

報 南 橋  
食 館 幸 報  
なんきつ

# 南橋

編集・発行 前橋市南橋公民館 〒371-0042 前橋市日輪寺町158 TEL231-2376 FAX235-9331

令和5年8月末現在

## 4年ぶりの開催!!南橋地区市民運動会

日時・会場:10月15日(日) 午前8時15分入場・整列 南橋中学校校庭

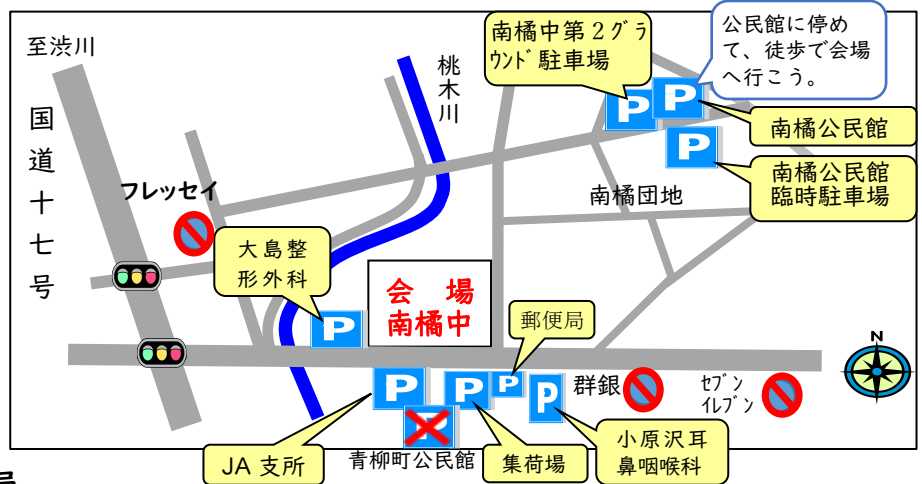
競技種目:★紅白玉入れ★障害物競走★ボール渡しリレー★みんなでジャンプ★リム転がし★つな引き★親子ふれあいゲーム★むかで競争★小学生リレー★年齢別リレーなど

競技以外にも荒牧小学校鼓笛演奏、南橋中学校吹奏楽部演奏、だんべえおどり(自由参加)が予定されています。

### ○会場及び駐車場

- ・南橋公民館と近隣の臨時駐車場
- ・JA前橋市南橋支所と集荷場
- ・青柳郵便局
- ・大島整形外科医院
- ・小原沢耳鼻咽喉科医院

- ※数に限りがありますので、車での来場はなるべくご遠慮ください。
- ※青柳町公民館は有価物回収日のため駐車できません。
- ※群馬銀行前橋北支店、フレッシュイ等周辺店舗にも駐車できません。
- ※JAと郵便局はATM利用者分を除きます。



問合せ:市民運動会実施委員会事務局  
(南橋公民館) 電話027-231-2376

## 令和5年度南橋地区文化祭を開催します

さまざまな文化活動に励む皆さんの成果発表の場として、「南橋地区文化祭」を開催します。作品展示や舞台発表、催しなどを実施予定です。みなさまのご来場をお待ちしております。

日時:11月11日(土)、12日(日)  
両日も午前10時~午後2時(予定)  
場所:南橋公民館 本館・別館ホールなど



詳細は、11月1日号の南橋公民館報でお知らせします。

問合せ:文化祭実行委員会事務局(南橋公民館)  
電話027-231-2376

## 女性のための健康づくり栄養講座 受講者募集

(明治安田生命保険相互会社共催事業)

日時:10月12日(木)13:30~15:00

内容:老化を防ぐために欠かせない抗酸化と抗糖化などのポイントを学ぶ。

また、野菜が持つ抗酸化力と抗糖化の仕組みや食べ方を紹介。

測定:「血管年齢測定」と片手をセンサーに当てるだけで野菜摂取レベル・推定野菜摂取量が測定できる「ベジチェック®」を実施予定 ※ベジチェックは、カゴメ株式会社の登録商標

会場:南橋公民館1階ホール

講師:明治安田生命保険相互会社 社員

対象:前橋市内在住の女性

定員:30名(先着順)

