

ウェルネス通信



♪鬼はそと〜、
福はうち〜♪

年も明け、早いもので1ヶ月が経ちました。暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続いていますね。2月のウェルネスプラザでは、「日本のアンデルセン」と呼ばれ、日本全国で愛された久留島武彦さんの童話の人形劇を開催します。

イベント情報

2/9
土

日本全国で愛された 久留島武彦の童話[童話人形劇]

物である人形に命を吹き込むのは、観る人の“想像力”。お子様の想像力を喚起し育む、人形劇を開催します。ぜひお子様と一緒に、ひとみ座人形遣いの「表現力」をお楽しみください。

演目：トラのコウちゃん、カラスとおともだち

会場 多目的ホール(1F) 参加費 おひとり様500円 ※3歳未満のお子様は膝上鑑賞に限り無料

時間 午前の部：11:30～(50分間)、午後の部：14:30～(50分間)

申し込み方法 お電話または総合窓口(1F)にて 申し込み期間 1月15日(火)10:00より受付開始 連絡先 0297-71-2122



2/13
水

取手市民 無料開放デー



『取手市民無料開放デー』を開催いたします。取手市内在住・在勤・在学の方で一人様、1時間限定となります。当日は、ご住所を確認できるものをご持参ください。取手市外の方は、通常通りチケットを購入していただきますが、当日は1時間チケットのみの販売となります。

会場 キッズプレイルーム(3F)

時間 10:00～18:00

連絡先 取手ウェルネスプラザ 0297-71-2122



取手市からお知らせ



いこいの場コンサート～JAZZ TIME～

JAZZ TIME(ジャスタイム)は、25年前地域に親しまれるバンドとして茨城県で結成された歴史と実力のあるバンドとして、若干のメンバー交代を経ながら活動しています。(主な曲目:Fly Me To The Moon, Shall We Dance, Besame Mucho 他)



日付:2月8日(金) 会場:多目的ホール(1F)
参加費:無料 先着330名 時間:開場13:00 開演13:30
連絡先:取手市社会福祉協議会0297-74-9110

市民大学特別講座「笑って健康、笑って長生き」

【講演内容】前半「ヘルシートーク」健康で長生きするコツをギャグ満載の漫談でお届けします。●後半「健康落語」健康や病気の話を落語にしました。落語家で医学博士のらく朝がお届けする「笑いの処方箋」(講師:落語家 立川らく朝)

日付:2月26日(火) 会場:多目的ホール(1F) 参加費:無料 時間:14:00～15:30(開場13:00)
申し込み方法:往復はがき往信面に講座名、代表者を含む3名までの氏名(ふりがな)、代表者の住所、電話番号を、返信面に代表者の宛先を明記の上、〒300-1592取手市藤代700スポーツ生涯学習課「立川らく朝講演会」係り宛に郵送。または上記事項をメールでkozaboshu@city.toride.ibaraki.jp宛に送信または、市ホームページ内専用フォームから申込み(市民大学でサイト内検索)。申し込み期間:2月8日(金)必着 ※結果は2月中旬に通知
連絡先:取手市教育委員会スポーツ生涯学習課0297-74-2141(内線2058)

1F 健康スタジオプログラム

日	月	火	水	木	金	土
					1	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		

- 火曜** 18:30～19:30 初めてヨガ
19:45～20:45 エアロ&コアトレ
- 水曜** 18:30～19:30 基本のピラティス
- 木曜** 18:30～19:30 リラクゼーションヨガ
19:45～20:45 ポティコンバット
- 金曜** 18:30～19:30 ポティパンブ
19:45～20:45 ポティコンバット
- 土曜** 9:30～10:30 ホールドブラ
10:45～11:45 ホールストレッチ
- 日曜** 9:30～10:30 ボティパンブ
10:45～11:45 ポティコンバット
- 11日** 「建国記念の日」特別プログラム
9:30～10:30 締める!腕・腹・尻
10:45～11:45 ポティコンバット

<プログラム追加のお知らせ>

- 2月 3日(日) 13:30～14:30いきいき筋トレ&ストレッチ、14:45～15:45骨盤調整・ピラティス
- 2月 5日(火) 13:30～14:30いきいき筋トレ&ストレッチ、14:45～15:45ビューティーストレッチ&ヨガ
- 2月17日(日) 13:30～14:30いきいき筋トレ&ストレッチ、14:45～15:45骨盤調整・ピラティス
- 2月19日(火) 13:30～14:30いきいき筋トレ&ストレッチ、14:45～15:45ビューティーストレッチ&ヨガ

健康スタジオで行われるプログラムにつきましては、1レッスン600円または900円。詳しい内容は、お気軽にお問い合わせください。トレーニングジム:0297-77-8878

営業時間 8:30～22:00 休業日 月曜日 月曜日が祝日の場合はその翌日

3F キッズプレイルーム

日	月	火	水	木	金	土
					1	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		

寒い日が続いていますが、子どもたちの元気な声が室内を暖かくしてくれます。2月のキッズプレイルームでは、豆まきをしたり、3月のひなまつりに向けて、おひなさまを作ります。皆様のご参加をお待ちしております。

営業時間 10:00～18:00 休業日 月曜日 月曜日が祝日の場合はその翌日

イベント情報・詳細スケジュールは窓口にてスタッフにお尋ねいただくか公式WEBサイトでご確認ください。

<http://toride.wellness-plaza.com>

携帯は
コチラ



Toride Wellness Plaza

取手ウェルネスプラザ

開館時間 / 8:30～22:00

カフェスペースもございます。
いつでもお気軽にご来館ください。



tel.0297-71-2122(受付9:00～21:00)



〒302-0024 茨城県取手市新町2-5-25