

行徳公民館

〒272-0121 市川市末広1-1-31
Tel 047-356-0763 Fax 047-359-2060

Table with 12 rows of course information for Ichikawa City Ikuta Civic Center, including topics like '椅子を使って筋トレ・脳トレ' and '自転車は車のなかまA～大人の学び直し'.

菅野公民館

〒272-0824 市川市菅野3-24-2
Tel 047-322-7761 Fax 047-322-7812

Table with 6 rows of course information for Ichikawa City Sugano Civic Center, including topics like 'シニアのためのスマホ活用講座・菅野A' and 'はじめての囲碁入門講座'.

幸公民館

〒272-0123 市川市幸1-16-18
Tel 047-398-0481 Fax 047-398-0482

Table with 5 rows of course information for Ichikawa City Sachi Civic Center, including topics like '大人のスイーツ' and '夏にぴったりカラフルな布ぞうり作り'.

本行徳公民館

〒272-0103 市川市本行徳12-8
Tel 047-359-1351 Fax 047-359-1354

Table with 8 rows of course information for Ichikawa City Honikuta Civic Center, including topics like '広重の「名所江戸百景」' and '初夏のスキンケアとソフト変身メイク'.

曾谷公民館

〒272-0832 市川市曾谷6-25-5
Tel 047-372-2871 Fax 047-372-2872

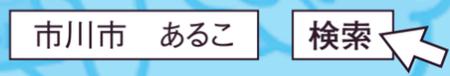
Table with 7 rows of course information for Ichikawa City Sogaya Civic Center, including topics like '弓道講座' and 'パリの五輪直前 世界の国旗と地理'.

保険：館外学習・スポーツ等の保険料です。
※教材等の準備のため、費用を事前に納入していただく講座もあります。

市川市健康ポイント Aruco スタートアップ講習会

スマホアプリのインストールから利用方法の解説まで、健康ポイント Aruco の開始をサポートします。
お近くの公民館から「健康寿命日本一」を目指しましょう！

市川市健康ポイント Aruco の詳細は市公式 Web サイトを検索
https://www.city.ichikawa.lg.jp/pla12/0000421724.html



各回定員：先着 15人 対象：iOS または Android のスマホをお持ちの方

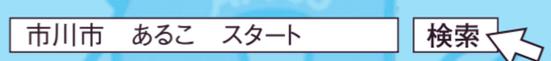
会場・日程

Table with 2 columns: Location and Date/Time. Lists venues like 鬼高公民館, 信篤公民館, etc., and dates from 5/8 to 7/9.

お問い合わせ：市川市 企画部 健康都市推進課 Tel 047-712-8642

Web 申込方法

STEP① 市公式 Web サイトを検索



https://www.city.ichikawa.lg.jp/pla12/0000447379.html
または 2次元コードを読み取る



STEP② 申込フォームより申し込み

Aruco (あるこ) スタートアップ講習会の申し込みは上記2次元コードからのみとなっています。