

元総社地区の人口
男 8,121人(+2)
女 8,367人(+18)
計 16,488人(+20)
世帯 8,729世帯(+11)
令和7年7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563号
令和7年9月1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

前橋市ホームページ <https://www.city.maebashi.gunma.jp/>

令和7年度 元総社公民館子育て・親子支援事業

【10月31日(金)・11月20日(木)】「元総社すこやか学級」参加者募集



第1回

「子育てサークルsg」
のみなさんと親子ヨガ！
(ちょっとフィットネスも)
交流タイムもあります

10月31日(金)
10:00~12:00

ヨガ・フィットネス講師 桑原 一美

元総社公民館にきて、
親子で楽しもう！
元総社公民館で活動し
ている2つの自主学習グ
ループ(親子サークル)の
活動に参加したり、交流し
たりしてみませんか？

いっしょに
たのしもう♪



第2回

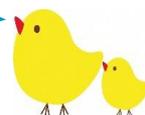
「ひよこクラブ」に
おじゃまして一緒に
運動会！

(かけっこ・輪くぐり etc.)

11月20日(木)
10:00~12:00

★全2回の連続講座です

親子のふれあい・子育て中の仲間づくりや情報交換の場
として、お子さんと一緒にお気軽にご参加ください♪



- ★対象者 市内在住の首の座った子~3才未満の未就園児と保護者(先着10組)
- ★会場 元総社公民館 ホール(前橋市元総社町3丁目1-1)
- ★参加費 第2回 300円(景品代等)
- ★持ち物 両方の回 親子の水分補給用飲み物、おむつ、着替え等、動きやすい服装・靴で
第1回 バスタオルまたはヨガマット、あればおんぶひも、汗拭きタオル
第2回 参加費300円(当日集めます)
- ★申込 元総社公民館へ電話(☎027-251-2243)または窓口にて直接お申込みください。
受付期間 9月8日(月)~30日(火) 先着順
- ★問い合わせ 前橋市元総社公民館(元総社市民サービスセンター)

今月の
主な
お知らせ

- 1ページ 元総社すこやか学級の参加者募集
- 2ページ 元総社ベテラン学習講座の参加者募集/かえるっ子/AKO 演奏会の参加者募集
- 3ページ マイナンバーカード業務受付停止のお知らせ/タウンミーティングのお知らせ
登録型本人通知制度/チャリティーゴルフ秋季大会の参加者募集
- 4ページ 三世代ディスコン大会の結果/老連輪投げ大会の結果/フクロウとその仲間たち 15/図書館だより



館報二次元コード

【10月17日(金)】元総社ベテラン学習講座(第1回)の参加者募集!

学ぶ・作る・食べる を楽しむひととき ~たんぱく質を上手に摂ろう 編~
しっかり食べてフレイル予防!高齢期をもっと元気に!

低栄養は、フレイルの原因の一つとされています。
この講座では、低栄養を防ぎ、元気な毎日を過ごすため、たんぱく質の上手な摂り方を講話と調理実習を通して学びます。「ちょっと気になるな」と思ったら、ぜひご参加を。このひとときを一緒に楽しみましょう。

- ◆ 日時 令和7年10月17日(金) 午前9時30分~午後0時30分
- ◆ 場所 元総社公民館 料理実習室
- ◆ 内容 講話と調理実習(献立は、当日のお楽しみです。)
- ◆ 講師 元総社地区食生活改善推進員の皆さん
- ◆ 対象者 市内在住の60歳以上の方 先着16名
- ◆ 参加費 800円(当日集金)
- ◆ 持ち物 エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル
筆記用具、水分補給用の飲み物
- ◆ 申込 元総社公民館へ電話(☎027-251-2243)又は窓口で申込
受付期間 9月8日(月)~30日(火)
上記期間内でも、定員に達し次第、受付を終了します。
- ◆ その他 アレルギー対応ができません。食物アレルギーのご心配がある方は、
ご参加をお控えくださいますようお願いいたします。

食べることから健康づくり
を始めませんか?



