

元総社地区の人口  
男 8,633人 (+112)  
女 8,600人 (+24)  
計 17,233人 (+136)  
世帯 8,606世帯(+149)  
平成30年4月末現在  
市民課調べ( )内は前月比増減

かんぽう

# 元総社

館報元総社 通刊第475号  
平成30年5月15日発行  
編集発行 元総社公民館  
/元総社市民サービスセンター  
前橋市元総社町3-1-1  
電話 027-251-2243  
FAX 027-255-0361

ホームページ <http://www.city.maebashi.gunma.jp/> → 公民館 → 元総社公民館

元総社地区食生活改善推進員から

## 【6月15日】はっぴい健康クッキング 参加募集ご案内

食生活を見直す第一歩！ 調理実習～ 腸スッキリで超ゲンキ！

腸内環境を整えるための食事や食生活に関する講話、調理実習および試食に取り組みます。

◎日時 6月15日(金) 午前9時30分～午後1時頃

◎会場 元総社市民サービスセンター(元総社公民館) 調理実習室

◎募集定員 30名(定員になり次第締め切ります)

◎材料費 400円(当日集めます)

◎持ち物 エプロン、三角巾、お手ふき用タオル、筆記用具

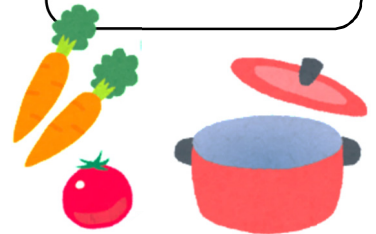
◎お申し込み 6月8日(金)までに、以下のいずれかにお申し込みください。

(1)元総社地区食生活改善推進委員会 森 電話 027-252-0152

(2)前橋市保健センター 電話 027-220-5783

◎託児 地区の保健推進員が行ないます(お子さんのお世話に必要な物品はご持参ください)。詳しくは保健センターまでお問い合わせください。

調理実習は地区の  
食生活改善推進員が  
担当します



元総社地区ボランティア連絡会・元総社公民館から プレイルーム元総社・第1回

## 【6月9日】スポーツチャンバラを体験してみよう！

今年度も、子どもたちを対象とした体験学習「プレイルーム元総社」(ボランティア連絡会・公民館協力事業)を、6月～平成31年3月まで全6回実施します。

第1回は、ソフト刀で安全に剣術の試合ができる「スポーツチャンバラ」体験です。

●第1回 6月9日(土)午前10時から「スポーツチャンバラを体験しよう」

指導 大崎 美弥子 先生(群馬県スポーツチャンバラ協会 インストラクター)

●対象者 元総社地区の小学1～4年生児童・年長の幼児

(幼児には保護者の付き添いが必要です)

●会場 元総社公民館 ホール ●参加費 無料(先着30名)

※ソフト刀等は用意します。運動しやすい服装でおこしください(スカートなどは避けてください)。汗ふき用タオル、水分補給用の飲みものなどを用意してください。

●お申し込み・募集期間 元総社公民館まで、電話または窓口へ直接お申込みください。  
5月18日(金)～受付開始(定員になり次第〆切り)。

●お問い合わせ先 元総社公民館(市民サービスセンター) 電話 027-251-2243



ソフト刀で楽しく剣術が学べる安全なスポーツです

プレイルームは1回ごとの先着募集です。2回目以降の催しは、毎回個別に募集します(土曜日または学休日に開催。内容、回ごとの定員等は、元総社公民館報でお知らせします)。

★第2回は、手芸工作・デコパージュを7月28日(土)に予定。詳しくは6月の公民館報でお知らせします。

今月の  
主な  
お知らせ

2ページ 【4月12日】公民館利用グループ連協の総会が開催されました

【6月1日】元気21ほかに特設人権相談所を開設

【6月2日】総合福祉会館にて男女共同セミナーを開催します(事前申込あり 先着順)

