

店名 **ズィーバル(Z-BAR)前橋中央店**

カフェバー。2階にはミーティングスペースもあります。  
所在地 本町二丁目1-7  
電話 212-1711  
営業時間 午前11時～午前3時・日曜定休

本市は、熱血店舗開店支援事業で中心市街地の空き店舗へ出店する人を応援しています。対象業種は小売業・飲食業・サービス業など。このコーナーでは新たに開店した「熱血店舗」を紹介します。  
この事業についての問い合わせは、にぎわい商業課 ☎210-2188へ。



**毎月開催まちなかキャンパス**  
3月開催まちなかキャンパスの中から主な講座を紹介します。  
日時 ①「老いとうまくつきあう健康塾」便秘に悩まないく排便の話 3月13日(水)午後2時～3時30分 ②やさしい相続・疑問・難

**万が一のとき頼りになります**

応急手当てやAED(自動体外式除細動器)の取り扱いを学ぶ、普通救命講習会を開催します。  
日時 3月24日(日)午前9時～正午  
会場 消防局  
対象 市内在住か在勤の中学生以上、先着40人  
☎3月14日(木)・15日(金)に消防局警防課 ☎220-4513へ



イタリアの家庭料理を伝授

「国際料理教室」イタリア料理を作ろう」を開催。トマトベースの豆料理とジャムを使ったタルトを作りまます。また、市国際交流員とイタリア語や英語での会話を楽しみながら、外国の文化も学べます。  
日時 3月20日(水)午前10時～午後1時  
会場 前橋プラザ元気21  
対象 市内在住の小5・小6とそ

**料理教室で深める国際交流**

問一発解決2 3月15日(金)午前10時30分～正午 ③サイエンスカフェ「川と私たちの暮らし」3月23日(土)午前10時30分～正午  
会場 ①②は前橋プラザ元気21 ③は紅茶専門店リバティ(城東町二丁目)  
対象 市内外のみなさま  
費用 ③は500円  
☎商工会議所 ☎234-5109へ。または同所ホームページ (http://www.maebashi-ci.or.jp)へ

前橋テルサカルチャーサロン講座	
講座名	期日
体験しよう!キッズダンス(小学生クラス)	4月11日(木)
キッズ空手入門!(小学生)	4月13日～6月22日の土曜6回
女性のための空手入門!	

※時間、対象、費用など、詳しくは前橋テルサに問い合わせるか同館ホームページ(http://www.maebashi-ppc.or.jp/tersa/)をご覧ください。

**カルチャーサロン**  
講座名・期日 左表のとおり  
☎231-3211  
☎同館へ

**認知症サポーター養成講座**  
認知症の人やその家族の応援者となる認知症サポーター養成講座を開催。誰にでも起こりうる認知症について学んでみませんか。  
日時 3月15日(金)午後1時30分～3時30分  
会場 総合福祉会館  
対象 一般、先着70人  
☎3月11日(月)までに介護高齢課 ☎898-6133へ

講座

手話を学び社会貢献しよう

手話ボランティアを養成する講座を開催します。  
日時 ①入門コース ①5月10日～10月18日の金曜23回、午後1時30分～3時30分 ②同午後7時～9時(基礎コース) ③5月10日～12月6日の金曜30回、午後1時30分～3時30分 ④同午後7時～9時  
対象 市内在住・在勤・在学 18歳以上で、①②は手話初心者、各35人 ③④は入門コース修了者、各25人(各抽選)  
会場 総合福祉会館  
費用 ①②は各1,200円 ③④は各1,470円  
☎4月1日(月)までにハガキで。希望コース・時間・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・勤務地(通学地)を記入し、〒371-0014朝日町三丁目36-17・市保健所内障害福祉課(☎220-5711)へ



**勤労青少年の教養講座を開催**

勤労青少年ホームでは、4月から前期教養講座を開催します。費用の他に利用者会費500円が必ず必要です。なお、申込者が10人に満たない講座は中止となります。  
日時 4月～8月、午後6時45分～8時45分(料理・茶道・フラメンコは午後6時30分～8時30分)  
会場 勤労青少年ホーム(大渡町

勤労青少年ホーム前期教養講座			
講座名	曜日・回数	定員(各抽選)	費用
料理(月)	月曜13回	30人	1万円
茶道(初級)	月曜12回	各15人	5,000円
ペン習字		30人	2,000円
アロマビューティーエクササイズ	火曜8回	各15人	1万円
フラワーアレンジメント	火曜10回	各15人	2,000円
ウクレレ	火曜8回	各30人	1,000円
フラメンコ	水曜13回	20人	1万円
料理(水)	水曜12回	10人	1,000円
ヨガ&ピラティス		20人	3,000円
ためになるパソコン実用編	水曜10回	20人	3,500円
リンパトリートメントエクササイズ	木曜10回	10人	3,400円
ゴルフ入門(木)	木曜12回	各15人	5,000円
茶道	木曜9回		8,000円
いけば花	金曜13回	各30人	1万円
料理(金)	金曜10回		300円
フラダンス	金曜10回	10人	3,400円
ゴルフ入門(金)			

二丁目)、ゴルフ入門は中央ゴルフ練習場(川曲町)

講座名・曜日など 右表のとおり  
対象 35歳未満で市内在住・在勤の勤労青少年  
☎3月15日(金)(必着)までに往復ハガキで。講座名・住所・氏名・職業・電話番号・年齢を記入し、〒371-0854大渡町二丁目3-15・勤労青少年ホーム(☎252-0500)へ

**社会人デビューをサポート**

新入社員研修会を開催。社会人としてのビジネスマナーやコミュニケーション術を学びます。  
日時 ①4月9日(火)②4月10日(水)、午前10時～午後5時  
講師 市アイル・キャリア代表・五十嵐康雄さん  
会場 前橋プラザ元気21  
対象 市内の事業所に就職する新入社員か中途採用者、先着各24人  
費用 各3,000円  
☎3月29日(金)までににぎわい商業課 ☎210-2273へ

**老人福祉センター**

しきしま老人福祉センター  
☎233-2121

**65歳未満の人は入場料が必要です**

**紅洋花舞踊ショー**  
日時 3月15日(金)午後0時30分～2時30分  
対象 市内外のみなさま  
☎一日教室  
日時 ①おいしい緑茶の入れ方 3月23日(土)午前10時30分～正午 ②元気ひろげたいそう 3月25日(月)午後1時～2時 ③歴史教室「前

**老人福祉センター**

ひろせ老人福祉センター  
☎261-0880

**65歳未満の人は入場料が必要です**

**ひろせ舞台演劇会**  
日時 3月10日(日)午前11時30分～午後2時  
対象 市内外のみなさま  
☎一日教室「お肌の若返り講座」  
日時 3月21日(木)午後1時30分～3時  
対象 一般、先着15人  
用意する物 タオル2枚  
☎3月7日(木)から同センターへ直接