*令和7年度ベテラン学習講座(全3回開催予定)は、各回ごとに参加者を募集します。
第2回以降もどうぞお楽しみに。

【9月16日(火)】子育てサロン『かえるっ子』
保健師さんによるお子さんの健康相談並びに体重測定を実施します。

9月16日(火)午前10時から、元総社公民館の和室にて子育てサロン『かえるっ子』が開催されます。
今回は、保健師さんによる健康相談を行います。また、お子さんの体重測定も行われますので、小さなお子さんをお持ちのお母さんは、ぜひ親子で公民館へお越しください。

参加費無料、事前予約は不要です。

詳しくは、元総社公民館(☎027-251-2243)までお問い合わせください。



元総社地区ボランティア連絡会からのお知らせ
【9月17日(水)】『サクソ・トロンボーン・尺八』(AKO)による
演奏会を開催します。参加者募集!

ボランティア連絡会研修の一環として、演奏会を開催します。
ご家族、お友達をお誘いのうえ、是非、ご参加ください。
昭和歌謡などを聞き、一緒に楽しみましょう!



- 開催日時 9月17日(水) 午前10時~11時30分
- ※当日は、午前9時50分までにお集まりください。お集り次第、始めたいと思います。
- 会場 元総社公民館 ホール
- 対象者 元総社地区にお住まいの方(年齢等要件なし) 先着30名
- 参加費 無料
- 講師 AKO(市民講師によるまえばし出前講座)
- 申込方法 元総社公民館へ電話または窓口へ直接お申し込みください。
- 申込期間 9月1日(月)~10日(水) 平日の午前9時~午後5時
※先着での受付です。30名になり次第、受付終了となります。
- 問合せ先 元総社公民館 ☎027-251-2243

【9月12日(金)】マイナンバーカード業務 受付停止のお知らせ

システムメンテナンス等により、以下の日程ではマイナンバーカード関係手続が受付できません。

お手続きを希望される場合は、後日改めてご来館いただくか、市役所本庁舎等にお越しください。

受付停止日時 9月12日(金) 午前9時～午後1時
※上記時間は目安であり、場合により受付停止が長時間に及ぶ可能性があります。ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

受付停止手続

- ・カード交付、更新 ・電子証明書発行、更新
- ・暗証番号初期化、再設定
- ・カード券面更新(住所・氏名変更等)
- ・カード申請一部手続 など

【10月4日(土)】タウンミーティング テーマ みんなで考える 前橋の公共交通

前橋市では、市民の皆さまに寄り添ったまちづくりを推進していくため、市長が直接、市政に関する情報を共有、交換する「タウンミーティング」を開催します。
また、交通に関するイベントも同時開催します。

日時: 令和7年10月4日(土)

午後1時30分～午後3時(午後1時開場)

会場: 群馬県生涯学習センター 1階 多目的ホール
(前橋市文京町二丁目20-22)

対象者: 市内在住・在勤・在学の人

参加費: 無料

申込方法: 二次元コードまたは電話から

問合せ先: 市民協働課市民相談提案係

☎ 027-898-6644



登録型本人通知制度をご利用ください

登録型本人通知制度は、代理人や第三者の請求で住民票や戸籍謄抄本などが交付されたときに、本人に通知する制度です。この制度を利用するには、事前に登録が必要です。

詳しくは問い合わせるか、本市ホームページをご覧ください。

対象=本市に住民登録をしているか本籍のある人

ホームページの二次元コード→

申請方法=申込書と官公署発行の顔写真付き身分証明書などを用意し、

市役所市民課へお越しください。

郵送の場合は、申込書と官公署発行の顔写真付き身分証明書の写しが必要です。

問合せ先=市民課証明交付係 ☎027-898-6114



【10月23日(木)】第79回元総社地区チャリティーゴルフ会 秋季大会開催

元総社地区チャリティーゴルフ会(前川民夫会長)では、恒例の秋季大会を10月23日(木)に開催いたします。

本大会は、地区住民と周辺地域の皆様の交流と親睦、健康増進を図ることを目的として行われています。参加者の温かいチャリティー基金は、地域の自治や福祉のために地区自治会連合会に寄贈させていただきます。

本大会の趣旨をご理解いただき、多数ご参加くださいますよう、ご案内いたします。

◆開催日 令和7年10月23日(木)

◆会場 伊香保ゴルフ倶楽部 岡崎城コース(吾妻郡東吾妻町岡崎1301 電話0279-59-3301)

◆集合 各スタート時間30分前までに受付を終了してください(組合せ表は後日配布)。

◆競技方法 前半9ホールコンペ 新ペリア方式 ジェネラルエリア オール6インチプレス可

※順位は9ホールで決定しますが、プレーは18ホールお楽しみください。

◆定員 120名を予定

◆プレー費 6,800円(セルフプレー、食事、ドリンク付き)

