

あずま 9/1

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15,727人(-160) 女性16,352人(-117) 計32,079人(-277) 世帯数 14,801世帯(-32) 7月末現在()内は前年比

東クローバー教室

「睡眠と健康の知恵袋」講座

「眠りたくてもなかなか眠れない」、「年齢とともに眠りが浅くなった」など、睡眠のお悩みはありませんか？

日時 9月29日(木) 午前10時～11時30分頃

内容 講義(無料講座)

講師 明治安田生命保険相互会社

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 9月8日(木)～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】もご確認ください。

健康教室で保健推進員と一緒に学びましょう♪

「今すぐできる！お口のケア」

～マスク老けを予防しよう～

長引くマスク生活で、お口のトラブルを抱えていませんか？
今すぐできるお口の体操で、笑顔美人をめざしましょう。

日時 10月5日(水) 午後1時30分～午後3時頃

場所 東公民館ホール

内容 講義とお口の運動

定員 20名(事前申込制・先着順)

講師 前橋市健康増進課歯科衛生士

申込み 9月20日(火)までに東地区保健推進員会長 星河
電話027-251-8479へ

※新型コロナウイルスの感染状況によっては、中止する場合があります。その際、申込者にはお家でできる資料をお渡しします。



「あずま子育てひろば」参加者募集♪

日時	開催内容	開催場所	講師(敬称略)
10/24(月) 午前10時～11時	笑いヨガ(ラフターヨガ)	東公民館 ホール	南橋笑いヨガ 門倉 美幸

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)

申込み 9月15日(木)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。

※本紙左下【東公民館講座に申込される方へ】もご確認ください。



▲申込フォーム

【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、参加のご辞退をさせ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マスクを着用してください。

第61回東地区市民運動会を開催します

新型コロナウイルス感染症拡大により中止となっておりましたが、今年度は3年ぶりに十分なコロナ感染症対策を行い、実施いたします。

日時 10月2日(日) 午前8時30分～(午前中のみ開催)

場所 前橋市立箱田中学校

内容 別添プログラムをご確認ください。

【開催条件】

開催日の2か月前(令和4年8月2日現在)において、群馬県新型コロナウイルス警戒度が「2」以下、参加自治会数が「9町/17町」以上

【①入場者制限、②参加資格】

①1,000名以内、②各町に在住する18歳以上の成人とする。

【参加条件】

- (1)参加者(大会関係者を含む)全員、感染防止チェックリストを必ず提出していただきます。
- (2)熱中症に充分注意したうえでマスク着用と競技の前後には必ず手指消毒を実施していただきます。
- (3)会場内での会食(飲料は除く)は、禁止といたします。

第5回ふるさとあずま作品展を開催します

作品の部門 ①テーマ作品部門 東地区の伝統行事、史跡または風景
②自由作品部門

会期 令和5年2月5日(日)～2月10日(金)

会場 東公民館 ホール

応募資格 東地区に在住・在勤・在学し、小学生以上
1人4点まで応募できます。



※その他詳細は、申込の受付開始となる12月号でお知らせします

フードバンクまえばし開催中 東公民館へお持ちください

集まった食品を、支援を必要とする地域の方へ、お届けしています。

【ご寄付いただきたい食品】

- ・主食になるもの(お米・乾麺・小麦粉など)
- ・インスタント食品(ラーメンなど)
- ・飲料(ジュース・コーヒーなど)
- ・乾物(のり・わかめなど)
- ・食用油(オリーブ油・ごま油・サラダ油など)
- ・保存食品(缶詰・瓶詰など)
- ・レトルト食品(カレー・スープなど)
- ・ギフトパック(お歳暮・お中元など)
- ・調味料各種(しょうゆ・砂糖・塩など)



【注意事項】

- ①賞味期限記載のもの(1か月以上あるもの)
- ②常温保存可能なもの ④破損していないもの
- ③未開封のもの ⑤お米は二年以内のもの

問合せ先 フードバンクまえばし 電話 027-226-1591

市立図書館東分館新刊案内

★一般書

- ・スパイスカレーの教科書
水野 仁輔/監修

★児童書

- ・勉強は役に立つ
オオタ ヤスシ

【休館日】毎週木曜日

※19(月)、23(金)は祝日のため、午前10時～午後5時