



塚沢公民館だより

まなびネットたかさき <http://takasaki.manabi365.net/>



令和7年5月1日号
発行：高崎市塚沢公民館
住所：高崎市飯玉町74番地1
電話・FAX：027-361-7981

「理学療法士が伝える 肩・膝・腰の痛みの予防運動」



理学療法士が、肩・膝・腰の痛みの予防をテーマに運動を指導。椅子を使ったエクササイズです。体力増進のため、身体を動かしてみませんか？

- 【日 時】 6月5日（木）、12日（木）、19日（木）
午後2時～3時 《全3回》
- 【場 所】 高崎市塚沢公民館 2階 講義室
- 【定 員】 10人（先着順）
- 【講 師】 大熊 祐子さん（社会教育講師）
- 【費 用】 無料
- 【持 物】 動きやすい服装・運動靴（室内用）・
飲み物（水分補給用）
- 【申 込】 5月12日（月）午前9時から
塚沢公民館窓口または電話で受付



5月のおはなし会

♪事前申し込み不要 ♪参加費無料
楽しい絵本を楽しもう！

- 【日 時】 5月16日（金） 午後2時30分～3時
- 【場 所】 塚沢公民館 1階図書室



裏面もご覧ください

第12回 塚沢地区芸能祭

ご家族・ご友人お誘いあわせのうえご来場ください。
みんなでダンスやコーラスを楽しみましょう！！

- 【主催】 塚沢地域づくり活動協議会 芸術芸能部会
【開催日】 令和7年6月8日（日）
【時間】 開会：午前9時 終了予定：午後3時
（終了時間は参加者数により前後する場合あり）
【場所】 高崎市立塚沢小学校体育館

お問い合わせは、各区長へお願いいたします。



公民館からお知らせ

近隣道路の工事のため、駐車場の一部を関係者が利用します。

【利用する駐車場】

- ・東側の駐車場（玄関と駐輪場の間） 2台分
- ・北側の砂利の駐車場 0～4台分（時期によって異なる）

【利用期間】

5月7日（水）～10月10日（金）（予定）

【その他】

公民館の南側（管理人室の前）に、工事関係者が利用する簡易トイレを設置します。



ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いいたします。

公民館休館日（図書室もお休み）

5月3日（土）	憲法記念日
5月4日（日）	みどりの日
5月5日（月）	こどもの日