3ページ 【30年度】元総社公民館利用自主グループ連協 参加団体一覽

4ページ 【7月1日】第4回 元総社地区三世代スマイルボウリング大会 参加チーム募集

【7月～9月】子育て・親子支援講座「元総社すこやか学級」 参加募集

## 【4月12日】公民館利用グループ連協の総会が開催されました

元総社公民館で活動するグループ団体の代表が集まり、4月12日（木）に公民館視聴覚室で平成30年度総会が開催されました。

総会では、平成30年度の事業計画・決算予算・役員改選等が承認されました。

今後も公民館グループ活動の一層の活性化に取り組んでまいります。

地域のみなさまにも、ぜひご協力をお願い申し上げます。

### ○平成30年度 グループ連協役員

（敬称略 かつこ内は所属サークル）

会 長	石井 宏樹	（雀クラブ）
副会長	山岸 洋一	（総拳 NEXT）
書 記	手塚 真弓	（美☆スター）
会 計	小林 真佐子	（サン・ハーモニー元総社）
監 査	高橋 通子	（元総社地域福祉研究会）
監 査	福島 順子	（総拳クラブ）

→今年度のグループ連協に参加団体については、館報3ページ（この右の一覧をご覧ください。）

### 手編みクラブ から【会員募集しています】

棒針編み、かぎ針編みそれぞれ色彩豊かなオリジナル作品を先生の丁寧なご指導の下製作し、皆で和気あいあいと楽しいひと時を過ごしています。手編みに興味のある方、ステップアップをお考えの方は是非、仲間に加わりませんか。初心者の方大歓迎です。お待ちしております！

- ◆練習日 第2・第4火曜 午後1時30分～3時30分 ◆講師 南部 美恵子 先生
- ◆会場 元総社公民館 第一会議室 ◆会費 月1,000円 ◆連絡先 027-253-3676 牛久保さんまで



### 前橋市役所 生活課から【6月1日（金） 元気21ほかに特設人権相談所を開設】

毎日の暮らしの中で起こるさまざまな問題、仕事や家庭内の問題、近隣とのめめ事や悩み事など、人権擁護委員が相談に応じます。費用は無料で、秘密は厳守します。（注・元総社公民館は会場になっておりません）

- 日 時 6月1日（金）午後1時～4時
  - 会 場 前橋プラザ元気21（中央公民館 5階学習室）、大胡支所、宮城公民館、粕川隣保館
  - 申し込み 当日会場へ直接お越しください。
- 《お問い合わせ》前橋市生活課 電話 027-898-6236

### 男女共同参画センターから【6月2日】働き方についての男女共同参画セミナーを開催します

前橋市では総合福祉会館を会場に、土堤内 昭雄（どてうち あきお）さんをお招きし、『幸せになる働き方～仕事も育児も介護も』と題した男女共同参画セミナーを開催します。参加無料（一般50人先着）、お電話による事前申し込みが必要です。

- ◎日 時 平成30年6月2日（土）午後3時～4時30分
- ◎会 場 総合福祉会館（日吉町2-17-10）
- ◎講 師 土堤内 昭雄さん（（株）ニッセイ基礎研究所）
- ◎テ ー マ 『幸せになる働き方～仕事も育児も介護も』
- ◎そ の 他 手話通訳あり／託児あり（1歳以上～就学前児）先着10名
- ◎申し込み 5月25日（金）までに男女共同参画センター（電話 027-898-6517）へ電話でお申込ください。

### 図書館分館だより 前橋市立図書館 元総社分館 電話 027-253-7373（元総社公民館 西側）

開館時間 平日 午前10時～午後6時／土日祝日 午前10時～午後5時（月曜休館）

- 5月・6月の休館日 5月21日（月）・28日（月）・6月4日（月）・11日（月）・18日（月）・25日（月）～28日（木）
- ※平成30年6月25日（月）～28日（木） 臨時休館（蔵書点検のため）

【新刊案内】3月21日～4月20日に受入分の一部です

- ◎一般書 「肺年齢を若くしてセキぜんそく・誤嚥性肺炎から守る 長引くセキを治す正しい知識と最新治療」大谷 義夫
- 「小・中学生のための運動会で1位になる速くなる走り方教室」堀籠 佳宏
- 「オヤジの着こなシルール」本江 浩二／「伝えていきたいわが家の保存食レシピ」石原 洋子
- 「星と星座パーフェクトガイド」藤井 旭／「じつはと～ってもへんな人のからだ」中山 智央
- 「果物と野菜のゼリー」袴田 尚弥／「デートクレンジング」柚木 麻子
- 「女は年を重ねるほど自由になる」ワタナベ 薫／「食堂メッシタ」山口 恵以子



