



新年あけましておめでとうございます

旧年中は公民館事業へご協力とご支援を賜り厚くお礼申し上げます。
新高尾公民館が生涯学習と地域づくりの拠点となるよう
より一層精進して参りますので、本年もよろしくお願いいたします。

新高尾公民館長 新井 康行 ・ 職員一同



足腰健康体操 ～いつまでも自分の脚で歩こう～

参加者募集

いくつになっても楽に自分の脚で階段の昇り降りをしたり散歩に出かけられるよう
プロスポーツ選手のトレーナーの経験がある講師から、バランス感覚と足腰の筋肉を
手軽に鍛えられる足踏み・もも上げ・椅子を使ったスクワットなどの正しい運動のやりかたを学びます。

〔開催日〕 1月22日(木)・29日(木)・2月5日(木)の全3回 午前10時から正午

〔会場〕 新高尾公民館2階 ホール

〔定員〕 市内在住の方 20人 〔費用〕 無料

〔持ち物〕 動きやすい服装、上履き、タオル、飲み物
フェイスタオル(80cm以上・運動に使います)

〔講師〕 小林 準一さん(スポーツトレーナー・日本スポーツ協会ACP講師)

〔申込み〕 ☎電話または✉メールで申込み



手づくりボンレスハム教室



骨なしの豚もも肉を紐で
形を整え丸めてくん製に
するボンレスハムづくり
を体験します。
農学博士である講師から
食肉加工や食品添加物
について学びます。

〔開催日〕 2月10日(火)

午前9時30分から午後0時30分

〔会場〕 新高尾公民館1階 実習室

〔定員〕 市内在住の方 16人
新高尾地区の方を優先

〔費用〕 材料費として1人 1,200円

〔持ち物〕 エプロン、三角巾、持ち帰り容器
保冷バックと保冷剤

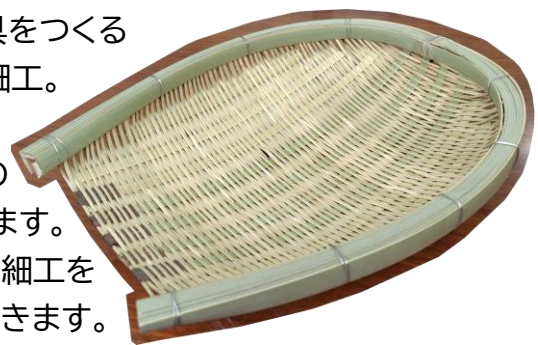
〔講師〕 戸塚 里子さん
(ハム工房TiccaTocca)

〔申込み〕 ☎電話または✉メールで申込み



竹細工亀の子しょうぎづくり教室

竹を編み込んで道具をつくる
日本の伝統工芸竹細工。
竹ひごを編み込み
縁をつけ亀の子型の
「しょうぎ」をつくります。
2日間かけて細かい細工を
美しく編み上げていきます。



〔開催日〕 2月12日(木)・13日(金)

午前9時から午後1時

〔会場〕 新高尾公民館2階 ホール

〔定員〕 市内在住の成人 10人
床に座って作業ができる方

〔費用〕 材料費として1人 1,500円

〔持ち物〕 汚れてもいい服装、作業用手袋
霧吹きスプレー、座布団など
木ばさみとペンチ(お持ちの方)

〔講師〕 白石 努さん

〔申込み〕 ☎電話または✉メールで申込み

バレンタインアイシングクッキーづくり教室

粉砂糖と卵白でつくるアイシングクリームでクッキーをデコレーションしてバレンタインにぴったりのかわいらしいアイシングクッキーをつくりま

※クッキーには卵・小麦・乳製品を使用しています

参加者募集

- 〔開催日〕 2月11日(水) 建国記念の日 午前10時から正午
- 〔会場〕 新高尾公民館2階 ホール
- 〔定員〕 小学生以上(保護者による付き添い可能) 20人
- 〔費用〕 材料費として1人 1,000円
- 〔持ち物〕 エプロン、ウェットティッシュ、ハンカチ、飲み物、タオル
- 〔講師〕 望月 南さん(高崎市社会教育講師)
- 〔申込み〕 ☎電話または✉メールで申込み



湯浅 八重子さんの長年にわたる図書ボランティアとしての功績が表彰されました

12月13日(土)に開催された生涯学習フェスティバルにおいて、新高尾公民館の図書ボランティアとして活躍している湯浅八重子さんが「高崎市生涯学習まちづくり賞」を授賞しました。



高崎市生涯学習まちづくり賞

湯浅八重子さんは、昭和49年に建てられた現在の新高尾公民館より以前の旧公民館のころから図書の読み聞かせボランティアとして携わり、図書室の蔵書の選書、図書の貸し出し、小学校や保育所等への読み聞かせ活動など、新高尾公民館の図書活動に長年にわたり貢献し、現在も図書ボランティアとして活躍を続けています。

オレンジサポーターなど地域の活動にも積極的に参加し地域住民からの信頼も厚く地域の世代間交流の場づくりにも貢献しています。これらの功績が生涯学習まちづくり賞に値することを称え表彰いたします。

読み聞かせのススメ

公民館図書室には子ども向けの絵本をたくさん取り揃えています。小さな子どもにとって絵本の読み聞かせは心の栄養です。



ぜひ図書室で絵本を借りてお家で読み聞かせてあげてください。毎月第2・4土曜日には公民館で湯浅八重子さんたち図書ボランティアが読み聞かせをしています。

公民館図書室は今年から月曜日の午前も図書の貸し出しをしています。絵本を読み気軽に立ち寄りください。

図書室

【貸し出し】毎週 月曜日 午前10時～正午
毎週 水・木曜日 午後2時30分～4時30分

○【よみきかせ】10日(土)・24日(土) 午前9時30分～11時

公民館の休館日

◇ 1月12日(月) 成人の日
◇ 令和7年12月27日(土)から1月4日(日)まで休館します

月のお知らせ

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

25年前の湯浅八重子さん(新高尾タイムカプセルより)