

スポーツ

しんしん大渡温水プール・トレーニングセンター

TEL 027-253-7811

- ①水泳教室
- 時 10月2日(金)～12月7日(月)、コース・曜日・時間は下表のとおり
- 対 〓初級〔 クロールで25m泳げない人〈中級〉4泳法で各25m以上泳げる人〈バタフライ〉クロールで50m以上泳げる人
- ¥ 各3,000円(小学生以下は各1,500円)と施設使用料
- ②バレーボール教室
- 時 9月14日～11月16日の月曜8回、19時～20時30分
- 対 〓高校生以上、20人(抽選)〔
- ¥ 4,040円
- ③水球教室
- 時 9月12日～10月10日の土曜5回、8時～9時30分
- 対 〓小1～中学生、25人(抽選)〔
- ¥ 950円と施設使用料
- ④健康温水プール浴
- 時 9月14日～11月16日の月曜8回、10時20分～11時20分
- 対 〓50歳以上の健康な人、30人(抽選)〔
- ¥ 3,000円と施設使用料
- ⑤アクアビクス
- 時 9月15日～11月17日の火曜8回・9月18日～11月6日の金曜8回、10時20分～11時20分
- 対 〓高校生以上、各30人(抽選)〔
- ¥ 3,000円と施設使用料
- ⑥小学生陸上
- 時 9月4日～11月6日の金曜8回、17時～18時
- 対 〓小3～小6、40人(抽選)〔

しんしん大渡温水プール 水泳教室			
コース		曜日・時間	定員
バタフライ		月曜、12時30分～13時40分	各20人
中級者一般		金曜、14時～15時10分	
初級	一般	火曜、12時30分～13時40分	各20人
	平泳ぎ	水曜、12時30分～13時40分	
	高年者（50歳以上）	月火曜、14時～15時10分	
	レディース	水曜、14時～15時10分	
	年長～小2	月火水金曜のいずれか、15時40分～16時40分	各30人
	小学生	月火水金曜のいずれか、17時～18時10分	各40人
		土曜、10時30分～11時40分	



ホーム戦試合情報



8月開幕の秋春制ヘ
ザスパ群馬の新シーズン開幕

時 8月15日(土)19時
vs.SC相模原

時 8月22日(土)19時
vs.レイラック滋賀FC

場 正田醤油スタジアム



チケット購入

J2復帰を目指しクラブ
一丸となって頑張ります！



©THESPA



- ¥ 2,020円
- ⑦水球体験会
- 時 8月29日(土)8時～9時30分
- 対 〓小1～中学生、先着25人〔
- ¥ 500円
- ⑧樺沢和佳奈選手によるランニング教室
- 時 8月31日(月)8時30分～10時30分
- 場 Fuji Language School王山運動場
- 対 〓市内在学の陸上部(長距離種目)・駅伝部に所属している中学生、先着100人〔
- 申 〓①～⑥は8月15日(土)までにまえばしスポーツナビで。または往復ハガキで(必着。1人1通)〔
- 教室名(⑤は火曜か金曜のどちらか)・住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号を記入し、〒371-0854大渡町二丁目3-11・しんしん大渡温水プール・トレーニングセンターへ。⑦は8月28日(金)までに同館へ。⑧は8月20日(休)ま

- でに二次元コードの申し込みフォームか同館へ
- 〓ヒーリングヨガ〔
- 時 9月5日～11月7日の土曜10回、19時～20時
- 対 〓高校生以上、40人(抽選)〔
- ¥ 3,000円と施設使用料
- 申 8月15日(土)までにまえばしスポーツナビで
- 問 広瀬スポーツ・カルチャーセンター
- TEL 027-212-0881

講座・教室

危険物取扱者試験と準備講習会

- 乙種第4類危険物取扱者試験の準備講習会と危険物取扱者試験を実施します。
- 〓準備講習会〔
- 時 9月16日(火)9時30分～16時30分
- 場 消防局
- ¥ 1万3,000円
- 申 8月17日(月)～9月4日(金)に予防課
- TEL 027-220-4509へ
- 〓危険物取扱者試験〔
- 時 11月29日(日)
- 場 前橋工科大
- ¥ 〓甲種〔7,200円 〓乙種〔5,300円 〓丙種〔4,200円
- 申 8月21日(金)～9月2日(火)に消防試験研究センター
- TEL 027-280-6123へ

