

いかほ公民館通信

発行・編集／茨川市伊香保公民館

電話72-5777 FAX72-5766

伊香保地区人口(3月末現在)

男性：1,149人

女性：1,285人

合計：2,434人



成人学級を開催しました!

3月21日(木)に成人学級「笑いヨガ」を世代間交流館で開催しました。

笑いヨガ(ラフターヨガ)は笑いヨガの呼吸法を合わせた健康体操です。

講師の狩野先生から笑うことで健康になれること、体操としての笑い方などを教わりました。心も体も軽くなり、笑うことの大切さを感じました。



お知らせ

〈 世代間交流事業 〉

伊香保オジサンバンドコンサート

ベンチャーズやビートルズといったロックから日本のグループサウンズなどの曲を演奏、又なつかしのメロディーの歌声をお届けします。ぜひお越しください!

開催日時 令和6年5月23日(木)
午後1時~午後3時

開催場所 伊香保体育館

対象 どなたでも

費用 無料



伊香保地区スポーツ行事カレンダーについて

令和6年度より伊香保地区スポーツ行事カレンダーの配布は行わないことになりました。

スポーツ行事に関する問い合わせ等につきましては、各自治会の体育部長または伊香保公民館までお願いいたします。

参加者募集

市民スポーツ祭

伊香保地区自治会対抗 グラウンド・ゴルフ大会

開催日時 令和6年6月2日(日)
開会式：午前9時30分~
試合開始：午前10時~

会場 伊香保屋外運動場

参加費 無料

申込方法 各自治会の体育部長さんにお申し込みください。

※ 雨天の場合は6月3日(月)に順延になります。



体育部長さんは取りまとめの上、5月24日(金)までに参加申込書を伊香保公民館に提出をお願いします。

参加を希望する方は、期限よりも前に体育部長さんにお申し込みください。

〈 成人学級① 〉 赤城自然園の散策・北橋歴史資料館の見学

開催日：令和6年5月17日(金)
集合時間：午前9時00分(帰りは午後3時の予定)
集合場所：伊香保体育館駐車場
行程：赤城自然園→道の駅まえばし赤城(自由昼食)→北橋歴史資料館
対象：伊香保地区在住又は在勤の方
定員：20名(先着順)
参加費：1,000円(ガイド代 当日集金)
申込期間：令和6年5月7日(火)~14日(火)

〈 成人学級② 〉 そば打ち教室

日時：令和6年5月30日(木)
午前9時~午後3時頃
会場：伊香保公民館 別館2階 調理室
講師：小池 守さん
対象：伊香保地区在住又は在勤の方
定員：10名(先着順)
内容：そば打ち、そばつゆ作り、試食 ※ 冷たいそば
持ち物：エプロン・空きペットボトル(そばつゆ持ち帰り用 1ℓぐらいのもの)・麺切包丁等があれば持参
費用：1,000円(食材料費 当日集金)
※ キャンセルした場合でも費用はかかりません。
申込期間：令和6年5月7日(火)~24日(金)



〈 成人学級③ 〉 歩ける足を維持するために 爪編

日時：令和6年6月3日(月)
午前10時~午前11時頃
会場：世代間交流館
講師：木嶋 千枝さん
対象：伊香保地区在住又は在勤の方
定員：20名程度
内容：爪トラブルが身体に及ぼす影響等を学びます。
持ち物：ハンドタオル
費用：無料
申込期間：令和6年5月7日(火)~24日(金)



上記の成人学級①~③は、伊香保公民館へ電話又は窓口でお申し込みください。(申込は1人2名分まで)

電話：72-5777

※ 土・日・祝日を除く。午前8時30分から午後5時まで

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 5月14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)

5月のみんなの相談室では「ロコモティブシンドローム」をテーマにお話ししていきます。ロコモティブシンドロームとは、運動器の衰えや障害により、歩く、立つなどの筋力が低下することを意味し、この状態が進行すると介護状態になる可能性が高くなってしまいます。これからも元気に過ごすために、今一度自身の体の状態を再確認してみませんか?

当日は、自宅でできるロコモ予防のリハビリなども行いますので、ぜひお越しください!

新刊入荷しました



◆ ◆ ◆ 図書室だより ◆ ◆ ◆

『姥玉みっつ』

西條 奈加

名主の書役として暮らすお麓の閑居へ、脳天気なお管と、派手好きなお修が転がり込んできた。ふたりとも、いわば幼馴染である。お麓は歌を詠みながら安穩の余生を送ろうとしていたのだが…。



『望月の鳥』

阿部 智里

絶対権力者・博陸侯の後ろ盾のもとで、新たに異世界(山内)を統べる金鳥代となった凧彦。その後選びのため、南北東西の大貴族の家から選ばれた4人の姫君たちが宮中で(登殿の儀へと臨む。しかし…。



『一夜 隠蔽捜査⑩』

今野 敏

竜崎のもとに、著名作家・北上輝記が小田原で誘拐されたという一報が入る。犯人も目的も安否も不明の中、北上の友人でミステリ作家の梅林も絡み、一風変わった捜査が進む。一方、警視庁管内では殺人事件が発生…。



『児童書』

『にほんちず まなびの天才』

原 ゆたか

『おかね まなびの天才』

原 ゆたか

『くいしんぼおぼけ』

かしわら あきお

『トコトコだいこんりょうりたび』

よしたか ゆみこ

『SDGsと妖怪図鑑』

五藤 諒真

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：木・日・祝日・年末年始



レージュ俳句会三月詠草

選者吟

指で拭く人形の目の春ばこり

木暮陶句郎

木暮陶句郎選

故郷へと春田つらぬく汽笛かな

須藤 恵美

食ひ違ふ会話楽しき春田道

高橋 成知

春塵や靴の重なる集会所

狩野美智子

干し竿を軽く拭ひて春埃

狩野 玲子

影までも生き生き動く春田かな

星野 裕子

春塵を蹴つて白猫光めく

杉山 加織

世代間交流館開館カレンダー 5月

月	火	水	木	金	土	日
		1	2 みんなの広場 コツコツ貯筋体操	3 休館 (憲法記念日)	4	5
6 (振替休日) コツコツ貯筋体操のみ実施	7 みんなの広場	8	9 みんなの広場 コツコツ貯筋体操	10	11	12
13 シニア筋力ぐんぐん教室	14 みんなの広場 みんなの相談室	15	16 みんなの広場 コツコツ貯筋体操	17	18	19
20 コツコツ貯筋体操	21 みんなの広場	22	23 みんなの広場 コツコツ貯筋体操	24	25	26
27 コツコツ貯筋体操	28 みんなの広場	29	30 みんなの広場 コツコツ貯筋体操	31 土・日・祝日休館		

「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。
 ◇ 開館時間：平日の月・水・金…午後1時～午後5時
 平日の火・木…午前10時～午後5時 ※ 変更の場合あり
 ◇ 利用できる方：未就園児親子から高齢者までどなたでも。

〈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
 シニア筋力ぐんぐん教室…9:30～11:00