

POM府中市こどもの国

POM(ポム)は、親子で
楽しめるふれあいスペースです。

イベントも盛りだくさん!
気軽に遊びに来てください!

| | | | | | | | |
|----|----|----|----|---|----|----|---------------------|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | ○11月の休館日 印がお休みです |
| 1 | ② | 3 | 4 | ⑤ | 6 | 7 | |
| 8 | ⑨ | 10 | 11 | ⑫ | 13 | 14 | |
| ⑮ | ⑯ | 17 | 18 | ⑰ | 20 | 21 | |
| 22 | 23 | 24 | 25 | ⑳ | 27 | 28 | |
| 29 | ⑳ | | | | | | |

備後府中焼き作り体験

とき 11月21日(土)10時30分～
※前日の12時まで申し込みが必要。

対象 小学生
定員 8人
参加料 250円
持参するもの
エプロン、三角巾、箸



●POM府中市こどもの国

府中市土生町1587-7 ☎41-4145
【開館時間 9:00～17:30】
<http://www.ccjnet.ne.jp/pom>

POMでは、次代を担う子どもたちが『遊び、楽しみ、考え、創り、学ぶ』をテーマにイキイキと活動しています。

人形劇「そっくりのくりのき」

入場無料



やなせたかし原作のミュージカル人形劇です。ぜひお越しください。

とき 11月23日(月)10時45分～
※開場は10時30分～。

くりくり山のとっぺんのくりの木に、キツネのコンちゃんとコン太が仲良く暮らしていました。ある日嵐でくりのきは飛ばされて、キツネたちはとても悲しみました。そんなとき森で見つけたのは、そっくりのくりのきの子どもたち…。

POM観望会「月の観察」

プラネタリウムで秋の星座を案内した後、望遠鏡などで観察をします。

とき 11月21日(土)18時～19時15分
※曇り・雨天の場合は中止です。

参加無料



プラネタリウム秋の番組

秋になると空気中の水蒸気が少なくなり、透明度が増して、たくさんの星が輝きます。神話に彩られた星を訪ねながら、星座めぐりをしませんか。

投影期間 11月29日(日)まで
投影時間 30分



秋の星座めぐり

申し込み期限 11月10日(火)
申し込み方法 長寿支援課
にあり申込み書で申し込んでください。

申し込み期限 11月10日(火)
申し込み方法 長寿支援課
にあり申込み書で申し込んでください。

とき 12月～3月
①コース：毎週月曜日
②コース：毎週火曜日
③コース：毎週木曜日
※時間はいずれも9時30分～11時。祝日は除きます。
ところ リ・フレ
対象 要介護・要支援認定を受けていない65歳以上の
の人
参加料 1回100円
定員 各コース20人
※申し込み多数の場合は、
初めての人を優先します。
持参するもの タオル、飲み物
申し込み方法 長寿支援課
にあり申込み書で申し込んでください。

対象 65歳以上の人が参加
できる運動サークルを1
年以内に立ち上げる人、
または現在同様のサーク
ルで5人以上で活動して
いる人
とき 12月～3月の毎週金
曜日9時30分～11時
※祝日は除きます。
ところ リ・フレ
定員 20人程度
申し込み方法 長寿支援課
にあり申込み書で申し込んでください。

申し込み・問い合わせ先 長寿支援課
(リ・フレ内) ☎40-0223

元気もりもり教室の 参加者を募集

ストレッチや有酸素運動で介護予防と健康増進