

# 食官 幸辰

かみかわふち

平成30年8月15日

[第415号]

# 上川淵

上川淵地区人口と世帯

平成30年7月末現在(前月比)

人口 25,435人 (-28)

男 12,247人 (-18)

女 13,188人 (-10)

世帯数 11,281世帯 (-11)

編集・発行／前橋市上川淵公民館 〒371-0813 前橋市後閑町35番地 TEL 265-0455

	グループ名	内容	活動日(9月)/時間	PRコメント
ダンス・スポーツ・体操	上川さんびー	健康体操	5.12.19.26日(水) 10:00~11:30	音楽に合わせた楽しい健康体操です。飲み物とバスタオルを持って参加を(要事前申込)。
	かみかわダンスサークル	社交ダンス	5.12日(水) 19:30~21:30	手足腰を使い、健康づくりに励んでいます。
	上川淵社交ダンス愛好会	社交ダンス	7.14.21.28日(金) 19:30~21:30	皆さんで楽しく社交ダンスを。
	KDS土曜会	社交ダンス	1.8日(土) 19:30~21:30	リズムに合わせ明るく楽しく無理なく健康づくりに役立つダンスです。
	ハイビスカスサークル	フラダンス	7.14.21日(金) 13:00~15:00	楽しく元気に練習しています。動き易い格好でお出でください。
	前橋みなみ吹き矢会	スポーツ吹き矢	2.9.23.30日(日) 10:00~11:30	楽しく健康になるスポーツ吹き矢をあなたもやってみませんか(要事前申込)。
	ラウンドひろせ	ラウンドダンス	6.13.20.27日(木) 13:30~15:30	脳トレ。体と心のリフレッシュになります。
	山王フォークダンスクラブ 会場:上北分館	フォークダンス	8.15.22.29日(土) 19:00~21:00	体を動かし皆さんとコミュニケーション。楽しく踊りましょう。
	スイトピー	健康体操	14.21.28日(金) 19:30~21:00	60代の方ばかりです。気軽に動きたい方におすすめの体操です。
	すみれ	健康体操	6.13.20.27日(木) 19:30~21:00	音楽に合わせて楽しく体を動かします。シューズ、飲物を忘れずに。
音楽	上川淵ウクレレクラブ	ウクレレ演奏	4.11.25日(火) 18:30~20:00	ウクレレの軽やかな音色にうっとります。のぞいてみてね!
	クール・リビエール	合唱	6.13.20.27日(木) 10:00~12:00	年2回の音楽祭に向けて三部構成でハーモニーを楽しんでいます。
	前橋空つ風混声合唱団	合唱	6.13.20.27日(木) 19:00~21:00	色々なジャンルの音楽を合唱にアレンジして歌っています。
文化生活	さくら会	着付	11.25日(火) 13:30~15:30	お手持ちの着物をご自分で着てみませんか。
伝統文化	あやめ書道クラブ	かな文字書道	4.18日(火) 10:00~12:00	住所氏名から始め、かなの基礎から実用、古典まで学習します。
	上川淵春日吟詠会 上川淵詩吟愛好カトレア会	詩吟	10日(月) 19:00~20:30	伝統文化に触れ、自らの教養を深め、健康づくりに詩吟をどうぞ。
美術	コスマス水彩クラブ	水彩画	10日(月) 13:00~15:00	楽しく絵を描いています。初めての方も先生が指導してください。
	水宝会	七宝焼き	4.11.18.25日(火) 10:00~17:00	楽しい仲間と一緒にオンラインのアクセサリーを作りませんか。
	まんさくの会	陶芸	1.8.15.22日(土) 10:00~15:00	素晴らしい作品が簡単に作れます。器、オブジェなど一緒に製作しましょう(材料費200円)。
その他	アジアを知ろう会	世界各国学習	6.20日(木) 10:00~12:00	9月の講義はエジプトの留学生が自国の事を話す予定です。
	あつまれ前橋スポット	子ども食堂	23日(日) 9:00~15:00	ご飯を食べて遊んで勉強して楽しく過ごす、そんな居場所です(要事前申込)。
	コスマ経穴(ツボ)クラブ	ツボマッサージ	12.26日(水) 19:00~21:00	東洋医学のツボ及びマッサージを学び、健康管理を自己啓発します。
	前橋広瀬囲碁クラブ 会場:上北分館	囲碁	2.9.16.23日(日) 13:00~17:00	囲碁を楽しむ中で地域社会とつながり生きがいづくりが目標です。

## 子育てひろば☆かみかわ

日程	8月20日(月)	子育てママの防犯講座	会場にあるおもちゃを使って親子で自由に遊びながら、友だちづくりや育児情報の交換を。ミニ行事では親子で楽しめる歌や、紙芝居などを行います。
時間	9月10日(月)	リトミックを楽しもう♪	
会場	午前10時~11時30分(途中入退場は自由)		事前申込不要、お気軽に。
	上川淵公民館2階和室		問合せ=上川淵公民館 TEL265-0455

## 9月は公民館にGO



上川淵公民館を利用して活動しているグループを自由に見学できます。この機会に見学、体験に行きませんか? 活動日に直接、会場までお越しください。二部サイクルは事前申込が必要です。参加費は無料です(陶芸サークル「まんさくの会」は、材料費として二百円)。

問合せ・申込  
上川淵公民館  
TEL 265-0455

## 行政相談

役所の仕事についての疑問・苦情・要望など相談をお受けします。  
日時=9月14日(金)午後1時~3時  
会場=上川淵公民館 小会議室  
問合せ=市民相談 TEL898-6100

