



後期も継続します!

## ◎健康体操 ぽかとれ



- 日 時：10月11日(水) 10:00~11:30頃 (3月まで月1回)
- 場 所：芳川公民館2階 大会議室
- 講 師：ぽっかぽか芳川の職員さん (地区内のリハビリデイサービス)
- 内 容：「体力測定、音楽に合わせた有酸素運動」(内容は毎回異なります)
- 申 込：芳川公民館窓口・電話・申込サイト  
※前期ご参加いただいた方は、再申込不要です。
- その他：次回からの日程は講座でお渡しします。  
運動のできる服装でお越しください。



## ◎芳川シニア短期大学

さまざまな内容のお話が聞けます!

- 対 象：どなたでも
- 場 所：芳川公民館2階 大会議室
- 時 間：13:30~15:00 (いずれも木曜日)

ぜひお越し  
ください



※10月26日のみ9:30~11:00 (現地集合、現地解散)

10月 5日	相続と争族	明治安田生命
10月19日	上原良司とゴードン平林	芳川公民館長 柏澤 由紀一
10月26日	新博物館見学会	博物館 吉澤学芸員

- 申 込：当日、昨年参加の方は名簿に○、新規の方は受付で受講用紙に記入

## ◎プレイスクールぽかぽか(事前申込制)

- 対 象：親子(未就園児) 芳川地区にお住まいの方優先
- 日 時：10月16日(月) 10:30~11:30
- 講 師：あがた保育園の先生たち
- 場 所：芳川公民館 2階 大会議室
- 内 容：パネルシアター、親子のふれあいあそび、大型絵本の読み聞かせ
- 申 込：【事前申込】 窓口・お電話・申込サイト <https://logoform.jp/f/qhdCS>
- 人 数：20組程度
- 持ち物：お子さんとお出かけ用のもの  
※1歳未満のお子さんは保育あり



◇講座の詳細は芳川公民館 (58-2034) までお問い合わせください。

メール：yoshikawa-k@city.matsumoto.lg.jp  
(ハイフン) (エルジー)

メールアドレスのQRコードはこちら→

