



第432号

まなびネットQRコード



寺尾公民館だより

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

令和8年9月1日号
発行：高崎市寺尾公民館
〒370-0864
高崎市石原町 3892-17
電話・FAX027-323-5449

断捨離入門教室

【内 容】 ものを片づけることにより生活を整える「断捨離®」
の仕方や考え方を初心者向けにやさしく教える講座です。

※「断捨離®」の®マークは登録商標の略です

【日 時】 令和8年9月28日、10月19日（月）
午前10時～正午

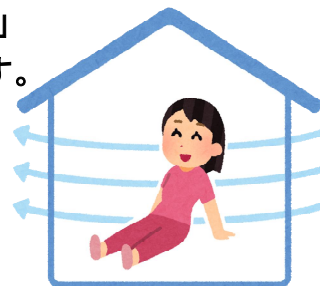
【場 所】 寺尾公民館 2階 講義室

【講 師】 大澤 ゆう子 先生（やましたひでこ公認断捨離トレーナー、高崎断捨離会代表）

【募 集】 市内成人15人（先着順） 【費 用】 無料

【持ち物】 筆記用具、飲物

【申込み】 現在寺尾公民館窓口にて申込み受付中です。電話申込みも可能です。



いちにちの疲れ・ストレスをリセット～よるヨガ教室

【内 容】 ポーズで体を整え、呼吸瞑想で心を整える心身調整のヨガです。
肩こり腰痛股関節の違和感、寝つきが悪い、気分の落ち込みなど
思い当たることはありませんか？

自分と向き合うことで

「今より楽に楽しく」なることを目指します。

お気軽にご参加下さい。

【日 時】 令和8年10月6日、13日、20日（火）
午後7時30分～9時 全3回

【場 所】 寺尾公民館 2階 講義室

【講 師】 丹羽 道子 先生（ヨガインストラクター）

【募 集】 市内成人10人（先着順） 【費 用】 無料

【持ち物】 動きやすい服装、汗拭きタオル、飲物

ヨガマット（なければ厚手のバスタオル1～2枚）

【申込み】 9月7日（月）午前9時より寺尾公民館窓口にて受付します。
電話での申込みも可能です。



☆☆公民館図書室より新規入荷本の紹介☆☆

書名	著者名	出版社
オレンジページ6月号	雑誌	オレンジページ
バリ山行	松永 k 三蔵	講談社
蝶のゆくへ	葉室 麟	集英社
星が人を愛すことなかれ	斜線堂 有紀	集英社
逃亡者は北へ向かう	袖月 裕子	新潮社
If の総て	島田 雅彦	新潮社
三島由紀夫という存在	石原 慎太郎	中央公論新社
「死後生」を生きる	柳田 邦男	文藝春秋
豆は煮えたか	朝井 まかて	文藝春秋
イン・ザ・メガチャーチ	朝井 リョウ	日経 BP マーケティング
謎の香りパン屋から 2	土屋 うさぎ	宝島社
あれは何だったんだろう	岸本 佐知子	筑摩書房
きたきた捕物帳	宮部 みゆき	PHP 研究所
暁星	湊 かなえ	双葉社
おはなしの時子	朝比奈あすか	双葉社
桜待つ、あの本屋で	浅倉 卓弥	ハーパー コリンズ・フィクション
水車小屋のネネ	津村 記久子	毎日新聞出版
なぜ生きる	明橋 大二 他	1 万年堂出版

《図書貸出・読み聞かせについて》

- 9月の図書貸出し日 9/7(月)・9/14(月)・9/28(月)
午前10時～12時 午後2時～4時
- 9月の読み聞かせ 9/19(土) 第三土曜日 午前10時～11時
- 9月の公民館休館日
21日(月) 敬老の日 22日(火) 国民の休日 23日(水) 秋分の日



寺尾公民館はクールシェアスポットに登録しています。公民館開館日の9時～16時30分誰もが涼しく過ごせるよう公民館の一室を開放いたします。
詳しくは職員にお尋ねください

