

8月21日は静岡県の誕生日!
「県民の日」関連イベント

健康福祉交流プラザまつり 8月23日(日)開催

事前申込のイベント 電話または窓口にてお申込みください。

スポーツ教室体験会 先着順

●参加料/500円 ●対象/一般成人 ●会場/研修室

教室名	時間	定員
① サマーフローヨガ	10:00~10:50	18名
② くびれ美人トレ	11:00~11:50	18名
③ 膝腰リセット	13:00~13:50	18名
④ エアロサーキット	14:00~14:50	18名
⑤ からだスッキリ ~ツールを使って~	15:00~15:50	18名
⑥ ZUMBA ~懐かしバージョン~	18:00~18:50	18名

大腰筋マシン体験会 先着順

●参加料/500円 ●対象/一般成人
●会場/健康筋力づくり研究室

時間	定員
⑦ 13:00~13:30	4名
⑧ 13:40~14:10	4名
⑨ 14:20~14:50	4名



ワークショップ

自然の物で世界に
一つだけの物をつくろう

●参加料/500円
●会場/体育館

・10:00~10:30
・10:30~11:00
・11:00~11:30
・11:30~12:00



当日参加
もOK

測定3点セット

(シセイカルテ・血管年齢・InBody)
身体の状態にあわせた最も
効率的なプログラムを提供!

●参加料/1,000円
●時間/
〈午前の部〉
10:00~12:00
〈午後の部〉
13:00~15:00
(20分で3名)
●会場/会議室



こどもの部

先着順
(予約状況により
当日参加OK)

無料

パルクール鬼ごっこ

パルクール仕様の会場です! ほぼ取り対戦!!
チームで優勝を目指せ★

●時間/〈1部〉13:00~
(2部) 13:30~
●対象/〈1部〉未就学児
(年少~年長)
〈2部〉小学生
●定員/各部40名
●持ち物/室内シューズ
●会場/体育館

景品
あり

当日、5人1組の
チーム分け後
トーナメント形式で
行います

当日参加OKのイベント

100円で縁日

●時間/9:30~12:30
●会場/体育館

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)

ぴかぴかタッチゲーム

カップ
わたがし



くじ引き

シューティングゲーム

景品あり

静岡県感染症対策課

(手洗いチェッカー)

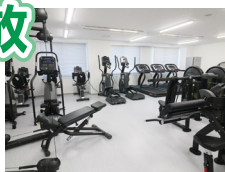
無料

●時間/
10:00~15:00
●会場/会議室前



トレーニングルーム 無料開放

●時間/
9:00~21:00



授産品・ 地産地消野菜などの 販売

●時間/9:00~無くなり次第

明治安田生命

(ベジチェック)
(糖化チェック)

無料

●時間/
10:00~15:00



キッチンカー



ハンバーガー・クレープ・オーバーライス・アサイーなど

バルーンアート/無料でプレゼント

●時間/10:00~15:00
●会場/芝生広場

8/23(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】お酒を楽しみ続ける ための健康講座



量と濃度を知り、高齢期のからだ
に合った工夫を考える。

●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
先着50名様限定で
キッチンカー割引券・お土産付き

共催/静岡県健康福祉部健康政策課



講師 吉岡 貴史氏

静岡社会健康医学
大学院大学准教授

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)	
子供スポーツ教室							指導内容
★ 親子体操	1歳半~3歳	50	火	10:45~11:45	12組	7,500円(全10回)	
NEW Girls HIPHOP	年中~ 小学3年生の女子	53	水	17:45~18:45	18	7,500円(全10回)	基礎から丁寧に教え、女の子らしい振り付けを中心に今流行りのK-POPを取り入れたクラスです。

◆Girls HIPHOPは施設都合により、今期に限り都度払いも可能です。(1回750円)

★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
7月	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
8月	2	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
9月	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					

□ 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/7/21・7/28・8/4(火曜日) 全3回
●定員/12名 ●時間/13:00~13:45
●対象/満3歳~年中
●参加費/〈単発〉1,000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。

夏休み宿題応援教室

夏休みの宿題(絵・習字)を
お手伝いします。

●日程・時間/〈絵〉8/2 10:00~11:30 〈習字〉8/8 13:30~14:30 ※施設都合により
●対象/小学生(大人の方も可) ●定員/〈絵〉20名 〈習字〉14名 開催中止の可能性あり
●参加費/〈絵〉2,000円 〈習字〉1,500円
●持ち物/〈絵〉絵の具セット(規定の用紙があれば持参) 〈習字〉習字セット(お手本は先生が書いてくれます)

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

https://shizuoka-koryu-plaza.com

LINE

指定管理者/
シンコースポーツ
静岡ビル保養グループ

