



公民館主催

あしこし健康教室

簡単な筋トレ・脳トレ・ストレッチなどのエクササイズと健康増進に関する知識を学びます。

10月27日・11月17日 月曜日
午後1時30分～3時30分 全2回



- 【会場】北公民館 集会ホール 【費用】無料
 【定員】20人（先着順） 【対象】関心のある方
 【講師】NPO法人ソーシャルグッド スポーツトレーナー 吉田大祐さん
 【持ち物】運動のできる服装・靴、ヨガマットまたは大きめのバスタオル、飲み物
 【申込み】10月15日（水）受付開始 土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時に北公民館へ ※電話での申込みは、定員未達の場合に同日午後1時から受付

館長と作るマドレーヌ

公民館主催

10月28日 火曜日（群馬県民の日）
午後1時30分～3時30分



1人またはグループで24個のマドレーヌを作って試食し、残りは持ち帰ります。

- 【会場】北公民館 実習室 【費用】800円
 【定員】4組（先着順） 【講師】北公民館長 永瀬正巳
 【持ち物】エプロン、三角巾、マスク、タオル、筆記用具、飲み物
 【対象】中学生以上（成人のいるグループは小学生以下の子どもが入っても可、未成年のみの参加は保護者の同意が必要）
 【申込み】10月20日（月）受付開始。午前9時～午後5時に北公民館へ費用を添えて申込み。（先着順、但し初日の受付開始時点で申込希望者が定員を超えた場合は来館者一人につき一組の申し込みに制限し抽選とします。）

裏面もご覧ください

こちらは裏面です

地域づくり活動協議会

「私と北小校区」作品展

北地区地域づくり活動協議会では、毎年夏休みに「私と北小校区」というテーマで北小学校の児童を対象に作品（作文・絵画）を募集しています。今年度も応募がありましたので下記のとおり作品を展示します。地域のみなさんはぜひご鑑賞ください。

会 場 高崎市北公民館 作品展示コーナー
日 時 10月14日（火）～31日（金）の土・日曜日を除く
午前9時～午後5時

◆図書ボランティアのみなさんによる貸出◆

図書室より

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。

10月 貸 出 日 7日, 14日, 21日, 28日（火）
おはなし会 28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

10月13日（月） スポーツの日

