



上郊公民館だより

いなほ

高崎市生涯学習情報サイト

まなびネットたかさき

令和7年10月1日 第325号

発行 高崎市上郊公民館

〒370-3533 高崎市保渡田町 2101-1

TEL・FAX：373-6786

URL：http://takasaki.manabi365.net/



参加者募集



リタイア前後に知っておきたいお金の話 ～資産形成の仕組みと始め方～

去年 1,000 円で買っていた物が、今年は 1,200 円位に値上がりしていたという経験はありませんか？ たった 1 年でお金の価値が随分かわってしまいました。今回は値上がりが続く今を賢く生きるための、「資産形成の仕組みと始め方」を学んでいきたいと思います。

11月6日(木) 午前10時～正午

会場 上郊公民館 2階集会ホール
対象・定員 市内在住の人 20人
費用 無料
講師 板橋 美代子さん
金融経済教育推進機構（J-FLEC）派遣講師
持ちもの 筆記用具、水分補給用の飲み物
申し込み 10月1日（水）午前9時から受付 電話申込可



参加者募集

季節の寄せ植え教室

花は人々に安らぎを与え、空間を華やかにしてくれます。色合わせ、バランス、テイストがわかれば素敵な寄せ植えが出来上がります。季節の植物が織りなす美しい調和をお楽しみください。

11月11日(火) 午前10時～正午

会場 上郊公民館 2階集会ホール
対象・定員 市内在住の人 20人（先着順）
費用 1,500 円（材料費）
講師 福田 君子さん
持ちもの 持ち帰り用のレジ袋、シャベル（小） 汚れても良い服装
申し込み 10月7日（火）午前9時から受付 電話申込可



昨年の作品です

裏面には「バランスボールで体と心を整えよう」とサークル会員募集を掲載しています。ご覧ください！

参加者募集

バランスボールで体と心を整えよう

バランスボールは普段刺激しにくい筋肉を鍛え、体幹の強化や姿勢の改善も期待できます。
乳幼児を連れての参加也大歓迎です！

11月27日、12月4日、11日
午前10時～正午（全て木曜日）



会 場 上郊公民館 2階集会ホール
対象・定員 市内在住の人 10人（10組）
費 用 無料
持ちもの ヨガマット（大き目なタオル）、運動のできる服装
タオル、水分補給用の飲み物、室内履き（基本裸足で行います）
※バランスボールは講師が用意します
申し込み 10月1日（水）午前9時から受付 電話申込可

水彩画教室

いつも心穏やかに大好きな絵を描いています。先生から筆だけではなく、割りばしやストローを使った技法を教えていただくのも楽しみのひとつです。絵を描くことが大好きという方、お待ちしております！

活動場所 2階集会ホール
活動日時 第1, 3金曜日 午前10時～正午
講 師 柳井 貴光さん
会 費 等 入会金 1,000 円（材料費）/初回のみ
会費 2,000 円/回

上郊公民館定期利用サークル会員募集

つぼみの会



10月の休館日
13日（月）スポーツの日



10月の子ども支援事業のお休み
土曜日・日曜日・左記休館日
〈行事開催のため遊べない日〉
6日（月）・9日（木）・28日