

北橘公民館だより

令和7年10月1日
第199号

編集・発行 北橘公民館（渋川市北橘町真壁 2354）
TEL (52) 2300 <https://www.city.shibukawa.lg.jp>



10月の館内整理日 **30** 日(木)

① 世代間交流事業

地域の魅力と不思議を探るツアー

貯水池の絶景スポット／これぞ山紫水月だ！

なぜ海の守り神「金毘羅」様が十二山に？

■日 時：11月8日（土）8:30～11:35

■集 合：愛宕山ふるさと公園 管理棟前広場

※駐車場はふるさと公園第2駐車場

（中学校側）をお使いください

■定 員：成人 20名（先着順）

■申込み：10月15日（水）～11月5日（水）

※ 中学生と一緒に小室～下南室～真壁ダムまで歩きます。

運動靴でお越しください。

雨天時は北橘公民館202講義室で講義を行います。（自由参加）

コース(予定)

愛宕山ふるさと公園～三柱神社（小室）～金毘羅神社
（下南室）～赤城神社（下南室）～貯水池導水路痕跡
～愛宕山ふるさと公園・真壁ダム～閉会・解散

② 成人学級

佐久発電所真壁ダム・ハッ場ダムの正体を探ろう

ダム完成後の吾妻渓谷はどう変わったか？

■日 時：11月10日（月）8:45～16:00

■集 合：北橘公民館 正面玄関前

■定 員：成人 20名（先着順）

■申込み：10月15日（水）～10月29日（水）

※大好評により再開催となりますので、昨年ご参加いただいた方はご遠慮いただきますようお願いいたします。

・ やんば天明泥流ミュージアム 入場料 500 円がかかります

・ 昼食 道の駅ハッ場ふるさと館 ハッ場食堂（事前注文）

・ 遊歩道を40分程度歩きます。運動靴でお越しください。

コース(予定)

北橘公民館⇒真壁ダム⇒吾妻渓谷/遊歩道散策⇒ハッ場
ダム⇒道の駅ハッ場ふるさと館（昼食）⇒やんば天明泥流
ミュージアム・長野原町立第一小学校旧校舎/上毛かるた
起源・展示⇒北橘公民館



高齢者学級 かがやき大学 第5回

消防署員が教える



家庭の防火講座



空気が乾燥し、火災が増えはじめる季節です。

家庭での防火のコツや注意点を消防士から学びます。

日 時 10月15日（水）13:30～15:00

会 場 北橘公民館 3階 301講堂

講 師 渋川広域消防署員

参加費 無料

申込みは不要です。直接会場にお越しください。



令和7年度しぶかわ市民まなびの日パネル展示開催

10月29日（水）～11月4日（火）9時～17時

渋川市役所第二庁舎2階あじさいサロン・ホール（担当 生涯学習課）



③ 成人学級 睡眠負債解消教室

寝ても疲れが取れず、身体が怠いまま毎日を過ごしてしまう人は、睡眠負債を抱えている可能性があります。

自律神経を整え、日々の睡眠の質を上げることで、慢性的な心身の疲れが解消するかもしれません。

日 時 11月12日（水）13:30～15:00

会 場 北橘公民館 3階 301講堂

定 員 成人 25 名 先着順

講 師 今井 絢香

（パーソナルトレーナー、フィットネスインストラクター）

申込み 10/15～11/7 電話または公民館窓口へ

参加費 無料

その他 運動ができる服装でお越しください。



北橘公民館講座申込書

申込期間 ①10月15日～11月5日 ②10月15日～10月29日 ③10月15日～11月7日

ふりがな 名前	住所	電話番号
年齢・生年月日	希望する講座の番号に○してください	公民館記入欄
年 月 日	1 地域の魅力を探る 2 ハッ場ダムの正体 3 睡眠負債解消教室	受付日 材 ☐ No.

10月の子育てサロンきたたちばなはお休みです



北橘図書館だより

令和 7 年 10 月 1 日
第 137 号

北橘町真壁 2354
TEL 52-2300



新刊のお知らせ

*他にも新作あります

一般書

妻はりんごを食べない
瀧羽 麻子

ポピュリズム
堂場 瞬一

生きる言葉
俵 万智

- ◆日本の地元食大全
- ◆星になっても
- ◆ぼくは刑事です

菅原 佳己/著
岩内 章太郎/著
小野寺 史宜/著

児童書

それからぼくはひとりで
歩く アリシア・モリーナ

3びきのねずみ
おかしい 美しい みえ にじいろ

いやいやもちやん
に 入 いたもつ

- ◆5分ゾッ怖！出席番号X番 よしもと こゆき/著
- ◆おかしのヒミツ研究所 3時のおやつ科学機構/著
- ◆はじめまして、サンタさん ジャーヴィス/著

今月のおすすめ

「節約ワンプレートごはん もっと！」

memi/著

3人家族で食費が月2.7万円なのに、ごちそう感たっぷりのレシピがたくさん載っています。

物価高の今、ぜひ参考にしてください！

今月のおすすめ

「さいきょうのどろんこきょうだい」

キャレン・レヴィス/著

足が不自由な弟のぞう、イーライと姉のイーニッド。

みんなに応援されて、日に日に立ち上がって歩けるようになったイーライ。イーライの成長にとまどうイーニッド。

姉と弟の絆の物語。

今月の展示



絵本コーナーにて『秋』の絵本をたくさん展示しています。

ハロウィンの絵本も展示中です！

おすすめ本コーナーでは、メディア化作品を展示しています。

ぜひ、ご利用ください。



読書週間が始まります！

10月27日～11月9日の2週間は読書週間です。

今年の標語は、

『こころとあたまの、深呼吸。』です。

読書の秋です！

忙しい日々の生活にちょっとひといき

いれませんか？

図書利用券の更新はお済みですか？

有効期限の1か月前から更新の手続きができます。

更新の際には、利用券・身分証明書(保険証、免許証等)をお持ちください。