



第146号 令和7年9月1日

【発行】金古公民館：高崎市金古町1278-2

TEL:027-373-6907

まなびネット
たかさき HP

<https://www.takasaki.manabi365.net/>



『ジャザサイズ』を

-Jazzercise-

体験しよう

最新のヒット曲に合わせてダンスや筋トレを行う、アメリカ発祥のフィットネスです。ビートに合わせて徐々に心拍数を上げ、脂肪を燃焼させます。たくさん汗を掻きたい方は是非体験してみてください。

【日 時】10月1日・15日・29日【水曜日：全3回】

午後7時30分～8時30分

【会 場】金古公民館 2階 大会議室

【対 象】市内在住の成人 15人（先着順）

【講 師】市毛 緑 先生（JAZZERCISE スタジオ高崎金古）

【費 用】無料

【持 ち 物】①ヨガマットまたはバスタオル ②汗拭きタオル
③運動靴 ④水分補給用の飲み物 ⑤動きやすい服装
⑥ダンベル1kg程度（お持ちの方）

【申 込 み】9月16日(火) 午前9時から公民館窓口または、電話にて受付



ボールペン字教室

【日 時】10月14日・21日・28日(火)【全3回】

午後1時30分～3時30分

【会 場】金古公民館 1階 会議室

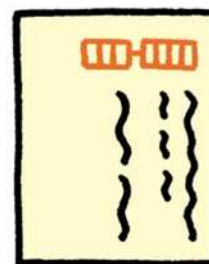
【対 象】市内在住の成人 8人（先着順）

【講 師】新保 昭子先生（社会教育講師）

【費 用】無料

【持 ち 物】①ボールペンなど硬筆の筆記用具
②水分補給用の飲み物

【申 込 み】9月16日(火) 午前9時から公民館窓口または、電話にて受付



『字を書く』機会が減ってしまったからこそ、『字を書く』楽しさを学び、『美文字』を目指してみませんか？

金古ふれあいフェスティバル

開催決定!!

◆◆展示作品・舞台発表者募集!◆◆

『金古ふれあいフェスティバル』にご参加いただける地域の方を募集します。展示（絵、写真、その他作品）、舞台発表をご希望される方は、各地区の区長までお申し込みください。尚、舞台発表は団体での参加のみとさせていただきます。（個人での発表はできません）発表の持ち時間は1団体15分です。たくさんの方のご参加をお待ちしております。

【開催日時】11月21日(金) 午後1時～作品展示のみ
11月22日(土) 舞台発表・作品展示

【会場】市民活動センター 『ソシアス』

【申込み】各地区 区長（金古公民館では受け付けません）

【申込み期間】令和7年10月10日(金)まで



お知らせ!

9月の休館日

15日(月)・・・敬老の日

23日(火)・・・秋分の日

※休館日の貸館は
できません。



るんるん子育て交流

9月11日(木) 午前10時～受付開始
午前10時30分～

地域の同年齢の子どもをもつ親同士の交流の機会として遊びにきてください。当日の参加も可能ですが、『LINE』や『Instagram』での予約が可能です。その際には保護者名とお子様のお名前（ふりがな）と月齢をご入力ください。

◆LINE《るんるん群馬》 @487objqt

◆Instagram runrun_gunma

