



## 第一回 よしだ体育の日

今年度より、「よしだ体育の日」を開催することにしました。  
コロナ禍で、運動不足の日々を送っていませんか？  
運動を通じて、区民の交流を深めましょう！！



日 程 9月27日（日）  
場 所 吉田小学校体育館  
対 象 吉田地区在住の方  
持ち物 飲み物・上履き



<第一部> 9:00~10:40 (100分)

講 演 「健康寿命と悪玉3兄弟」

実 技 「いつでもどこでもできる体力・筋力アップのための運動」

講 師 健康運動指導士 赤津 恵子 さん

( 休憩 20分 )

<第二部> 11:00~12:30 (90分)

実 技 「遊んで身に付く走り方教室」

講 師 パーソナルトレーナー 長崎 将利 さん

※低学年以下のお子さんは親子で参加をお願いします。

※第一部のみ、第二部のみ参加も可能です。

【お問い合わせ 申し込み】

吉田公民館：86-8611

メール：yoshida@city.shiojiri.lg.jp

**新型コロナウイルス感染症対策のお知らせ** 次の点にご注意いただきご参加ください。

○ お出かけ前に検温をお願いします。

○ マスクの着用をお願いします。

※ 感染拡大の状況により中止する場合があります。

**裏面あり**

よしだっこ  
チャレンジ

# 卓球教室



開催日 基本は、第2・第4木曜日

9月24日、10月8・22日、11月12・26日  
12月10日、1月14・28日、2月25日、3月11日

時間 午後4時30分～午後6時30分まで

場所 吉田地区センター1階 多目的ホール

講師 吉田地区体育協会卓球部

持ち物 室内用運動靴、タオル、飲み物など

※卓球初心者でも大丈夫！講師が親切に教えてくれます。

※小学生はもちろん中学生の参加也大歓迎です！

※見学や当日参加でもOK



## 第27回吉田地区文化祭（10月25日開催）

### 展示作品出展者募集

個人でご出展いただける方は、下部の「個人出展申込書」にご記入いただき、10月9日（金）までに吉田公民館（吉田支所）公民館運営委員または分館長へ提出して下さい。

○搬入日時 10月24日（土）午後1時から午後3時まで

○搬出日時 10月25日（日）午後3時以降



きりとり線

### 令和2年度 吉田地区文化祭個人出展申込書

氏名	電話番号	作品の内容・名称	数	区・組
				吉田 区 常会（組）

◎展示方法（机に置く・パネルに吊るす）