

筋 ラジオ体操・筋トレ
13:30-14:00

棒 ラジオ体操・棒体操
13:30-14:00

人 親子クラブ（会員制）
10:00-12:00

👤 ビヨビヨちゃん（～7ヶ月）身体測定
10:10-11:10 持ち物：バスタオル、記録用紙

高 高シャキ体操
13:30-14:20

マ 高シャキ体操・マット体操
13:30-14:20

📖 おはなしひろば 11:00-11:20
絵本・紙芝居の読み聞かせ等

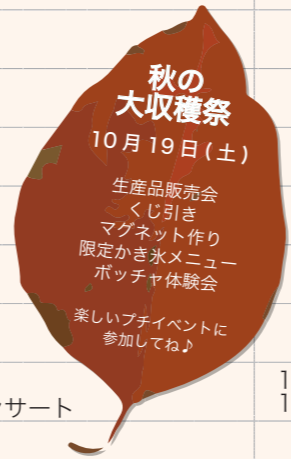
👤 ビヨビヨちゃん（8～12ヶ月）身体測定
10:10-11:10 持ち物：バスタオル、記録用紙

申込 事前申込の必要な講座

予定は変更になる場合があります。
あらかじめご了承ください。



		シルバーセンター		児童センター		全館イベント・障害者センターなど	
1	火	棒	介護予防講演会	10:00-12:00	👤		ウフ・フ マルシェ
2	水	高					
3	木	筋			👤		
4	金	マ			申込	叱らないこれからの子育て	10:30-11:30
5	土	筋					申込 フットサル交流練習会 in 函南
6	日		休館日				
7	月	筋			📖		
8	火	棒					
9	水	高	手芸教室	14:20-15:00			申込 ファミサポ入会説明会
10	木	筋	元気作りステーション	10:00-11:30	人		
11	金	マ				おえかきひろば（未就学児対象）	15:00-15:30
12	土	筋				作品の展示及び調査（新島学園短期大学）	10:00-14:00
13	日		休館日				
14	月		休館日（体育の日）				
15	火	棒					
16	水	高					
17	木	筋			申込	ラテンダンス	10:30-11:30
18	金	マ					
19	土	筋	りんご湯の日		申込	わくわくアート	14:00-15:00
20	日		休館日				
21	月	筋				児童センターハロウィン	①10:15-12:00 ②14:00-16:30
22	火		休館日（国民の休日）				
23	水	高					
24	木	筋	元気作りステーション	10:00-11:30	人		
25	金	マ					
26	土	筋			申込	エンジョイイングリッシュ	10:30-11:30
27	日		休館日				
28	月	筋					
29	火	棒					
30	水	高			申込	双子ちゃん講座	10:30-11:30
31	木	筋					



ウフ・フ マルシェ

高崎市内の障害福祉サービス事業所から、毎月届く心のこもった生産品販売会
【日時】 10月1日（火）
10:30-13:30
※商品がなくなり次第終了
【場所】 エントランスホール

介護予防講演会

ヴォイストレーニングと歌唱
【日時】 10月1日（火）
10:00-12:00
【対象】 市内在住の60歳以上の方
【定員】 200名
【費用】 無料
【持物】 動きやすい服装
【申込】 当日たまたごホールへ

叱らないこれからの子育て

「ほめるしつけ」の具体的な方法についての講演
【日時】 10月4日（金）
10:30-11:30
【対象】 乳幼児を持つ保護者
【定員】 先着20組
【申込】 9月19日（木）10:00から児童センターへ電話か来館

ラテンダンス

親子で行う簡単なラテンダンス
【日時】 10月17日（木）
10:30-11:30
【対象】 未就学児とその保護者
【定員】 先着20組
【持物】 動きやすい服装
【申込】 10月2日（水）10:00から児童センターへ電話か来館

わくわくアート

秋のバステル画を描く
【日時】 10月19日（土）
14:00-15:00
【対象】 小学生以上
【定員】 先着8名
【申込】 10月9日（水）10:00から児童センターへ電話か来館

児童センターハロウィン

みんなで仮装し、ハロウィンイベントを楽しむ
【日時】 10月21日（月）
①10:15-12:00（未就園児の部）
②14:00-16:30（園児・小学生の部）

うたごえコンサート

キーボードの生演奏に合わせ、歌って楽しめるコンサート
【講師】 武井礼子先生
【日時】 10月19日（土）
13:30-15:30(13:00開場)
【場所】 たまごホール
【定員】 280人（先着）
【費用】 チケット代300円
【申込】 9月15日（日）から総合受付で販売

