



中居長寿セミナー

【対 象】中居地区各長寿会会員 及び 高齢者の皆様

【場 所】中居公民館 2階 講義室（グラウンドゴルフ、館外研修を除く。）

【費 用】無料。ただし、館外研修は別途

（↑ 長寿会会員しか参加できません。）

日程・内容（調整中を含む。）は、下表のとおりです。

	月 日	時間帯	講座名	講師（予定）
1	7 月 16 日（水）	午前	開講式・「アンサンブル セルリアン」コンサート	同左
2	7 月 29 日（火）	午前	「知って備える！もしものときのがん講座」	明治安田生命
3	8 月 20 日（水）	午前	「人生 100 年時代を楽しく過ごすための健康管理」	高崎総合医療センター
4	9 月 11 日（木）	午前	グラウンドゴルフ ※雨天の場合、中止	【調整中】
5	9 月 30 日（火）	午前	消費者啓発講座	市消費生活センター
6	10 月 16 日（木）	朝から	館外研修 甘楽町 方面	—
7	11 月 6 日（木）	午前	グラウンドゴルフ ※雨天の場合、中止	【調整中】
8	11 月 25 日（火）	午前	今日から始める健康講座～糖尿病編～	市健康課
9	12 月 17 日（水）	午前	講座「上毛かるたを歩く」・閉講式	内山充 先生

中居長寿セミナー（第 1 回）

開講式

「アンサンブル セルリアン」コンサート

ギター・フルート・クラリネットのトリオによる楽しいコンサートです。

【日 時】 7 月 16 日（水）
午前 10 時～11 時 30 分

【場 所】中居公民館 2 階 講義室

中居長寿セミナー（第 2 回）

「知って備える！もしものときのがん講座」

がんの基礎知識から治療方法、かかる費用など、がんに関する様々なことについてご紹介します。

【日 時】 7 月 29 日（火）
午前 10 時～11 時 30 分

【場 所】中居公民館 2 階 講義室

【長寿セミナー（第 1 回、2 回）の申込みについて】

長寿会会員の方は、当日お越しください。

長寿会員以外の高齢者の方は、事前に公民館にお申込みください。

電話：027-352-9154

（平日の午前 9 時から正午、及び午後 1 時から 5 時まで）

裏面のお知らせもご覧ください

しそジュース作り教室

【日 時】 7月18日（金）
午前10時～正午
【場 所】 中居公民館 1階 実習室
【対 象】 高崎市在住の成人
【定 員】 12人（先着順）
【費 用】 300円（材料費）※受付時に徴収
【申込み】 7月4日（金）午前9時から
中居公民館 窓口にて受付開始
（午後5時以降、また土日祝日を除く。材料費徴収のため、電話受付はありません。）

中居女性セミナー（第3回） 「フラワーアレンジメント」

【日 時】 8月7日（木）
午後1時30分～3時
【場 所】 中居公民館 2階 講義室
【費 用】 1,300円（材料費）
【申込み】（婦人会会員）
事前に材料費を徴収します。
（婦人会の会員でない方）
7月1日（火）午前9時から、公民館窓口または電話にて受付開始
電話：027-352-9154

夏休み 手話教室

手話の50音を、先生が生み出した、じゃんけんの手のかたちから覚えるユニークな学び方で教わります。脳トレの要素もある楽しい教室です。

【日 時】 7月23日（水） 午後1時30分～3時
7月30日（水） 午前10時～11時30分
8月 6日（水） 午後1時30分～3時

【場 所】 中居公民館 1階 実習室
【対 象】 市内の小学校1年生～成人（保護者同伴可。中高生や成人の方も参加できます。）
【定 員】 15人（先着順） 【費 用】 無料
【持ち物】 筆記具、水分補給用の飲物
【申込み】 7月1日（火）午前9時から受付開始。公民館窓口または電話にてお申込みください。



夏休み プログラミング教室

【日 時】 7月24日（木）（初級）午前10時～11時30分
（中級）午後1時30分～3時
【場 所】 中居公民館 1階 実習室
【対 象】 市内の小学校1年生～成人（保護者同伴可。中高生や成人の方も参加できます。）
【定 員】 各回10名（先着順） 【費 用】 資料代として100円（当日徴収）
【持ち物】 筆記具、水分補給用の飲物
【内 容】 初級「スクラッチ」で、できることの説明。操作方法を通し、簡単なプログラム作成
中級「スクラッチ」で作っておいたプログラムを使用したプログラミングの練習
【申込み】 7月8日（火）午前9時から受付開始。電話にてお申込みください。



※ ポスター教室、書道教室の案内は、中居小学校児童へチラシを配付してお知らせします。
※ 公民館講座は、各種事情により、中止・変更となる場合があります。

読み聞かせのお知らせ

7月16日（水）午後2時15分～（申込み不要）

休館日のお知らせ

7月21日（月）海の日
8月11日（祝・日）山の日
8月12日（火）～8月16日（土）臨時休館

廃油の回収のお知らせ

7月2日（水）
8月は6日（水）の予定です。
※中居公民館正面出入口付近で回収