◆参加費 3,000円(チャリティー代含む) ※前回チャリティー基金を寄贈しました

◆賞品 参加者全員に賞品あり(順位別賞品と別に参加賞あり)

※表彰式は行わず、プレー終了後賞品をお渡しします。

◆申込 10月7日(火)までに、参加費を添えて各区役員または事務局長へお申し込みください。

【チャリティーゴルフ会 各区支部長】

区	氏名	連絡先	区	氏名	連絡先	区	氏名	連絡先
1	前川 民夫	251-5540	2	三澤 久美	090-8811-8579	3	佐久間 静子	252-6422
4	中澤 進	280-4701	5	土田 浅一	251-0312	7	和久井 征洋	253-0683
8	村越 信利	253-5733	9	村越 信利	253-5733	10	山村 裕一	896-9138
11	町田 俊一	255-0919						

【事務局長】中澤 進 ☎ 027-280-4701 / 090-1556-0515



7月27日(日)に「三世代交流ディスコン大会」

～各自治会から12チームが参加して～

7月27日(日)、元総社中学校体育館を会場に元総社地区地域づくり協議会(福祉・交流部会)による「三世代交流ディスコン大会」を開催。体育推進委員の皆さんによるご協力のもと、競技が進められました。

大会には、各自治会の三世代(6歳～12歳、13歳～59歳、60歳以上)からなる12チームが参加。子どもからお年寄りまで参加者の皆さんは楽しく世代間交流を深めながら、熱戦を繰り広げていました。

大会の主な結果は次のとおりです。

優勝=大友町Cチーム

準優勝=大友町Aチーム

第3位=元総社町I区Bチーム

*写真 左 競技中の様子

右 優勝した大友町Cチームの皆さん



元総社町一区老人クラブAチームが優勝! 地区老連 輪投げ大会を開催しました

7月30日(水)元総社公民館ホールにて、地区老連第35回輪投げ大会が開催され、16チーム(7クラブから80名)が参加しました。

輪がピンに入ると拍手が起こります。楽しそうな笑顔や真剣な表情、少し悔しそうなお姿も見えました。最高気温36度の猛暑日でしたが、熱中症対策も万全!会場は大いに盛り上がりました。

大会の主な結果は次のとおりです。

優勝=元総社町一区老人クラブA

準優勝=大友さくら

第3位=大友ぎんなん

第4位=上石倉長寿会C

上位2チームは、
9月11日(木)開催の
市老連大会へ出場します!

*写真上 優勝 元総社町一区老人クラブAの皆さん

中 準優勝・3位入賞 大友さくら・ぎんなんの皆さん

下 競技中の様子(5m先のピンに向かって!)



元総社少年教室 紙面講座 フクロウとその仲間たち その15

フクロウは、狩りをするときは20、30m～数百mほどしか飛ばず、じっと待って突然襲いかかる「待ち伏せ型」の狩りをします。一方で同じ猛禽類のワシ・タカの仲間は、上空から獲物を探して長距離を飛ぶ「パトロール型」の作戦をとっています。

フクロウは長距離の高速飛行よりも「音を立てない滑空」を得意とするため、スピードより静かさと持久力に特化しています。そのため、ワシ・タカや渡り鳥のように何千kmも一気に飛ぶことは少ないですが、必要なら長距離もこなせる万能アスリートのようです。

←特別なつくりのフワフワな羽のおかげで、
力強く羽ばたいても音はほとんど出ません。

よく見かけるワシ・タカの仲間のトビは、→
上空に円を描きながら長時間飛びます。



図書館分館だより

前橋市立図書館 元総社分館 ☎ 027-253-7373(元総社公民館 西側)

開館時間 平日 10時～18時/土日祝日 10時～17時(月曜休館)

●9月の休館日 毎週月曜日

※15日(月)は祝日のため午後5時まで開館、16日(火)が休館です。

【新刊案内】 前月1日～末日受入分の一部です

◎一般書

『外国人のあたりまえ図鑑』南 龍太/『子育てで悩んだ時に親が大切にしたいこと』内田 舞

『食べきり漬けもの』重信 初江/『災害の季節』中山 七里/『蛍たちの祈り』町田 そのこ

◎児童書・絵本

『ビジュアル図鑑戦国武将』小和田 泰経/『人生がうまいくコミュニケーション図鑑』斉藤 徹

『はじめてでもかんたん!小学生のヘアアレンジ』松永 香織/『おとしものあずかりしょ』渋谷 純子



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)