手芸教室

ハロウィンの小物作り
【日時】 10月9日（水）
14:20-15:00
【対象】 市内在住の60歳以上の方
【定員】 先着20名
【費用】 当日シルバーセンターで受付材料費200円

エンジョイ・イングリッシュ

ハロウィンをテーマに英語を楽しむ
【日時】 10月26日（土）
10:30-11:30
【対象】 年中・年長児とその保護者
【定員】 先着15組
【持物】 なし、仮装OK
【申込】 10月8日（火）10:00から児童センターへ電話か来館

フットサルイベント

フットサルを通して交流をする
①交流練習会
【日時】 10月5日（土）
13:00-16:00
【場所】 函南フットサルクラブ高崎
【対象】 ・障害のある高校生以上の方
・フットサルを通して障害のある方との交流に興味のある方
【定員】 先着60名（9月27日締切）
【費用】 ひとり200円
②高崎市インクルーシブフットサルフェスタ
【日時】 10月26日（土）
9:45-16:00
【場所】 浜川体育館
【対象】 ・障害のある高校生以上の方
・フットサルを通しての交流に興味のある方
【費用】 大会参加費ひとり500円
【定員】 先着100名（10月4日締切）
【申込】 高崎市障害者サポートセンターへ～ぶ ☎027-370-8840

シルバーセンター
☎027-370-8832 開館時間▶9:00-17:00 休館日▶日曜・祝日・年末年始
シルバーセンターをご利用の方は、利用証明書をご提示いただきます。利用料金や証明書の交付につきましてはシルバーセンターまでお問い合わせください。

児童センター
☎027-370-8825 FAX 027-370-8826
開館時間▶月～金 10:00-17:30 土・日 10:00-17:00
休館日▶祝日・振替休日・年末年始

ファミリー・サポート・センター
☎027-370-8824 FAX 027-370-8826
E-mail▶fami-support@mx.a.fitenet.ne.jp
開設時間▶月～金 9:00-18:00(土日祝日は休み)

高崎市総合福祉センター
Takasaki City General Welfare Center
〒370-0065 高崎市末広町 115-1
☎027-370-8822

筋 ラジオ体操・筋トレ
13:30-14:00

棒 ラジオ体操・棒体操
13:30-14:00

親子クラブ (会員制)
10:00-12:00

ビヨビヨちゃん (~7ヶ月) 身体測定
10:10-11:10 持ち物: バスタオル、記録用紙

高 高シャキ体操
13:30-14:20

マ 高シャキ体操・マット体操
13:30-14:20

おはなしひろば 11:00-11:20
絵本・紙芝居の読み聞かせ等

ビヨビヨちゃん (8~12ヶ月) 身体測定
10:10-11:10 持ち物: バスタオル、記録用紙

申込 事前申込の必要な講座

予定は変更になる場合があります。
あらかじめご了承ください。



		シルバーセンター	児童センター	全館イベント・障害者センターなど
1	金	マ		
2	土	筋	申込 縄跳び名人①(全6回)	10:15-11:45
3	日	休館日(文化の日)		
4	月	休館日(振替休日)		
5	火	棒	高	ウフ・フ マルシェ 10:30-13:30
6	水	高		
7	木	筋 申込 陶芸教室(小皿)	9:30-10:30	高
8	金	マ		申込 ファミサポ会員研修会 10:00-12:00
9	土	筋	申込 縄跳び名人②(全6回) 申込 親子でダンス	10:15-11:45 14:00-15:00
10	日	休館日		
11	月	筋	高	
12	火	棒	申込 ベビービクス	①10:10-11:00 ②11:10-12:00
13	水	高 手芸教室(材料費300円)	14:20-15:00	申込 ファミサポ会員研修会 10:00-12:00
14	木	筋 元気作りステーション	10:00-11:30	申込 ファミサポ会員研修会 in 中央公民館 9:30-12:30
15	金	マ		申込 ファミサポ入会説明会 9:30-11:30
16	土	筋	申込 縄跳び名人③(全6回)	10:15-11:45
17	日	休館日		
18	月	筋	高	
19	火	棒		ウフ・フ マルシェ 10:30-13:30
20	水	高	つくってあそぼう	10:30-11:00 申込 ファミサポ会員研修会 13:30-15:30
21	木	筋 申込 陶芸教室(湯のみ)	9:30-10:30	親子とのふれあい活動(新島学園短期大学) 11:00-11:30
22	金	マ		申込 ファミサポ会員研修会 10:00-12:00
23	土	休館日(勤労感謝の日)		
24	日	休館日		
25	月	筋	スマイルタイム	10:30-11:10
26	火	棒	申込 簡単親子フィットネス	①10:10-11:00 ②11:10-12:00
27	水	高		申込 ファミサポ会員研修会 10:00-12:00 13:30-15:30
28	木	筋 元気作りステーション	10:00-11:30	
29	金	マ	おえかきひろば(未就学児対象)	15:00-15:30
30	土	筋	申込 縄跳び名人④(全6回)	10:15-11:45 申込 マカロニリース作り 13:30-15:30



