

# あずま

# 9/1

令和5年(2023年)

東地区キャラクター  
あずまちゃん

市ホームページの  
東公民館だよりへ  
(東公民館報)▼



編集発行 前橋市東公民館・館報編集委員会 〒371-0837 前橋市箱田町543番地1 TEL027-251-2598 FAX027-255-0351 毎月1日発行・約14,990部発行  
東地区人口 男性15,708人(-19) 女性16,298人(-54) 計32,006人(-73) 世帯数 14,952世帯(+151) 7月末現在( )内は前年比

## 第61回東地区市民運動会を開催します！

4年振りとなります市民運動会を実施いたします。感染対策に気を付けながら、地区の皆さんがスポーツを通して交流していただけるプログラムを考えました。秋の1日をお楽しみください。

日時 10月1日(日) 午前8時30分～午後3時頃  
場所 前橋市立箱田中学校  
内容 9月1日に毎戸配布するプログラムをご確認ください。

## 東クローバー教室

今年度の健康講座第2弾は、群馬医療福祉大学の講座です！

	日時	開催内容	講師(敬称略)
①	10/24(火) 10:00～11:30	脳トレや体操でいきいき活動。楽しく体を動かし介護予防・フレイル予防を目指しましょう！！	群馬医療福祉大学 社会福祉学部 教授 田口 敦彦
②	11/20(月) 10:00～11:30	健康で楽しく生きるために	群馬医療福祉大学 地域連携・キャリア センター長 平形 和久

場所 東公民館 ホール

持ち物 筆記用具、自分用の飲み物

①は動きやすい服装でご参加ください。



対象者 東地区在住の60歳以上の方  
先着各50名(事前申込順)

申込み 9月15日(金) 午前8時30分以降、電話で東公民館へ。①、②の両方にお申込み可能です。(どちらか1つでも可)

## 東地区社協「かんたんタオル体操」講座を開催します！

内容 作業療法士がタオルを使って無理のない全身ストレッチを教えます。筋肉がほぐれて、心と体がスッキリします。  
※体力のない方も気軽にご参加ください。

日時 10月21日(土) 9時30分～11時30分(2時間)

対象者 東地区在住の方

会場 東公民館 第1・第2会議室

参加費 200円(ドリンク、テキスト代など)

申込 9月7日(木) 午前9時から受付開始

※下記NPO法人へ直接電話でお申し込みください(先着順)

電話 027-226-5013(受付時間 平日午前9時～午後5時)  
NPO法人ソソリッサ(前橋市大和根町1-30-8)



健康教室で保健推進員と一緒に学びましょう♪

## 「手軽にできる筋力強化 コロナで運動不足になっていませんか」

### ～椅子を使って手軽に筋力強化ができます～

日時 10月4日(水) 午後1時30分～午後3時頃

場所 東公民館ホール

内容 椅子回りでできる運動

定員 20名(事前申込制・先着順)

講師 まちづくり公社

申込み 9月19日(火) までに東地区保健推進員会長 齋藤  
電話027-253-0312



## あずま子育て、親子支援講座(パパ・ママ講座)

日時	開催内容	開催場所	講師(敬称略)
9月24日(日) 午前10時～11時	親子みんなで遊ぼう	東公民館 ホール	群馬医療福祉大学 准教授 田中輝幸

対象 東地区在住の未就園児(0～3歳)とそのパパとママ15組(抽選)※パパとママで参加できる方

申込み 9月15日(金) までに東公民館へ右の

【申込フォーム】からお申込みください。



▲申込フォーム

## あずま子育て、親子支援講座(中期)

回	日時	開催内容	開催場所	講師(敬称略)
①	10/3(火) 10:00～12:00	ふれあい遊びと手形足形アート	東公民館 ホール	Petapeta-art アドバイザー 坂本 ゆきえ
②	10/10(火) 10:00～11:00	子育て井戸端会議	東公民館 第3会議室	講師 稲塚 由里
③	10/18(水) 10:00～11:00	ベビーマッサージとふれあい遊び	東公民館 ホール	国際ボンディング マッサージ認定 講師 大矢 宏美

★は託児の講座となります。③はオイル代¥100円実費徴収があります

対象 東地区在住の未就園児(0～3歳)とその保護者15組(抽選)※3回参加できる方

申込み 9月15日(金) までに東公民館へ右の

【申込フォーム】からお申込みください。



▲申込フォーム

## 「あずま子育てひろば」参加者募集

対象 東地区在住の未就園児(0～3歳)とその保護者14組(抽選)

日時	開催内容	開催場所	講師(敬称略)
10/23(月) 午前10時～11時	親子ピラティス	東公民館 ホール	マミーナボディメソッド インストラクター 峰岸 圭衣

申込み 9月15日(金) までに東公民館へ右の

【申込フォーム】からお申込みください。



▲申込フォーム

## パブリックコメントを実施します

前橋市立図書館新本館基本構想・基本計画(案)について、下記のとおりパブリックコメント(意見募集)を実施します。

意見募集期間：令和5年8月23日(水) から9月12日(火) まで

資料公表方法：①市ホームページ及び図書館ホームページへ掲載します。②施設での配布は、前橋市立図書館、前橋こども図書館、前橋市役所2階情報公開コーナー、前橋市総合教育プラザ、各支所、各市民サービスセンター、各コミュニティセンターで行います。

問合せ先：前橋市立図書館 新本館整備室(027-224-4311)

## 市立図書館東分館新刊案内

★一般書 ・墨のゆらめき 三浦 しをん

★児童書 ・なつやすみ 麻生 和子

【休館日】毎週木曜日

※3(日)はのびゆくこどものつどい開催のため休館

※18(月)は祝日のため、午前10時～午後5時

