

産後ケア講座

# バランスボールエクササイズ&おしゃべりママサロン

出産後の疲れを一緒に癒しましょう。各回同様の形式で、3回目は夫婦参加です。子育て中の保護者同士の交流と仲間づくりを楽しみましょう♪

**日時**=①6月28日(火)、②7月5日(火)、③7月16日(土)10時~12時

**内容**=前半「バランスボールエクササイズ」身体をいたわりながら、体力づくりに挑戦。後半「おしゃべりママサロン」“これからの自分”について考えてみましょう。

**対象**=①②生後2か月~8か月未満の子と**母親**  
③生後2か月~8か月未満の子と**父母**

**定員**=10組(全3回の連続講座です。)

**場所**=永明公民館①②多目的室、③第1会議室

**講師**=上州mamato 峰岸 圭衣先生、石井 尚子先生

**申込方法**=6月6日(月)より永明公民館(☎261-1550)へ電話にて。先着順です。

**持ち物**=動きやすい服装(裸足になります)、水分補給用の飲み物、バスタオル

託児はありません。兄弟など8か月以上のお子さんの同伴はご遠慮ください。  
対象の月齢は6月末時点です。



# えいめい

# 6.1

編集発行 前橋市永明公民館(☎261-1550)  
〒379-12153 前橋市上大島町930  
窓口業務時間 平日午前8時30分~午後5時15分  
今月の人権標語 呼び出そう みんなの持つてる 笑顔達  
駒形小学校

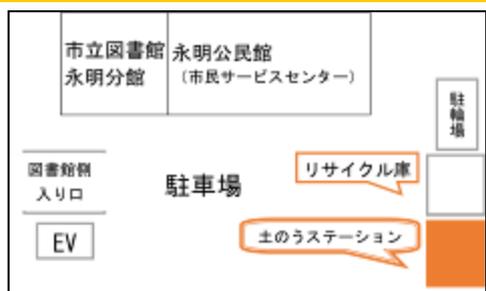
今月の納税

市県民税1期(普通徴収分)  
納期6月30日(木)まで

## 大雨や台風に備えよう

今年、5月中に記録的豪雨が記録されるなど、早めの備えが求められます。永明地区は多くが浸水想定区域となつているため、日ごろから町別指定避難所(左表)の把握と、家族で避難する時のルール等を決めておきましょう。台風接近等には、事前の避難希望者や自宅にいることが不安な方を対象とした一時的な「自主避難所」を永明市民サービスセンターに開設します。

なお、3メートルを超えない想定浸水水深の場合は、2階等への垂直避難も有効とされています。避難の必要性を確認すると共に、避難先として安全な地域にある親族や知人宅も検討してください。



※土のうの持ち出しは、一人10袋までです。

水災害による浸水被害を抑えるため、玄関前等に置く土のうを納めた、緊急用の土のうステーションを2基設置してあります。利用可能期間は6月から10月まで。ぜひご利用ください。

| 町別指定避難所(永明地区)          |               |     |
|------------------------|---------------|-----|
| 町名                     | 水害            | 地震  |
| 天川大島町(北部)<br>※原町・住宅自治会 | 第五中           | 第五中 |
| 天川大島町(南部)<br>※本町自治会    | 第五中           | 永明小 |
| 天川大島町一丁目               | 第五中           | 第五中 |
| 天川大島町二丁目               | 天川小           | 桃瀬小 |
| 天川大島町三丁目               | 天川小           | 桃瀬小 |
| 上大島町                   | 明桜中           | 永明小 |
| 女屋町                    | 桂萱東小          | 永明小 |
| 上長磯町                   | 明桜中           | 永明小 |
| 東上野町                   | 桂萱東小          | 永明小 |
| 野中町                    | 天川小           | 桃瀬小 |
| 下長磯町                   | 広瀬小           | 木瀬中 |
| 小島田町                   | 桂萱東小          | 木瀬中 |
| 駒形町                    | 山王小           | 駒形小 |
| 下大島町                   | 広瀬小           | 木瀬中 |
| 下増田町                   | 桂萱東小、<br>二之宮小 | 駒形小 |

永明地区の人口(前月比)2022年(令和4年)4月末現在  
男11,621人(+6) 女12,115人(±0) 計23,736人(+6) 世帯10,784世帯(+23)  
永明公民館(永明市民サービスセンター)ホームページ  
前橋市HP (<http://www.city.maebashi.gunma.jp/>) → キーワードで探す 「永明公民館」



# 夏休み子どもステーション2022

永明公民館では、新型コロナウイルス感染症への感染対策を施しながら、夏休み講座の開催を予定しています。詳しくはHPや学校タブレットのチラシをご覧ください。

日時・会場＝右記表

申込締切＝6月19日(日)

