

参加無料

私たちが住むまちの川のこと、考えてみませんか

水辺教室の参加者も募集

申し込み・問い合わせ先

▷府中市こどもエコクラブ事務局（府中市環境整備課内・☎43-7237）

▷国府公民館（☎45-7367）

子どもたちに身近な環境問題に関心を持ってもらうために、水辺教室を開催します。川にどんな生物が住むかを調べることで、水の汚れ具合を実感し、自分たちに何ができるのかを考えましょう。



とき 8月5日(日)9時～12時

※小雨決行。

ところ 府中市こどもの国

ポムポム周辺の芦田川・出口川

集合場所

府中市こどもの国ポムポム

対象

市内在住の小学生・義務教育学校1年～6年生とその保護者

※3年生以下は保護者同伴で参加してください。

内容 水辺の魚や生き物の調査

定員 先着50人

持参するもの

筆記用具、ぬれてもいい靴、帽子、水筒

申し込み期限 7月26日(木)

元気もりもり教室&サポーター教室の参加者を募集

申し込み・問い合わせ先

長寿支援課（☎40-0223）

地域の皆さんがいつまでも住み慣れた地域で自立した生活を送れるよう、元気もりもり体操の普及に取り組んでいます。

元気もりもり教室筋力回復編は、介護予防と健康増進を目的とした、筋力アップやストレッチが中心の体操教室です。脳いきいき編は、認知機能低下予防を目的に、体操に加えて、レクリエーションや学習も取り入れています。そして、サポーター教室は、地域で体操を普及するサポーターを養成する教室です。

元気もりもり教室

	とき・ところ	定員
元気もりもり教室 ～筋力回復編～	8月～11月 ①コース…毎週火曜日 ②コース…毎週木曜日 9時30分～11時 リ・フレ	各コース 20人程度
元気もりもり教室 ～脳いきいき編～	8月～11月 ③コース…毎週月曜日 9時30分～11時 リ・フレ	

※祝日は除く。申し込み多数の場合は、初めての人を優先します。

サポーター教室

とき 8月～11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

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

ルを、5人以上で活動し

ている人

定員 20人程度

申し込み期限 7月10日(火)

どちらの教室も、健康運動指導士が楽しく分かりやすく教えます。体を動かすだけでなく、地域の人とのふれあいもあり、楽しみにもつながります。元気なうちからチャレンジし、自分らしく自立した生活を送っていきましょう。