

事前申込のイベント **先着予約**

ワークショップ

先着予約制

世界にひとつ
オリジナルバルーンステッキ作り

①10:00~10:20
②12:00~12:20
③14:00~14:20

各6名

料金/300円 会場/体育館



2025 県民の日 交流プラザ まつり

8/24 (日)

9:00~15:00

ステージプログラム

どなたでもご覧いただけます

HIPHOP

13:30~

会場/体育館



お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

①かんたんエアロ 10:00~10:50
②骨盤deすっきり美ボディ 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 参加料/500円
②13:40~14:10 対象/一般成人/
③14:20~14:50 会場/健康筋力研究室

各4名



シセイカルテ体験会

身体の状態に合わせた最も効果的な
プログラムを提供!

参加料/250円
時間/10:00~15:00
(20分で3名)
会場/受付前



カウンセリング無し

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



体組成計測定
(Inbody)
時間/9:00~16:00
会場/受付前



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



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



おもしろ自転車

ひとりでも、お友達同士でも
親子でも楽しめる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



100円de緑日?!

時間/10:00~13:00
会場/体育館

景品あり

キッチンカー

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

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
いただいた方は
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							
教室名	対象	人数	曜日	時間	定員	料金	指導内容
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)	スリッパやジムの羽子方を中心に行い、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着替え一式に余裕のある、毎日使えるお着替えの着替えに安全なヨガのポーズを取り入れながら、呼吸をゆっくりと行うことで、心と体の健康づくりを行います。
★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、カラダの動きを改善していきましょう。
子供スポーツ教室							
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ダンスを習得します。
ジュニアアチア①	小学1年生～4年生	54	木	17:30～18:30	15	7,500円(全10回) お着替え一式に余裕のある、毎日使えるお着替えの着替えに安全なヨガのポーズを取り入れながら、呼吸をゆっくりと行うことで、心と体の健康づくりを行います。	チアダンスの基本、お着替えモチーフに動きを出し、まわりまわって笑顔になるダンスを習得します。

★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。
※途中参加は、受付にご連絡ください。

7月	月	火	水	木	金	土	日
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			

8月	月	火	水	木	金	土	日
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	29	30	31	

9月	月	火	水	木	金	土	日
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	29	30	31	

☐ スポーツ教室体験会 ☒ 体験日

夏季限定 教室

★お申し込みは窓口にて
お申し込みください。

上旬/7/29-8/5(水曜) 全3回
中旬/8/12-8/18(水曜) 全3回
下旬/8/26-9/1(水曜) 全3回
※全3回参加費1,000円(3回とも2,000円)

キッズフ&親子でフ

日時/7/29-8/5(水曜) 全3回 時間/15:00~16:00
対象/小学生以下(親子で参加) ※親子で参加の場合は、親子で参加費1,000円(3回とも2,000円)

ステップから上り下りの
ある白をレッスンして、白は白で
白の白を白くして、

静岡県健康福祉交流プラザ

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

お問い合わせ ☎055-973-7000

詳細はホームページ

静岡県健康福祉交流プラザ

検索

ホームページ

LINE

QRコード

LINE

LINE

LINE

LINE

LINE

LINE

LINE

LINE

LINE

LINE

LINE

LINE

