東公民館だより　第５８０号

あずま

8/1
令和４年（２０２２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14,900部発行
東地区人口　男性15,726人（-161）　女性16,357人（-88）　計32,083人（-249）　世帯数　14,811世帯（-14）　6月末現在（　）内は前年比

zoom講座

「沖縄の海でヨガしよう」

東・元総社公民館合同開催／東地区生涯学習奨励員連絡協議会後援

今年は沖縄の本土返還50周年となります。それを記念して沖縄の浜辺からzoomを使って配信する講座です。

白い浜辺からリアルタイムで配信しますので、海を見ながら一緒にヨガでリフレッシュしましょう！自宅で参加できる初心者向けの内容ですので、無理の無い範囲でヨガをやってみながら、沖縄の海を休日にみんなで楽しみませんか♪（Wi-Fi環境推奨）

日　時　９月４日（日）　午前１０時～１１時頃
※台風など沖縄の天気によっては１１日（日）に延期
講　師　沖縄ヨガ協会（那覇市）　代表　坂上　恭子さん▲
内　容　ヨガ（初心者からできる内容・無料）
用意する物　パソコンなどの端末（各自でｚｏｏｍアプリをインストールしておく）、ヨガマット、タオル、飲み物
対　象　前橋市在住／在勤／在学の方（先着400名まで）
申込み　８月２３日（火）までに右のホームページの申込フォームから▶▶▶▶▶▶▶

申込者には９月頭にZOOMの招待メールを送ります。
※申込の際はd410217@city.maebashi.gunma.jp
からのメールが必ず受信できるようにしておいてください。

【参加についてのご注意】
・申込の際、ホームページの内容も必ず確認してください。

東クローバー教室

「免疫力を高める食事」講座

感染症予防にも有効な「免疫力を高める食事」が注目されています。この機会に生命の源である「食」について、改めて学んでみませんか？

日　時　8月３１日（水）午前１０時～１１時３０分頃
内　容　講義（無料講座）
講　師　群馬ヤクルト販売株式会社
用意する物　筆記用具、マスク着用
対　象　東地区在住の６０歳以上の方、限定
定　員　先着５０名（事前に申込みをしてください）
申込み　８月１０日（水）以降に東公民館へ電話。
※本紙左下【東公民館講座に申込される方へ】も確認ください。

【東公民館講座に申込される方へ】

※集客で行う各講座に共通します。zoom開催には適用しません。
◆電話での申込先：東公民館０２７-２５１－２５９８
◆次の①～③に該当する場合は、申込み後でも公民館に連絡の上、参加のご辞退をしていただいております。
①開催日の2週間前以降に風邪症状等不調のある方
②身近に新型コロナウイルスに感染の疑いがある方がいた方
③当日37.5℃以上の発熱がある方
新型コロナウイルス感染状況によっては、中止する場合があります。
また、小さなお子さん以外は必ずマスクを着用してください。

東公民館講座／東地区地域づくり協議会安全安心対策部会後援

前橋市消防による「浮いて待て！」講座

近年、全国各地で起こっている水害時の避難方法や水辺での水難事故への対処方法を前橋市消防の講師が分かりやすく教えてくれる講座です。道路が浸水しているときの避難方法や、自分が溺れたとき、溺れた人を助けるときに役立つ講座です！

実際に小さなプールを使った実演を行いますので、実演参加できるお子さんとその保護者、その他に講座に参加されたい方を募集します。

日　時　９月１７日（土）午前１０時～１２時頃
内　容　水難事故防止のお話と「浮いて待ってボトル」の作成／実技（ミニプール使用）※無料講座
講　師　前橋市消防　水難事故予防自主研究グループ
用意する物　筆記用具、水に入る子は着替え一式
対　象　中学生以下　１５名（できる子は水に入る体験あり）
▲上記の保護者　各１名（計１５名）
保護者以外の大人　１０名
定　員　計４０名　上記の定員を超えた場合は抽選
申込み　８月２５日（木）までに申込フォーム▶▶▶か電話で東公民館へ。

抽選結果は８月下旬にメールか電話でお知らせします。
※申込の際はd410216@city.maebashi.gunma.jp
からのメールが必ず受信できるようにしておいてください。
※本紙左下【東公民館講座に申込される方へ】も確認ください。
その他、不明な点などは東公民館までお問合せ下さい。

クールシェアまえばし実施中！

クールシェアとは、夏の暑い日に、公共施設や自然の多い場所などに出かけて涼しく過ごす取り組みのことです。市内のクールシェアスポットを活用して、夏を涼しく快適に過ごしましょう。詳しくは本市ホームページをご覧ください。
※東市民サービスセンターと市立図書館東分館はクールシェアスポットです。それぞれの開館時間内にご利用できます。
問い合わせ　環境森林課　電話０２７－８９８－６２９２

HP▲

「前橋空襲と広島・長崎原爆パネル展」を開催

旧あたご歴史資料館から寄贈された平和関連資料を一部公開します。また、原爆や前橋空襲など、戦争で亡くなった人たちの冥福を祈り、空襲の始まりや原爆が投下された時刻に黙とうをささげましょう。

会　場　市役所1階ロビー
期　間　８月１７日（水）まで
黙とう　前橋空襲：８月５日（金）午後10時30分／広島の原爆投下：８月６日（土）午前８時15分／長崎の原爆投下：８月９日（火）午前11時２分
問い合わせ　生活課　電話０２７－８９８－６２３６

市立図書館東分館新刊案内

★一般書
・「正しい戦争」は本当にあるのか／藤原　帰一

★児童書
・ワクワク！かわいい！自由工作大じてん ／成美堂出版編集部

【休館日】４（木）、12（金）、18（木）、25（木）
※8/11（木）は山の日のため開館します（10時～17時）
◆課題図書・すいせん図書コーナーはじめました。
読書感想文におすすめの本もたくさん用意しています 。