約

スポーツ教室体験会

- ①かんたんエアロ 10:00～10:50
- ②骨盤deスッカリ美ボディ 11:00～11:50
- ③エンジョイエアロ 13:00～13:50
- ④コアトレ 14:00～14:50
- ⑤DISCO WORLD 15:00～15:50
- ⑥J-POPダンス 18:00～18:50

参加料/500円 定員/18名 対象/一般成人 会場/研修室

大腰筋マシン体験会

- ①13:00～13:30
- ②13:40～14:10
- ③14:20～14:50

参加料/500円
対象/一般成人/
会場/健康筋力づくり研究室



各4名

ワークショップ【先着予約制】

- ①10:00～10:20 世界にひとつ
- ②12:00～12:20 オリジナルバルーンステッキ作り
- ③14:00～14:20

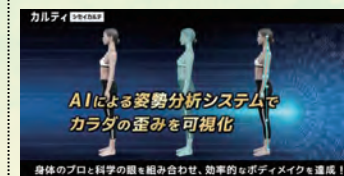
各6名

料金/300円 会場/体育館



シセイカルテ体験会

身体の状態に合わせた最も効率的なプログラムを提供!



参加料/500円
時間/10:00～15:00
(20分で3名)
会場/受付前

当日参加OKのイベント

トレーニングルーム 無料開放

時間/9:00～21:00



おもしろ自転車

色んな自転車大集合!

時間/10:00～15:00

料金/20分 300円

会場/ランニングコース

お支払いは受付にてお願いいたします
(100円チケット配布)

体組成計測定 (Inbody)

時間/9:00～16:00

会場/受付前

無料



100円で縁日

時間/10:00～13:00

会場/体育館

景品あり

明治安田生命 (ベジチェック)

時間/10:00～15:00

会場/体育館

無料

ステージプログラム

HIPHOP

13:30～

どなたでもご覧いただけます

会場/体育館

静岡県感染症対策課 (手洗いチェッカー)

時間/10:00～15:00

会場/体育館

無料



販売

・授産品
・地産地消野菜

会場/体育館

キッチンカー

- ・cherry roco:クレープ
- ・キノフーズ:たい焼き・焼きそばなど
- ・ハッピーバルーンみゆ:
- ・99'S:アサイー
- ・おたまちゃん食堂:駄菓子
- ・バルーンアート(無料/体育館)
- ・もうやんカレー
- ・あおぞらワーク:レモネード
- 時間/10:00～15:00 会場/芝生広場

8/24日
開催

知って
得する!

県民健康講座!

参加無料

電話または窓口にて
お申し込み下さい

【テーマ】歯みがきは裏切らない

毎日の歯磨きが、あなたの歯と健康を守る秘訣です。今日からできる効果的な歯磨き習慣と、その驚くべきメリットをご紹介します。

●時間/10:30～11:15

●定員/100名

●参加料/無料

●会場/ホール

お申し込み
いただいた方限定で
お土産付き



講師 佐藤 洋子氏

歯科医師・博士(医学)
静岡社会健康医学
大学院大学講師

共催/静岡県健康福祉部健康政策課

7月スタート! スポーツ教室各種 2次募集

大人スポーツ教室							指導内容
教室名	対象	教室No	曜日	時間	定員	料金	
軽スポ①	一般成人	30	火	9:30～10:30	15	6,000円(全10回)	楽しくカラダを動かして健康づくり。軽スポーツや体操で汗を流しましょう。
★軽スポ②	一般成人	38	木	14:30～15:30	15	6,000円(全10回)	
大人HIPHOP	中学生～一般成人	32	火	20:00～21:00	30	8,000円(全10回)	ステップやリズムの取り方を中心に、応用を取り入れた練習を行います。
子育てママの メンテナンスヨガ	一般女性	35	水	10:30～12:00	10	1回800円(全10回)	産後3か月以上であればお子様と一緒に参加可能。毎日頑張るあなたへ産後の身体に安全なヨガポーズの提案をしながら一点集中する中で心とカラダづくりをしていきます。
★すこやかストレッチ	一般成人	37	木	11:00～12:00	15	8,000円(全10回)	肩こり・腰痛・膝痛などで悩んでいる方、カラダの調子を整えて改善しましょう。
子供スポーツ教室							指導内容
教室名	対象	教室No	曜日	時間	定員	料金	
ジュニアHIPHOP②	小学3年生～6年生	52	火	18:45～19:45	25	7,500円(全10回)	音楽に合わせて、HIPHOPのリズムの取り方、ステップのノリを楽しみながらカラダを動かします。
ジュニアチア①	小学1年生～4年生	54	木	17:30～18:30	15	7,500円(全10回) ※ポイント代 別途1,800円	チアダンスの基本、元気・笑顔をもっとに声を出し、まわりまでも笑顔になるダンスを学びます。

★の教室は随時体験会対象教室(1回1,000円)【予約制】

申込
方法

窓口にて
お申し込み下さい。

※定員になり次第、受付終了となります。
※途中参加有、受付にご連絡ください。

日	月	火	水	木	金	土
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

日	月	火	水	木	金	土
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

日	月	火	水	木	金	土
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

□ スポーツ教室開催日 □ 休館日

夏季限定 教室

★電話または窓口にて
お申し込み下さい。

すこやかキッズ

日程/7/29・8/5・8/12(火曜日) 全3回
時間/13:00～13:45 対象/満3歳～年中
参加費/〈単発〉1,000円 〈3回まとめて〉2,400円

鉄棒やマット、
ボール運動、かけっこなど
多種多様な運動遊びを
取り入れ、楽しみながら
運動しよう。

キッズフラ&親子でフラ

日程/7/29・8/5・8/19(火曜日) 全3回 時間/15:00～16:00
対象/小中高生・または親子でのご参加(※親御様のみのご参加はできません)
参加費/〈単発〉1,000円〈3回まとめて〉2,400円 〈親子単発〉1,500円〈3回まとめて〉4,500円

ステップから耳にしたことの
ある曲をレッスン。子供または親子で
夏の思い出づくりに。

静岡県健康福祉交流プラザ

三島市谷田2276
開館時間/9:00～21:00
休館日/毎週月曜日・年末年始

お問い合わせ ☎055-973-7000

詳細はホームページへ

静岡県健康福祉交流プラザ

検索

ホームページ

LINE

指定管理者/
シンコースポーツ
静岡ビル保養グループ

https://shizuoka-koryu-plaza.com