二次元バーコードを↑携帯・スマホで読み取り、図書館ホームページへ（蔵書検索できます）

- ◎児童書・絵本 「なきむし」いまむら あしこ／「イチからつくるワタの糸と布」大石 尚子
- 「さがしてみつけてなんじゃこりやまつり」西山 雅子／「へんなおさかな」小林 龍二
- 「おしりたんてい あやうしたんていじむしょ」トロール／「さく・え」／「強くなるこども将棋入門」杉本 昌隆
- 「作文名人への道」田中 定幸／「12才までに身につけたい人間関係のコツ」花まる学習会
- 「洪水の前」赤川 次郎／「あいさつってたのしい」石津 ちひろ

## 元総社公民館で活動する自主グループ（平成30年4月現在）

現在、以下の団体が登録されています。グループの活動に関心がおありの方は、まずは元総社公民館（電話027-251-2243）へお問い合わせください。

No.	団体名	学習活動内容	学習日・開始時間
1	元総社地区ボランティア連絡会	ボランティア活動	第3木曜 10時
2	楽友会	陶芸	第2・4水曜 午前9時～5時
3	元総社きりえ愛好会	きりえ	第1・3水曜 午前10時～12時
4	まどか俳句会	俳句	第2水曜・第3土曜 午後1時～3時
5	元総社地域福祉研究会	地域ボランティア	第3水曜 午後
6	書道あをみ会	書道	第2・4火曜 午前9時30分～12時
7	きさらぎ会	華道	第2・4木曜 午前10時～
8	サン・ハーモニー元総社	ハーモニカ	毎水曜 午後7時～
9	ガールスカウト群馬第18団	教育指導	第2・3日曜 午前10時～
10	元総社混声合唱団	混声合唱	第1・3金曜午後 第2・4金曜夜間
11	あすなる	水彩画	第1・3・4金曜 午後1時～
12	めだかくらぶ	絵手紙	第1・3火曜 午後2時～3時30分
13	ひよこクラブ	親子の集団遊び・交流	毎木曜 午前9時～12時
14	前橋市フォークダンス協会（元総社例会）	フォークダンス	第1・3火曜午後 第2・4火曜夜間
15	ブリリアントコーラス	女声合唱	毎火曜 午前10時
16	元総社手編みクラブ	手編み	第2・4火曜 午後1時30分
17	ラベンダーⅡクラブ	フラダンス	第1・3金曜 午前10時～
18	ジョイサウンド琴	大正琴	第2・4水曜 午前9時～12時
19	総拳クラブ	太極拳	毎土曜 午前
20	元総社地区歴史を学ぶ会	地区の歴史の学習	土曜 午前(随時)
21	楽々たいそうクラブ	健康体操	毎水曜 午前
22	雀クラブ	健康マージャン	毎金曜 午後1時～
23	元気ひろげたいそうクラブ	元気体操	第1日曜 午前10時～11時30分
24	パソコンクラブ	パソコン操作	毎週水曜 午後1時30分～
25	ピアノクラブ アマデウス	ピアノ	第2・4水曜 午後1時30分～3時30分
26	前橋リコーダー倶楽部	リコーダー	第2・4火曜 夜間
27	詩吟みやま会	詩吟	第2・第4火曜 午前
28	総拳NEXT	太極拳	毎火曜 午前
29	ダンスクラブ元総社	社交ダンス	第2・4金曜 午前9時～
30	ミュージカル劇団Alumnae（アラムニー）	ミュージカル	月(夜間)、土、日(午前・午後)
31	土の音（つちのね）	オカリナ	第2・第4水曜 午前
32	FDDレミ	フォークダンス	第1・3木曜 午後
33	美☆スター	ラテンダンスフィットネス	毎水曜 午後6時30分～8時
34	元総社囲碁愛好会	囲碁	毎火曜 午後1時～5時
35	日本宇宙少年団 前橋分団	宇宙の学習	月1回 土曜 午後
36	アンサンブル響	吹奏楽	毎日曜 午後1時～
37	スポーツ吹矢 元総社教室	スポーツ吹矢	毎2・4月曜 午前、第1・3土曜 午後
38	元総社だんべえ踊りの会	だんべえ踊り	第2・4火曜 午後

