

西部公民館だより 4月号

令和7年

発行：安城市西部公民館 安城市福釜町釜ヶ渚20-1

電話 0566-76-9393

FAX 0566-77-6063 ホームページ



休館日：月曜日（祝日を除く）・年末年始
開館時間：午前9時～午後9時

～安城西部プロギングvol.2～ ご案内



プロギング Plogging

ジョギング×ゴミ拾い



プロギングとはゴミ拾い（PlockaUpp）とジョギング（Jogging）を合わせた、スウェーデン発の環境に優しいnewフィットネス。ウォーキングやジョギングの動作に加え、ゴミを拾う時にしゃがんだり、立ち止まったりと様々な動きをするため、トレーニングやシェイプアップの効果も期待できます。



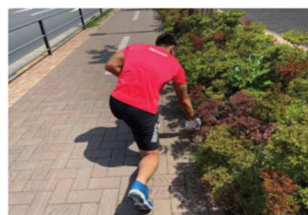
ゴミを拾って
エコに



みんなで
笑顔に



新しい
仲間と



歩いて走って
健康に

2025

5.18 Sun

9:30～11:30（9:00受付開始）



場 所

安城市「箕輪神明神社」
※駐車場あり（約50台）

定 員

60名（先着）

参加費

無料（参加賞あります）

参加対象

どなたでも！
お子様からご年配の方まで
皆で一緒に楽しめます♪

■申込■

2025.4.19（土）9:00～開始

西部公民館又は右記申込用QRコードから
（代表者の方が人数分お申し込みください）



申込用QRコード



詳細は西部公民館ホームページを
ご覧いただくか、西部公民館窓口
にお問い合わせください。
皆様のご参加お待ちしております！！