

# 南北合同住民献血開催

期 日：9月30日(水)

受付時間：午前9時30分～11時

会 場：北公民館(平和町27-32)

問 合 せ：南公民館(26-8333)または

群馬県赤十字血液センター 献血推進課(027-224-2102)



※献血は、血液を必要とする患者さんに必要不可欠な医療事業です。

※ご協力いただいた皆様には、記念品を差し上げます。

あなたの献血が、誰かの明日につながるかもしれません。

「献血」は命をつなぐボランティア。ご協力をお待ちしております！

# かるがも

南公民館報  
第369号

## 講座

### アイディアキッチン

～秋の献立～

期 日 9月29日(火)

時 間 午前10時～午後1時

会 場 南公民館

対 象 市内に在住・在勤の人

定 員 16人(先着順)

講 師 柳 和子さん

献 立 ・豚肉とサツマイモときのこの豆板醤炒め

・焼き椎茸の和え物

・さやいんげんとスクランブルエッグ

の春巻き

参加料 1,500円(材料費)

持ち物 エプロン・三角巾

申込み 9月9日(水)午前9時から

電話で南公民館へ



2026年9月1日  
発行 南公民館  
住所 上泉町619-1  
☎ 26-8333  
FAX 26-8334

### 骨盤調整ヨガ教室

期 日 10月15日(木)・10月29日(木)

(全2回)

時 間 午前10時～正午

会 場 南公民館

対 象 市内に在住・在勤の女性

定 員 15人(先着順)

参加料 無料

持ち物 ヨガマット・タオル・飲み物

申込み 10月1日(木)午前9時から  
電話で南公民館へ



### 南地区食生活改善推進員料理講習会

～今日からできる！～

野菜たっぷりごはん

(生活習慣病予防講習会)

期 日 9月16日(水)

時 間 午前9時45分～午後1時

会 場 南公民館

対 象 市内に在住・在勤の人

定 員 15人(先着順)

献 立 ・鮭のトマト煮カレー風味

・ケークサレ(野菜入りパウンドケーキ)

・野菜スープ

・季節の果物

参加料 200円

持ち物 エプロン・三角巾・マスク

申込み 9月8日(火)までに左記連絡先へ

連絡先 鈴木俊江さん  
(090-8008-8565)  
森田多美江さん(25-2636)



## 夏休み子供向け講座が開催されました (中高生がボランティア)

夏休み期間中、講師、一中、清明高校、工業高校、興陽高校のみなさんのご協力をいただき、小学生を対象とした夏休み子ども向け講座を開催しました。  
来年度も多くの方々の参加をお待ちしております。



書道教室



ハーバリウム教室



つくってあそぼう



### 新着図書のお知らせ

- |              |        |
|--------------|--------|
| ・星ひとみの天星術    | 星 ひとみ  |
| ・イン・ザ・メガチャーチ | 朝井 リョウ |
| ・失われた貌       | 櫻田 智也  |
| ・さよならジャバウォック | 伊坂 幸太郎 |
| ・一次元の挿し木     | 松下 龍之介 |
| ・六人の嘘つきな大学生  | 浅倉 秋成  |

### 図書室の利用方法

- ① 借りたい本を選びます。
  - ② 図書貸出票に氏名、連絡先、本の題名、貸出日を記入します。
  - ③ 読み終わりましたら元の位置へ返却し  
図書貸出票に返却日を記入します。
- ※貸出期間は2週間です。