問合せ先  
上川淵公民館  
TEL 265-0455

上川淵地区地域づくり協議会  
防犯出前講座を開催

日時：9月8日(土)午前10時～11時30分  
会場：上川淵公民館ホール  
内容：出前講座「悪質商法に気をつけよう！」（寸劇と講義）（前橋消費生活啓発員の会）  
試食（アルファーミートン）

## ボックスカルバートに壁画

7月24日、前橋市中内町の北関東自動車道で、上北地区自治会長会(高橋吉秋会長)主催によるカルバート壁画制作を実施しました。

制作したのは、山王小学校

6年生と第七中学校美術部のみなさん。

夏の一日、汗を流しての力作をぜひご覧ください。



## クールシェアスポット

連日暑い日が続いています。公共施設の冷房をシェアしながら、熱中症対策としてご利用ください。

上川淵公民館  
平日8:30～17:00  
図書館分館  
土休日10:00～17:00

## 前橋市立図書館上川淵分館だより

### 新刊図書案内

#### ◇一般書

人生は、いくつになっても素晴らしい  
バカだなど日本のこと考えてみました  
それでもがんばるどんまい生きものの図鑑  
病気を治したいなら肝臓をもみなさい

人生100年時代の老いよい食事  
定年後が楽しくなる脳習慣

東京オリンピックのボランティアになりたい人が読む本

芸は人なり 人生は笑いあり  
妻を看取る  
泥濘（シリーズ疫病神）

ほか

#### ◇児童書

世界の歴史アドベンチャー 中国の秘宝

たすけあいのひみつ（学研まんが）

どうづをたんけんする（たくさんのふしき傑作集）堀内誠一  
やねねぼらのひるねするばよ 小野かおる  
マンガ×くり返しでスイスイ覚えられる1026の小学漢字

こだわっていこう（ジュニア文学館）

サブキャラたちの日本昔話

妖怪いじわるひよしき（とておきのどうわ） 土屋富士夫  
だんしゃく王とメークイン女王 紗田澄子

みえるとかみえないとか 陰山英男  
ほか

休館日 8月…20.27日、9月…3.10.18.25日

#### 特設コーナー【8月25日まで】

「戦争と平和を考える」

「夏休み特集～読書感想文・自由研究に関する本」

市立図書館上川淵分館 TEL265-4123

## 上川淵公民館高齢者教室【参加者募集】

# いきいき元気フォークダンス教室

上川淵地区老人クラブ連合会との共催で、毎年恒例のフォークダンス教室を今年も開催します。お気軽にご参加ください。

対象：上川淵地区在住の方(主に50歳以上の方)

講師：日本フォークダンス連盟 公認指導者 石井洋子先生

日程：①9月29日(土)、②10月6日(土)、

③10月13日(土)

時間：午後1時30分～3時30分

会場：上川淵公民館(③回目後半は旧天神小学校校庭)

持ち物：熱中症予防のため、飲料等をお持ちください。

発表：第55回上川淵地区市民運動会(10月14日(日)旧天神小学校校庭)で出演・発表(出演は任意)。

申込：上川淵公民館へ来館または電話(Tel265-0455)



昨年の様子

## 【体協】ソフトボール大会

### 優勝は上佐鳥町



7月8日、体育協会主催第32回上川淵地区ソフトボール大会を開催。優勝は上佐鳥町(写真)、準優勝は朝倉町三丁目、3位は朝倉町四丁目、4位は朝倉町一丁目でした。

群馬県食肉事業協同組合連合会・上川淵公民館共催

# Meet the Meat

## ～活きなお肉を活かす！食育教室～

上川淵公民館では、群馬県食肉事業協同組合連合会と共に親子を対象に食育教室を開催します。食育といえば、とかくお野菜・お魚に目を向けがちですが、お肉も重要な栄養源。子どもさんの体づくりはもちろん、認知症予防や骨粗しょう症予防など、あらゆる世代でご活用いただけます。

日時：平成30年9月22日(日)午前10時～午後1時30分

会場：上川淵公民館 調理実習室

対象：子ども(小中学生)と保護者(2～3人1グループ) 先着10組

内容：調理実習(おいしく手軽にできるお肉料理:「豚巻きソーセージ」他)、講義(紙芝居で学ぶお肉のこと)

講師：天笠料理教室 天笠房子さん、

参加費：受講料・材料費ともに無料

申込：上川淵公民館(Tel265-0455)に電話または直接(8月30日(木)午前9時から 定員に達し次第締切)。

その他：調理実習を行いますので、エプロン、三角巾(バンダナなど)、ふきん、手拭用タオルなどご持参ください。

## 食生活改善推進員会

### 「おやこの食育教室」

親子で料理の基本を学びませんか。調理実習は上川淵地区食生活改善推進員会のみなさんが担当します。

日時=9月15日(土)9:30～13:00ごろ

会場=上川淵公民館調理実習室

対象=年長児以上の子どもと保護者先着8組

メニュー=豚肉の野菜巻き、夏野菜のさっぱりサラダ、具だくさんすまし汁、カラフル白玉ミルクなど(写真)

材料費=一人400円(当日徴収)

持ち物=エプロン、三角巾(バンダナなど)、手拭タオル

申込=8月31日(金)までに前橋市保健センター(Tel220-5783)へ電話。