ウフ・フ マルシェ

高崎市内の障害福祉サービス事業所から、毎月届く心のこもった生製品販売会
【日時】 11月5日、19日(火) 10:30~13:30
※商品がなくなり次第終了
【場所】 エントランスホール

ベビービクス

【日時】 11月12日(火) ①10:10-11:00 ②11:10-12:00
【対象】 ①3~6ヶ月の乳児と保護者 ②7~10ヶ月の乳児と保護者 ※歩き始めるまでの乳児
【定員】 各15組(先着)
【持物】 バスタオル
【申込】 10月29日(火)10:00から児童センターへ電話か来館

つくってあそぼう

クリスマスのおもちゃを作る
【日時】 11月20日(水) 10:30-11:00
【対象】 未就学児
【定員】 当日先着15名

簡単親子フィットネス

親子ストレッチや親子遊び等
【日時】 11月26日(火) ①10:10-11:00 ②11:10-12:00
【対象】 ①1歳~1歳5ヶ月児と保護者 ②1歳6ヶ月~3歳未満と保護者
【定員】 各回25組(先着)
【持物】 動きやすい服装
【申込】 11月6日(水)10:00から児童センターへ電話か来館

第2回会員研修会

ファミサポまかせて会員、登録希望者への研修
【日時】 11月8,9,13,14,20,22,26,27日
【対象】 会員、会員登録をして育児の援助を行う希望のある方
【費用】 無料
【申込】 電話または来館 10月18日(金)締め切り

陶芸教室

①小皿作り ②湯のみ作り
【日時】 ①11月7日(木) 9:30-10:30 ②11月21日(木) 9:30-10:30
【対象】 市内在住の60歳以上の方
【定員】 各回20名(抽選)
【費用】 材料費各回1000円
【申込】 10月31日(木)9:30にシルバーセンターで抽選

縄跳び名人になろう

基礎体力、バランス感覚を養う
【日時】 11月2日、9日、16日、30日、12月7日、14日(土) 全6回 10:15-11:45
【対象】 小学生以上
【定員】 先着20名
【持物】 室内シューズ、短縄
【申込】 10月16日(水)10:00から児童センターへ電話か来館

親子でダンス

親子で体を動かしてスキンシップ
【日時】 11月9日(土) 14:00-15:00
【対象】 年少~年長児と保護者
【定員】 先着25組
【持物】 裸足になれる動きやすい服装
【申込】 10月15日(火)10:00から児童センターへ電話か来館

親子でスマイルタイム

親子遊び、リトミック、お話等
【日時】 11月25日(月) 10:30-11:10
【対象】 未就学児とその保護者
【定員】 当日自由参加

マカロニリース作り

マカロニでクリスマスリースを作る
【日時】 11月30日(土) 13:30-15:30
【対象】 高崎市在住、在勤、在学中で障害のある高校生以上の方
【定員】 10名
11月22日締切抽選
【費用】 材料費100円
【申込】 高崎市障害者サポートセンターへ 電話または来館 ☎027-370-8840

シルバーセンター

☎027-370-8832 開館時間▶9:00-17:00 休館日▶日曜・祝日・年末年始
シルバーセンターをご利用の方は、利用証明書をご提示いただきます。利用料金や証明書の交付につきましてはシルバーセンターまでお問い合わせください。

児童センター

☎027-370-8825 FAX 027-370-8826
開館時間▶月~金 10:00-17:30 土・日 10:00-17:00
休館日▶祝日・振替休日・年末年始

ファミリー・サポート・センター

☎027-370-8824 FAX 027-370-8826
E-mail▶fami-support@mx.fitenet.ne.jp
開設時間▶月~金 9:00-18:00(土日祝日は休み)