



## コンディショニング運動教室

# 1月23日(木)・28日(火)

## 午前10時～正午 片岡公民館 2階 講義室

皆さん体の調子はいかがですか。体のコンディションを整えて健康になりませんか。手足の複合的な運動などにより筋肉をほぐすことで体内の筋肉のバランスを整えます。

- 対象 市内在住の成人
- 費用 無料
- 定員 15名程度(先着順)
- 講師 高野 夏美さん(高崎市社会教育講師)
- 持ち物 ヨガマット、フェイスタオル、水分補給用の飲みもの
- 申込み 現在受付中 電話または片岡公民館窓口まで



## 片岡ほっと！Hot！café ～毎月第2・第4火曜日～

# 1月14日・28日(火)

## 午後1時30分～4時 片岡公民館 1階 実習室

- ・毎月第2、4火曜日開催
- ・おいしいコーヒーを無料で楽しめます
- ・親子づれからご高齢者どなたでもOK  
(入退場自由)無料で！



参加費:無料 定員:なし 申込:不要  
対象:地域住民ならどなたでも、お気軽  
にお越しください♪  
主催:片岡地域づくり活動協議会

## ギャラリー片岡からのお知らせ ～1月・2月・3月～

片岡公民館では、公民館を拠点に活動されている定期サークルの日頃の成果を発表していただく目的で、玄関ロビーに会員皆様の作品を展示紹介しております。力作揃いの素晴らしい出展品ですので、ご来館いただきご鑑賞ください。

※展示期間は期間内で前後する場合があります

	サークル名	展示作品	展示期間
1月～2月	フォトグラフ高崎	写真	1月 6日(月)～ 2月28日(金)
3月	雪椿の会	筆ペン	3月 1日(土)～ 31日(月)

## ベンチについて語ろう会からのお知らせ

# 1月27日(月)

### 午前10時30分～正午 片岡公民館 1階 実習室

片岡地区では地域住民に作ってもらったベンチが9台設置されています。

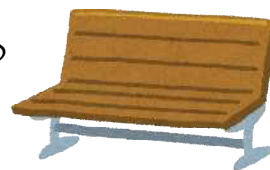
誰もが外出しやすい地域づくりのために、現在設置されているベンチの維持や新たな設置についての話し合いを企画しています！

一緒に公民館に集まってアイデアを出し合いませんか？

☆どなたでも参加いただけます！皆様のご参加をお待ちしています♪

主催：片岡地区協議体

お問い合わせ：あんしんセンター高風園 TEL 325-3578



## 大掃除・避難訓練のお礼

12月24日(火)に、定期利用サークルの方を中心に大掃除と避難訓練を行いました。公民館は地域の皆様のお力添えにより運営できております。年末のお忙しい中、ご協力いただいた皆様ありがとうございました。

## 年忘れグラウンドゴルフ大会の成績

開催日：令和6年12月16日(月)

会場：和田橋運動広場F・Gグラウンド

(敬称略)

男子の部			順位	女子の部		
氏名	所属	スコア		氏名	所属	スコア
木村 道彦	片岡中央	57	優勝	北爪 良子	片岡中央	56
橋本 正夫	中石原	60	準優勝	小川 富佐子	片岡中央	64
松本 一正	清水	62	3位	高久 幸江	中石原	64
新井 常夫	中石原	63	4位	木村 とみ子	中石原	66
高橋 三郎	清水	64	5位	中林 広子	片岡中央	66

休館日のお知らせ 12月28日(土)～1月5日(日) 年末年始休館日

1月13日(月) 成人の日

図書室からのお知らせ

1月11日(土)から開館