問い合わせ＝永明公民館

☎ 261-1550

申込はこちらから↓



永明 夏休み子どもステーション



| 回  | 講座                         | 対象者       | 定員   | 日時                                 | 参加費    | 講師                  |
|----|----------------------------|-----------|------|------------------------------------|--------|---------------------|
| 1  | お料理教室①<br>～いっしょに作ろう編～      | 1～3年生と保護者 | 各5組  | 7月21日<br>9:30～12:00<br>13:30～16:00 | 500円/組 | 永明地区<br>食生活改善推進員会   |
| 2  | お料理教室②<br>～一人でチャレンジ編～      | 4～6年生     | 10人  | 7月28日<br>9:30～12:00                | 250円/人 |                     |
| 3  | お料理教室③<br>～親子でチャレンジ編～      | 1～6年生と保護者 | 5組   | 8月4日<br>9:30～12:00                 | 500円/組 |                     |
| 4  | 初めてのダンス教室<br>～小学生ver～      | 3～6年生     | 10人  | 7月26日・8月2日・8月9日<br>11:00～12:00     | 無料     | DANCE STUDIO TRIGER |
| 5  | 宿題をしあげよう!<br>色ぬり教室         | 1～6年生     | 各20人 | 8月16日、8月17日<br>9:30～11:30          | 無料     | 永明水彩画クラブ            |
| 6  | 本物のふくろうに取材!<br>永明子ども新聞を作ろう | 1～6年生     | 15人  | 8月19日<br>13:30～16:00               | 無料     | 上毛新聞社<br>あかぎふくろう一家  |
| 7  | やってみよう!プログラミング<br>～初級編～    | 1～2年生程度   | 20人  | 8月22日<br>10:00～12:00               | 100円   | GCCスタッフ             |
| 8  | やってみよう!プログラミング<br>～中級編～    | 3～4年生程度   | "    | 8月22日<br>13:30～15:30               | 100円   |                     |
| 9  | やってみよう!プログラミング<br>～上級編～    | 5～6年生程度   | "    | 8月24日<br>10:00～12:00               | 100円   |                     |
| 10 | 真夏の夜のこわ～いお話し               | 1～6年生     | 70人  | 8月23日<br>19:00～20:15               | 無料     | 駒形読み聞かせの会           |

## 中学生向け講座 プロダンサーに学ぶDanceレッスン

新しく授業に取り入れられたダンスを、夏休みを利用してプロダンサーに学ぼう!詳しくはHPや学校タブレットのチラシをご覧ください。

日時＝7月26日、8月2日、8月9日(毎週火曜) 13時30分から14時30分

会場＝永明公民館

対象者・定員＝中学1～3年生・10名

申し込み＝6月23日(木)までに右記二次元コードから。

講師＝DANCE STUDIO TRIGER

問い合わせ＝永明公民館 ☎ 261-1550



8月9日は発表会を予定。ご家族やお友達も見学できます!



申込みはこちらから

### お知らせ

■第26回参議院議員通常選挙が開催されます。

7月10日(日)は、参議院議員通常選挙の投票日です。忘れずに投票しましょう。

また、永明公民館(永明市民サービスセンター)は期日前投票の会場となっています。投票日に予定がある場合は、是非ご利用ください。

投票日＝7月10日(日) 午前7時～午後7時(投票場所は、居住地により異なります。)

期日前投票＝左記の通り

①市役所1階市民ロビー  
6月23日(木)～7月9日(土) 午前8時30分～午後8時

②永明市民サービスセンター(永明公民館)、各支所、各サービスセンター、前橋プラザ元気21

7月4日(月)～7月9日(土) 午前9時～午後8時

※①と②で開始日および受付時間が異なります。ご注意ください。

問い合わせ＝選挙管理委員会 ☎ 98-6742

期日前選挙は、①②のどこでも投票出来ます。積極的にご利用ください。



### 6月23日、29日は「男女共同参画週間」パネル展を開催。

本市では、内閣府が公募で決定した「あなたらしい」を築く、「あたらしい」社会へというキャッチフレーズのもと、性別にかかわらずそれぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」の実現をめざしています。その一環として、パネル展示を開催します。

△パネル展示会場▽

◎前橋市役所1階ロビー

6月7日(火)から15日(水)まで

◎永明公民館 玄関ホール

6月17日(金)から30日(木)まで

問い合わせ＝男女共同参画センター ☎ 898-6517

### 【前橋市の各選挙の投票率】

| 選挙執行日    | 選挙名            | 投票率    |
|----------|----------------|--------|
| H31.4.7  | 群馬県議会議員選挙      | 39.04% |
| R1.7.21  | 群馬県知事選挙        | 47.98% |
| R1.7.21  | 参議院議員通常選挙(選挙区) | 47.62% |
| R2.2.9   | 前橋市長選挙         | 43.16% |
| R2.2.9   | 前橋市議会議員補欠選挙    | 43.08% |
| R3.2.7   | 前橋市議会議員選挙      | 42.92% |
| R3.10.31 | 衆議院議員総選挙(小選挙区) | 52.10% |

“まえばしWindプラザ”第5次前橋市男女共同参画基本計画”を策定しました。詳しくはホームページをご覧ください。

