



主催講座のお知らせ

参加者募集

みなさまの参加を  
心よりお待ちしております。

## フレイル予防チェック

高崎健康福祉大学の教授による指導です。ぜひとも参加してください。

**日時 10月4日 金曜日 午前10時～正午**（※11月と12月も開催予定です）

- 【会場】 高崎市矢中公民館 2階 講義室
- 【対象】 市内在住の成人
- 【定員】 20人（先着順） 【費用】 無料
- 【持ちもの】 動きやすい服装、上履き、タオル、水分補給用飲み物
- 【申し込み】 9月11日（水）午前9時から矢中公民館へ（電話可）
- 【内容】 フレイルチェックと栄養と服薬に関する指導
- 【その他】 30分ごとに5人ずつ測定・指導いたします



＜人権教育推進講座＞

## 沖縄三線と津軽三味線の響き

沖縄三線と津軽三味線が奏でる日本の心をお楽しみください

**日時 10月29日 火曜日 午前10時～正午**



- 【会場】 高崎市矢中公民館 2階 講義室
- 【対象】 一般成人 【定員】 30人
- 【費用】 無料 【持ちもの】 水分補給用飲み物
- 【申し込み】 9月19日（木）午前9時から矢中公民館へ（電話可）

再掲載

## ハーバリウム教室

プリザーブドフラワーのバラやアジサイなどを入れたビタミンカラーのハーバリウムと紅葉のハーバリウムの合計2本をつくります。

**日時 9月20日 金曜日 午前10時～正午**

- 【会場】 高崎市矢中公民館 2階 講義室
- 【対象】 一般成人 【定員】 10人
- 【費用】 2,000円（材料費として）
- 【持ちもの】 持ち帰り用の袋、水分補給用飲み物
- 【申し込み】 申込受付中  
申込時に、赤い紅葉かグリーンか紅葉のどちらかを選んでください。



裏面もご覧ください



## 第36回矢中地区作品展示会作品募集のお知らせ

第36回矢中地区作品展示会が、令和6年10月19日(土)～20日(日)の2日間、矢中公民館で開催されます。開催にあたり地域の皆様方から展示作品を募集しております。展示を希望される方は、申込用紙を矢中公民館で配布しておりますので、9月13日(金)までに矢中公民館窓口へ申し込みをしてください。



### 三色の「ペチュニア」



矢中中学校の緑化委員会のみなさんが大事に育てた「ペチュニア」を公民館に寄贈していただきました。公民館の玄関先で(白・紫・ピンク)の綺麗な花を咲かせています。暑い夏にすくすく育て、来館される人の気持ちを和ませてくれています。矢中中学校の緑化委員会のみなさん、ありがとうございました。



#### 【矢中生活学校】

##### 《親子で遊ぶ会》

【日時】 9月13日(金) 午前10時～正午  
【場所】 矢中公民館

★直接公民館にお越しください★

##### 《廃油の回収》

【日時】 9月13日(金) 午前10時～11時30分  
【場所】 矢中公民館 玄関前

#### 《ふれあい子育てサロン》

【日時】 9月27日(金) 午前10時～正午  
【場所】 矢中公民館 2階 講義室  
【対象】 0歳から未就園児のお子さんと保護者  
【費用・申込み】 無料。直接公民館にお越しください  
【主催】 矢中地区民生委員児童委員協議会

#### 【中学生休日学習相談ステーション】

【日時】 9月8日(日)・29日(日)  
午後1時30分～4時30分  
【場所】 矢中公民館 【教科】 数学・英語  
★直接公民館にお越しください★

#### 《図書室からのお知らせ》

【貸し出し】  
木曜日 5日・12日・19日・26日 午後2時～4時  
金曜日 13日 10時～11時30分  
土曜日 7日・21日 午後3時～4時  
【読み聞かせ】土曜日 7日・21日 午後2時～3時  
※ 貸し出しは一度に3冊まで、貸出期間は二週間です。  
ぜひ皆様のご来館をおまちしております。  
※ 返却が遅れている方は、早めに返却するようお願いいたします

#### 《駐車場について》

矢中公民館の駐車場は台数に限りがあり、駐車区画も通常より狭いため、徒歩または自転車での来館にご協力をお願いいたします。  
お車で来館される場合は、できるだけ乗り合わせをお願いいたします。

#### 《休館日のお知らせ》

9月16日(月) 敬老の日  
9月22日(日) 秋分の日・23日(日) 振替休日

※ 第5週(29日～30日)は、保守点検日のため貸館での利用はできませんので、ご協力をお願いいたします。