（記載の活動日・曜日・時間は基本的なものです。団体都合ほかにより変更となる場合があります）

元総社地区地域づくり協議会 福祉・交流部会から

## 【7月1日】三世代スマイルボウリング大会 参加チーム募集します！

今年で第4回となる「三世代スマイルボウリング大会」は、7月1日(日)、元総社小学校体育館で開催します。各地区単位で参加チームを募集しますので、世代そろってのご参加をお待ちしております。

◇開催日時 7月1日(日) 午前9時～12時

◇参加資格とチーム構成

区ごとに編成し、1チーム5名構成とします。

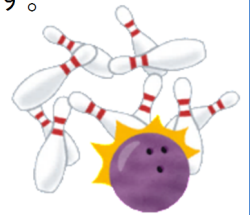
子ども(小学3～6年生) 2名

大人(中学生から59歳) 1名

大人(60歳以上) 2名

参加は各区3チーム以内とします(性別不問)

●参加申し込みは6月2日(土)までに、各区の自治会長さんへお願いします。



～スマイルボウリングとは？ ボウリングをアレンジした形式のスポーツです。投球位置からゲートを通過させ、10本のピンをできるだけ少ない投球で倒すことを競うゲームです。動きに無理がなく、世代を超えて一緒に楽しめるスポーツです。(写真は平成29年度第3回スマイルボウリング大会から)

## 平成30年度 元総社公民館子育て・親子支援【7月4日～9月19日実施】 子育て世代が学ぶ「元総社すこやか学級」参加募集

5月21日  
受付開始！

元総社公民館では、今年も小さなお子さんと保護者の方を対象に、子育て・親子支援講座「元総社すこやか学級」を全6回、連続開催します。

子育てについて公民館で楽しく学んだり、お母さん同士の新しい交流を通じて、育児にかかわる悩みや疲れを解消したりしませんか？ ぜひご参加ください。

◇時間 …午前10時～12時(9時45分集合)

第1回のみ開級式・講座説明のため 9時30分集合

◇対象者 …市内在住の未就園児(1～3歳未満)をもつ親子(合計20組)

◇会場 …元総社公民館(市民サービスセンター)

◇参加費 …無料

(第3・6回の各回はそれぞれ500～600円程度)

当日教材実費を徴収します。あらかじめご了承ください

◇募集期間 …5月21日(月)～6月18日(月)まで  
(定員になり次第締め切ります)

◇申込場所・お問い合わせ先

…元総社公民館(市民サービスセンター)へ

電話(027-251-2243) または公民館(市民サービスセンター)窓口にて直接お申し込みください。

※お申し込みの際、お子さんの食物アレルギー有無等を係員からご確認させていただきます。あらかじめご了承ください。

【第1回のご案内】親子とも体を動かしやすい服装で、タオル等をご持参ください。

その他の回の必要な準備・道具などは、事前にお知らせします。第1回開始時にご案内のしおりをお渡しします。

★印の回は託児を実施します。保護者の方が学習している間、お子さんは地域ボランティアの方々が和室で見てください(その他3回は、親子での受講です)。

◎主催 …前橋市教育委員会元総社公民館

◎託児協力 …元総社地区保健推進員会・元総社地区ボランティア連絡会

### 今年のすこやか学級 カリキュラム(全6回)

(内容・題名等は企画中のもので、変更になる場合があります)

回	開催日	内容	講師(敬称略)
1	7/4 (水)	開級式 ／アイスブレイク～つくって、あそんで、たのしもう！	明和学園短期大学 天宮 陽子
2	7/10 (火)	親子でいっしょにリミック	リミック講師 星野 さえ子
3 ★	8/31 (金)	簡単クッキング&食育のお話	明和学園短期大学 木村 祐美
4 ★	9/6 (木)	リフレッシュヨガ	全日本ヨガ協会認定講師 豊森 英子
5	9/11 (火)	親子でふれあいあそび ～幼児期の今を大切に	幼児教育アドバイザー 今井 寿美枝
6 ★	9/19 (水)	コラージュ作品づくり～手形・足形を思い出に残そう ／閉級式	イラストレーター・デザイナー 飯塚 裕子

