



## 第2回 市民ウォーキング大会

四日市市スポーツ推進委員協議会

**正しい姿勢で正しく歩く  
ウォーキングで健康管理  
エクササイズの後、初夏の緑地を歩きましょう**

日にち 5月25日(日)  
時間 8:30より  
場所 中央緑地第2体育館  
参加費 無料  
締切り 5月22日(木)



<申し込み・問い合わせ先>  
羽津地区スポーツ推進委員まで

西澤喜弘 TEL 080-4225-2395  
小川幸夫 TEL 090-8548-3442

## 健康づくりよっかいち2014

～キレイに! かつこよく! 大変身してみませんか～

日にち 6月6日～8月8日の金曜日  
時間 9:30～11:30  
場所 勤労者・市民交流センター(中央緑地内)  
定員 50名(応募多数の場合は抽選。結果は応募者全員に通知)  
対象 健康づくりに興味のある人で、おおむね20歳～74歳の人  
(心臓病・不整脈のある人は事前に相談、運動制限のある人は参加不可)  
参加費 1,600円(調理実習費など)  
内容 ストレッチ・筋力トレーニング・ボール運動・調理実習・健康づくりについての講義など。食習慣、運動方法を身につける9回シリーズの教室  
申込み 郵便番号・住所・名前・生年月日・電話番号・これまでにかかったことのある病気・現在治療中の病気・服用している薬・心臓病・不整脈の有無・運動制限の有無をはがきかファックスまたは直接、健康づくり課へ  
締切り 5月21日(水)

<申し込み・問い合わせ先>  
健康づくり課 (市役所3階)

〒510-8601  
TEL 354-8291 FAX 353-6385



## 四日市市運動施設

### 桜運動施設をご利用ください



平成26年4月より桜運動施設(旧桜運動広場)が市の有料施設として運用スタートしました。施設内には、テニスコートや多目的広場が設置されています。ぜひ、ご利用ください。

#### 【桜運動施設について】

◆場所 桜町6900番地

◆開館時間  
9:00～17:00 ※土日祝日のみ8:00～17:00

◆施設名称及び使用料金

- ① 多目的広場 …………… 1時間につき430円
- ② テニスコート 6面………… 1面1時間につき520円
  - ・砂入り人工芝コート 2面
  - ・クレイコート 3面
  - ・ハードコート 1面



◆申し込み  
桜運動施設窓口のみ予約可能です。

◆使用料金のお支払い  
予約申し込みと同時に支払ってください。

◆予約抽選会の実施  
3カ月先の施設予約を抽選にて行います。日程は、市ホームページからご確認いただけます。

◆その他  
多目的広場、テニスコートとも午後からは空きがございます。桜運動施設窓口にお問い合わせください。

<問い合わせ先>

桜運動施設窓口 TEL 328-3501