読み聞かせ活動の技術を習得

- 読み聞かせボランティア養成講座(初級)を開催。読み聞かせの基本を学びます。
- 時 9月15日(火)10時～12時
- 場 中央公民館501・502学習室
- 対 〓読み聞かせボランティアを始めてようとしている人や経験年数の浅い人、先着20人〔
- 講師=市読み聞かせグループ連絡協議会本部役員
- 申 8月20日(木)10時から前橋こども図書館
- TEL 027-230-8833へ

もしもに備えて救命講習

- 普通救命講習Ⅲ(小児コース)を実施。AED(自動体外式除細動器)の取り扱いや心肺蘇生法などを学びます。
- 時 8月23日(日)9時～12時・24日(月)9時30分～12時30分
- 場 消防局
- 対 〓市内在住・在学・在勤の中学生以上、先着各20人〔
- 申 8月5日(火)12時から二次元コードのホームページで
- 問 救急課
- TEL 027-220-4513

気持ちに寄り添う聴き方講座

- 群馬いのちの電話研修担当者からゲートキーパーの役割や傾聴についてロールプレイを交え学びます。
- 時 9月1日(火)13時30分～15時
- 場 第二コミュニティセンター3階(保健センター内)
- 対 〓一般、先着30人〔
- 申 8月25日(火)までに保健予防課
- TEL 027-220-5787へ

ゲートキーパー動画研修

- 悩んでいる人の変化に気づき、話を聴いて支援につなぐ役割を担うゲートキーパーの基礎を動画で学びます。
- 配信期間=9月1日(火)～30日(水)

- 申 8月1日(土)～21日(金)に二次元コードの申し込みフォームで
- 問 保健予防課
- TEL 027-220-5787



中公でスマホの使い方マスター

- 下表のとおり中公スマホ教室を開催します。
- 場 中央公民館
- 対 〓市内在住の人(各抽選)〔
- 申 8月24日(月)(必着)までにハガキで。郵便番号・住所・氏名・電話番号・希望のコース(①～⑤のいずれか)を記入し、〒371-0023本町二丁目12-1・中央公民館「中公スマホ教室(9月分)係」へ
- 問 同館
- TEL 027-210-2199



中公スマホ教室		
内容	日時	定員
①ネットプリントをしてみよう！	9月16日(火)10時～12時	15人
②PayPayを始めよう！	9月17日(水)10時30分～12時30分	各20人
③基礎からじっくり学ぼう！スマホ入門編	9月17日(水)14時～16時	
④スマホで旅行予約！	9月18日(金)14時～16時	
⑤ネットショッピングをしよう！	9月30日(火)10時～12時	15人

託児付きの介護基本講座

- 介護に関する入門的研修(基礎講座)を開催。未経験者でも基礎から学べ、託児サービスもあり子育て中の人も参加できます。
- 時 10月15日(木)9時30分～12時30分
- 場 ジョブセンターまえばし
- 対 〓40歳未満か子育て中の人、先着15人〔
- 申 9月15日(火)までに申し込みフォームで
- 問 長寿包括ケア課
- TEL 027-898-6276



高次脳機能障害の理解を深めて

- 高次脳機能障害サポーター養成講座を開催。医師・宮永和夫さんの講演とグループワークを通じ、当事者への適切な関わりや配慮について学びます。
- 時 8月30日(日)13時30分～16時
- 場 まえばし医療センター 共用会議室
- 対 〓一般、先着50人〔
- 申 8月23日(日)までにノーサイド
- TEL 080-3419-6233へ



女性向け在宅ワークセミナー

- 在宅ワークの基礎知識から実践的なデジタルスキルまで幅広く学べるセミナーを開催します。個別相談などのフォローアップも実施。受講後には市内企業とのマッチングなどを通じて在宅ワークでの就業を支援します。オンライン配信や託児サービスも利用できます。
- 時 9月30日(火)・10日29日(木)・11月9日(月)・20日(金)・12月11日(金)・12月18日(金)の全6回、10時～12時
- 場 ジョブセンターまえばし
- 対 〓市内在住・在勤で、パソコンを所持しインターネット環境がある女性、先着30人程度〔
- 申 9月15日(火)までに二次元コードのホームページで
- 問 産業政策課
- TEL 027-898-6985



地元食材で作る郷土料理講習会

- 前橋産小麦粉を使って、炭酸まんじゅうと手打ちうどんを作る郷土料理講習会を開催します。
- 時 9月17日(木)・18日(金)10時～13時
- 場 地産地消センター(富田町)
- 対 〓市内在住の人、各8人(抽選)〔
- ¥ 1,300円
- 申 8月18日(火)(必着)までにハガキで(1人1通)。住所・氏名・電話番号・希望日を記入し、市役所農政課(TEL 027-898-5841)へ

