

金古南足門 公民館だより



まなびネットたかさきURL <https://www.takasaki.manabi365.net/>

令和8年(2026)
5月1日発行
金古南足門公民館
電話・FAX
027-373-0409

申込み不要・無料の子育て支援講座 「たのしいおやこ時間 ～骨盤スタイルアップ～」

【日時】 5月18日～6月15日

毎月曜日(全5回) 午前10時～正午

【対象】 おおむね生後3～4カ月以上の乳幼児と保護者

【定員】 10組程度

【費用】 無料

【講師】 安岡 亜紗未 氏 (地域指導者、中学・高校教諭(保健体育))

【持ち物】 バスタオル、動きやすい服装、汗拭きタオル、抱っこひも、おむつ、おむつ用ゴミ袋、飲み物、ミルク、哺乳瓶など育児用品



【内容】 乳幼児や産後の母親の心身のケアをしながら、参加者同士で交流する。



まなびネットたかさき



1. QRコード↑
2. 公民館だより
3. 条件を絞り込んで探す
4. 金古南足門公民館で検索
5. 「金古南足門公民館(〇月〇日号)」を選ぶ
6. 「詳細」の「添付ファイル」を選ぶ

募集

「第2期公民館図書ボランティア」を募集します。

詳細は金古南足門公民館 ☎027-373-0409



※ 6月から毎月第3木曜日午前10時から正午まで
図書ボランティアによる「絵本と手芸」を始めます。



公民館利用サークル紹介

皆さん和気あいあいと楽しく活動しています。
新しい自分探しをしてみませんか？



曜日	団体名	活動内容	活動日	活動時間
月曜日	金古足門吹矢の会	吹矢の練習	毎週月曜日	午後1時～午後4時
火曜日	足門筋トレ健やかクラブ	筋トレ、脳トレ、フレイル予防	第1・2・3・4火曜日	午前10時～午前11時45分
水曜日	足門麻雀クラブ	麻雀で脳トレ	毎週水曜日	午前9時～正午
	水曜会	ダンスの練習	毎週水曜日	午後1時00分～午後3時
	麺づくりを楽しむ会	麺づくり	随時年4回 水曜日	午前9時～午後2時
木曜日	卓球愛好会	卓球の練習	毎週木曜日	午後1時～午後5時
	金古南足門読書会	読書会	第2木曜日	午前10時～正午
	ゆったりヨガ	ヨガ	第2・4木曜日	午前10時～正午
金曜日	シューティングスター	ダブルダッチ(大縄跳び)	毎週金曜日	午後6時30分～午後9時
	いたずらクラブ	手作りおもちゃの製作	第2・4金曜日	午後4時00分～午後7時
	おうまのおやこ	子育て支援	第2・4金曜日	午前10時30分～正午
土曜日	ゆったりナイトヨガ	ヨガ	第2・4土曜日	午後7時～8時
複数曜日	カスパリー編みの会	編物(カスパリー編み)	第1土(PM)、第2木(AM)、第3水(PM)	AM:午前10時～正午 PM:午後1時～4時
不定期	味噌の会	味噌づくり・季節の料理等	不定期	



サークル見学受け付けています。ご希望者は下記まで
金古南足門公民館 ☎027-373-0409