



参加者募集

パン作り教室

～イングリッシュマフィンをつくろう～

パンの焼ける幸せな匂いに包まれて、ホッと一息楽しい時間を過ごしませんか？

- ◎ 日 時 : 11月12日(水) 午前9時～正午
- ◎ 場 所 : 岩鼻公民館 1階 実習室
- ◎ 定 員 : 成人 16名(先着順)
※ベーコンやチーズをはさんだ完成品を持ち帰ります。
- ◎ 費 用 : 800円(材料費) ※当日お支払いください。お釣りがないようお願いします。
- ◎ 持ち物 : エプロン、三角巾、筆記用具、マスク
- ◎ 講 師 : 中村 圭汰 先生(ブーランジェリーNICH NICH 店長)
- ◎ 申込み : 10月6日(月)から、岩鼻公民館窓口で受付開始。(電話受付可)
受付は、平日の午前8時30分～午後5時です。



参加者募集

ノルディックウォーキング体験教室

運動不足解消や体力増進、健康維持にノルディックウォーキングを始めてみませんか？
はじめての方大歓迎です。気軽に参加してください。

- 【日 時】 11月6日、13日、20日、27日(全4回：木曜日)
午前10時00分～11時30分
- 【場 所】 群馬の森 ※雨天の場合は岩鼻公民館 2階ホールになります。
- 【内 容】 ノルディックウォークの正しい歩き方、ストレッチ方法を学びます。
- 【定 員】 市内在住の興味のある方 10名(先着順)
- 【講 師】 石堀 三枝子 先生(群馬県ノルディックウォーキング協会会員)
- 【費 用】 1,000円(ポールレンタル代)
※当日お支払いください。お釣りがないようお願いします。
- 【持ち物】 タオル、飲み物、運動靴、綿の手袋
- 【申込み】 10月6日(月)から、岩鼻公民館窓口で受付開始。(電話受付可)
受付は、平日の午前8時30分～午後5時です。



裏面もご覧ください

人権講座「手品で楽しく仲間づくり」

- 【日 時】 11月11日(火) 午前10時～
【場 所】 高崎市岩鼻公民館 2階 ホール
【内 容】 手品で楽しく仲間づくりをしながら人権について学びます。
【講 師】 星野 まり子 先生(高崎市人権教育講師)

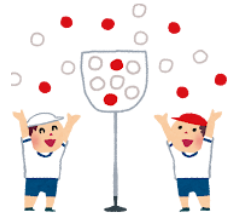


岩鼻地区スポーツフェスティバル

- 【日 時】 10月19日(日) 午前9時～正午
【場 所】 岩鼻小学校校庭

(雨天の時は体育館、体育館下 ※シューズ持参)

玉入れや輪投げ、せんべい食い競争などがあります。フリー参加ですので8:30～10:00までに受付でカードをもらって参加してください。たくさんの景品を用意していますので多数の参加をお待ちしています。



毎月さいご
の水曜日

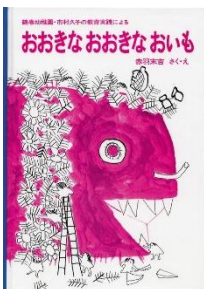
絵本寄席

大人も
子どもも

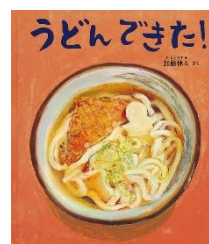
第122回 10月29日(水) 午後3時～3時30分 公民館図書室

午後のひととき、一緒に絵本を楽しみませんか。

笑える話、泣ける話、こわ～い話… 大人も子どもも楽しめる絵本を用意しています。



★おおきな おおきな
おいも
原案：市村 久子
作/絵：赤羽 末吉
福音館書店



★うどん できた!
作/絵：加藤 休三
福音館書店

★申込不要です。お気軽にお出かけください。

主催：岩鼻公民館おはなしの会

図書室開館日

◆ 本の貸出・返却

毎週(水・金) 午後2時30分～4時30分

毎週(土) 午前10時～12時

◆ 本の読み聞かせ

毎週(土) 午前10時～12時

※ 公民館の休館日はお休みです

休館日のお知らせ

10月13日(月)



