

いかほ公民館通信

伊香保地区人口(2月末現在)

男性：1,164人

女性：1,292人

合計：2,456人



発行・編集／渋川市伊香保公民館

電話72-5777 FAX72-5766

箕輪城趾と箕輪梅林を見学しました!



3月8日(金)に成人学級「箕輪城趾・箕輪梅林の散策」を開催しました。

まず、箕輪城趾で語り部ボランティアガイドから詳しい説明を受けながら城跡を巡りました。



次の箕輪梅林では梅まつりが開催されていました。梅の花がとても見頃で、途中小雨もありましたが、楽しみながら散策しました。

軽スポーツ教室を開催しました!

3月18日(月)に世代間交流館で小学生を対象に軽スポーツ教室「モルック」を開催しました。

「モルック」を経験するのは初めての子も多かったですが、すぐにルールを覚えて楽しんでいました。



「笑いヨガ」で元気に!

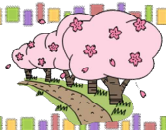
3月21日(木)に世代間交流館で成人学級「笑いヨガ(ラフターヨガ)」を開催しました。



講師の狩野先生から笑いの健康効果や効果的な笑い方、笑いながらの健康体操を教わり、明るく楽しく運動しました。

4月の行事予定

23日(火) 成人学級「健康教室」



参加者募集

〈成人学級〉

健康教室

腸内から健康づくり

ヤクルトの健康管理士さんによる健康教室です。クイズや脳トレで楽しく健康増進! 腸体操でおなかもスッキリしましょう。

開催日時：令和6年4月23日(火)

午前10時30分~午前11時30分

会場：世代間交流館

対象：伊香保地区在住又は在勤の方

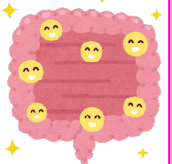
定員：20名程度

参加費：無料

申込締切：令和6年4月19日(金)

申込方法：伊香保公民館へ電話又は窓口でお申し込みください。

電話…72-5777



みんなの相談室

申込みは不要です。
気軽にお越しください!

日時 4月9日(火)

午前10時~11時

場所 世代間交流館

問合せ 金島伊香保地域包括センター
(電話24-8366)



段々と暖かくなり過ごしやすい気候となりましたが、皆様変わりなくお過ごしでしょうか。相談室ではありがたいことに参加者が徐々に増えており、毎月活発な意見交換が行われております。

さて、今回は権利侵害についてお話しします。虐待とはどんなことが含まれ、発見した場合はどこに相談したら良いのでしょうか。具体例を交えてお伝えしますので、皆様ご来場をお待ちしております!

気軽に来てね!「世代間交流館」

「世代間交流館」は市民の皆さんが「気軽」に楽しく「交流」できる場所です。

様々な世代が交流することで、地域の輪が広がっていきます。ぜひお気軽にお立ち寄りください。

開館日等については、裏面の「世代間交流館開館カレンダー」をご覧ください。



新刊入荷しました

◆ ◆ ◆ 図書室だより ◆ ◆ ◆



『成瀬は信じた道を行く』 宮島 未奈

我が道突き進む成瀬あかりは、知らぬ間に多くの人に影響を与えていた。
「ゼゼカラ」ファンの小学生クレーマー主婦、個性豊かな面々が新たな成瀬あかり史に名を刻む。



『ブラック・ショーマンと覚醒する女たち』 東野 圭吾

そのマジックは謎解きのための華麗な武器。全貌を知る時彼女たちは何を思うか。どう生きていくのか。華麗なる魔術によって変貌を遂げていく女性たちの物語。



『夜行堂奇譚3』 嗣人

隻腕の見鬼・千早と、オカルト嫌いな大野木は、骨董屋「夜行堂」店主によって引き合わされ、多発する怪異の解決に挑む。人の情念や想いが引き起こす数々の呪いと悲劇。



『東京のと真ん中で、生活保護JKだった話』 五十嵐タネコ

父は病気の後遺症で仕事につけず、母も病氣療養中。とある女子高校生の身に立ちふさがった「生活保護」という障壁。しかしそれは行政から伸びた救いの手だった。



『夜明けのはざま』 町田そのこ

『余白の迷路』 赤川 次郎

『さこえる』 道尾 秀介

『をんごく』 北沢 陶

『人間標本』 湊 かなえ

『父がしたこと』 青山 文平

『もゆる楢』 天羽 恵

『寂聴源氏物語』 瀬戸内寂聴

『透明になれなかった僕たちのために』 佐野 徹夜

『肉を脱ぐ』 李 琴峰

『父がしたこと』 青山 文平

『墓じまいラブソディ』 垣谷 美雨

『大学教授こそこそ日記』 多井 学

『私を整えるスープ』 サニー早苗

『きみのお金は誰のため』 田内 学

『児童書』

『ハローキティのほっせきずかん』

『シナモロールのスイーツずかん』

『映画窓ぎわのトットちゃん』 黒柳 徹子

『ストーリーブック』 黒柳 徹子

図書室利用案内

利用時間：午前10時から午後5時まで
貸出冊数：5冊まで
貸出期間：15日間
休館日：ホ・日・祝日・年末年始



※ 今月は俳句を休載いたします

世代間交流館開館カレンダー 4月

月	火	水	木	金	土	日	
1 コツコツ貯筋体操	2 みんなの広場	3	4 みんなの広場 コツコツ貯筋体操	5 土・日・祝日は休館	6	7	
8 コツコツ貯筋体操	9 みんなの広場 みんなの相談室	10	11 みんなの広場 コツコツ貯筋体操	12	13	14	
15 コツコツ貯筋体操	16 みんなの広場	17	18 みんなの広場 コツコツ貯筋体操	19	20	21	
22 コツコツ貯筋体操	23 みんなの広場 成人学級	24	25 みんなの広場 コツコツ貯筋体操	26	27	28	
29 (昭和の日) コツコツ貯筋体操のみ実施	30 みんなの広場	(開催時間) みんなの広場 … 10:00~12:00 コツコツ貯筋体操…10:00~11:30					

「世代間交流館」は市民の皆さんが「気軽」に楽しく「交流」できる場所です。
 ◇ 開館時間：平日の月・水・金…午後1時~5時 平日の火・木…午前10時~午後5時
 ※ 1日(月)~5日(金)の開館時間は午前10時~午後5時、1日(月)の開館時間は午前11時30分~午後5時になります。
 ◇ 利用できる方：未就園児親子から高齢者までどなたでも。