



公民館主催

公民館で体を動かそう

イスに座ってできる簡単な筋トレ・ストレッチ・
脳トレなどのエクササイズで体幹トレーニング



6月19日、7月3日、17日 木曜日
午後1時30分～3時30分 全3回

- 【講師】小林 準一さん 【会場】北公民館集会ホール
【対象】関心のある方 【定員】20人（先着順） 【費用】無料
【持ち物】運動のできる服装・靴、タオル（80cm以上、運動で使います）、飲み物
【申込み】5月14日（水）より受付開始。土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時に
北公民館窓口へ。電話申込みは定員未達の場合に午後1時から受付。

ニューヤングオーケストラ

公民館共催

～演奏会&みんなで唄おう～

6月5日 木曜日 午後1時30分～3時

プログラム：青い山脈、高校三年生、いい日旅立ち ほか

- 【主催】北校区生涯学習推進員 【会場】北公民館 集会ホール
【定員】40人（先着順） 【対象】関心のある方
【費用】無料 【持ち物】飲み物
【申込み】5月9日（金）受付開始。土・日曜日、祝日、振替休日を除く午前9時～午後5時
に北公民館窓口へ（電話可）

・ニューヤングオーケストラ

高校時代（高崎高校）音楽部に所属していた仲間が還暦を機に結成
メンバーの多くは後期高齢者ながら文字通り「ヤング」な演奏がモットー
レパートリーは昭和歌謡を中心に450曲余り

裏面もご覧ください

こちらは裏面です

公民館主催

参加者募集中

地域の歴史を学ぶ

「戦国時代の西上州」

5月28日 水曜日 午後1時30分～3時30分

【会場】北公民館 集会ホール

【費用】無料

【定員】40人（先着順）

【対象】関心のある方

【講師】久保田順一さん（元高崎市史編纂専門委員）

【申込み】土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時に北公民館へ（電話可）

図書室より

◆図書ボランティアのみなさんによる貸出◆

毎週火曜日 午後2時～4時



はじめて利用する方は、「北公民館図書室の利用登録」が必要です。
免許証など本人確認できるものをお持ちください。

5月 貸出日 13日、20日、27日（火）

おはなし会 27日（火） 午後2時30分～

★ 平日（午前9時～午後5時）の
職員在館時に“事務室で図書貸出”しています★

休館日

5月 3日（土）

憲法記念日

4日（日）

みどりの日

5日（月）

子どもの日

6日（火）

臨時休館日