受講料:無料

申込み:10月10日(火)までに南橋公民館へ直接、または電話でお申込みください。

問合せ:南橋公民館 日輪寺町158  
電話027-231-2376



## 「地域寺子屋事業 ～中学生への学習支援～」

### 地域サポーター(ボランティア)を募集します!

前橋市教育委員会では、家庭や学校と連携しながら地域で子どもを育てることを目的とした「地域寺子屋事業」を実施しています。指導者と共に中学生のサポートをしていただける地域のボランティアを募集します。

会場:南橋公民館

対象:中学1～3年生(南橋中学校の生徒)

開催日時:毎週月曜日・木曜日の放課後3時間程度(長期休業日及び祝日は休止)

業務内容:指導者の補助を行うとともに、中学生の学習の様子を見守ります。

(学習時間3時間のうち、1時間半～2時間程度の支援でも結構です。)

※交通費程度の謝金を支払います。

問合せ:前橋市教育委員会事務局 学務管理課 教育企画係 電話 898-5865



### 生涯骨太クッキング募集 ～フレイル予防でもっと元気に～

日時:10月19日(木)午前10時～12時30分

会場:南橋公民館 料理実習室・会議室

対象:男女問わずお待ちしております

会費:1人400円(材料費の一部。当日集金)

持ち物:エプロン・三角きん・手拭きタオル・マスク・  
うわばき・筆記用具

申込み:10月8日(日)までに南橋地区食生活改善  
推進員 瀧上(電話 090-5525-2748)か養田  
(電話 070-4078-5997)まで

### 写真イベント「みんなで秋を見つけよう!」開催

気持ちの良い季節になってきました。秋を見つけに散歩に出かけ、写真に収めてみませんか。撮った写真のデータを提供された方には、先着順で素敵なプレゼントがあります。詳しくは主催の南橋地区社会福祉協議会ホームページをご覧ください。

南橋地区社協 QR



開催期間:10月16日(月)～11月17日(金)

対象:南橋地区在住者

参加方法:

- ①お散歩しながら「秋」を感じるものを見つけて、人物と一緒に写るよう撮影する。  
※広報誌や SNS への掲載など広報活動に賛同いただける方のみ写るよう撮影してください。
- ②スマホやタブレットのカメラで下記いずれかの QR コードを読み取り、南橋地区社協公式 LINE かメール宛てに撮影した写真1枚を送信!
- ③写真を送信した画面と引き換えに「厄除の青柳大師御守護」をプレゼント!  
※写真に写っている人数分お渡しします。撮影者分も必要な場合はお申し付けください。

LINE 用  
友だち追加  
QR



メール用 QR



交換期間:10月16日(月)～先着200名

交換場所:南橋市民サービスセンター(公民館)他

問合せ:南橋地区社会福祉協議会事務局

(南橋公民館内)電話 027-231-2376

### 地震に備えた防災訓練

#### 「令和5年前橋シェイクアウト」を開催します

防災危機管理課では、地震対応型の避難訓練「令和5年前橋シェイクアウト」を11月2日(木)午前10時に実施します。訓練の時間は約2分間です。

シェイクアウト訓練とは、防災ラジオ、防災行政無線、まえばしCITYエフエム(84.5MHz)から放送される訓練用の緊急地震速報の音声に合わせて、「①姿勢を低くし、②頭を守り、③動かない」の3つの安全確保行動をとる、誰でもその場でできる訓練です。全市で行う訓練になりますので、たくさんの市民の皆さんの訓練参加をお願いします。

問合せ:防災危機管理課 Tel.898-5935



### 南橋分館図書だより[今月の新刊情報(一部)]

#### 【一般書】

- ☆『ねじまき鳥クロニクル』を読み解く 佐藤 優
- ☆この夏の星を見る 辻村 深月
- ☆木挽町のあだ討ち 永井 紗耶子
- ☆凜と咲け 仁志 耕一郎 ほか

#### 【児童書・絵本】

- ☆ねぞうプロレス ひらぎ みつえ
- ☆もふちゃん Serico
- ☆PUIPUI モルカーゾンビとランチ 見里 朝希/監修  
トーマス、きょうとへいく ウィルバート・オードリー ほか

#### 【お知らせ】

ももかわ読み聞かせの会  
ブックスタート はじめてのえほん  
日時:10月17日(火)10:30～11:00  
会場:南橋分館  
ブックスタート絵本の引き換えができます。  
該当の方は引換券をお持ちください。



【休館日】10/2(月)、10/10(火)、10/16(月)、  
10/23(月)、10/30(月)  
祝日は10時～17時まで開館