

いしかほ公民館通信

発行・編集／渋川市伊香保公民館

電話72-5777 FAX72-5766

伊香保地区人口(8月末現在)

男性：1,159人

女性：1,278人

合計：2,437人



参加者募集!

〈高齢者学級〉

「本当に怖い動脈硬化のはなし」

渋川医療センターの臨床検査技師の方が、動脈硬化についてお話してくれます。
お誘い合わせの上是非お申し込みください!

日 時：10月27日(月)
午前10時00分～11時30分(予定)

場 所：渋川市立世代間交流館

講 師：独立行政法人国立病院機構

渋川医療センター 臨床検査技師ほか

対 象：伊香保地区在住又は在勤の65歳以上の方
(定員に満たない場合は地区外者也可)

定 員：20名(先着順)

参加費：無料

申込期間：令和7年10月6日(月)～20日(月)

申込方法：伊香保公民館へ電話又は窓口で申込。
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



伊香保地区元気アップ教室

「わが家の食事大改造！」

日 時：10月24日(金)
午前10時00分～11時30分

場 所：渋川市立世代間交流館

内 容：栄養士と保健師があなたに合った食事量の
目安や簡単に作れる野菜料理を紹介します。

申 込：渋川市保健センター 電話25-1321
※ 8:30～17:15(土・日・祝日を除く)



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 10月14日(火)
午前10時15分～11時15分
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)



みなさん、こんにちは。
過ごしやすい季節になりましたが
感染症に注意が必要な季節にもなり
ました。

今回のみんなの相談室では、9月に行
った「健康な体でいるために」の振
り返しを行いたいと思います。9月に
参加されなかった方も資料を準備し
ますので、お気軽にご参加ください。

〈成人学級〉

渋沢栄一記念館・旧渋沢邸「中の家」と 国宝妻沼聖天山見学

新1万円札の肖像となった渋沢栄一の足跡を
たどり、妻沼聖天山「歓喜院」や貴重な伝統建
築物を見学します。

開 催 日：11月14日(金)

集 合 時 間：午前9時00分

(帰りは午後4時30分頃の予定)

集 合 場 所：伊香保体育館駐車場

行 き 先：渋沢栄一記念館・旧渋沢邸(深谷市)、
妻沼聖天山(熊谷市)

対 象：伊香保地区在住又は在勤の方
(定員に満たない場合は地区外者也可)

定 員：20名(先着順)

備 考：当日、聖天山本殿ガイド付拝観料として、
700円がかかります。(希望者のみ)

申込期間：10月6日(月)～31日(金)

申込方法：伊香保公民館へ電話又は窓口で申込。
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



11月はしづかわ市民教育の日月間です! 令和7年度「しづかわ市民まなびの日」 パネル展示開催

と き 10月29日(水)～11月4日(火)
午前9時～午後5時

と ころ 渋川市役所第二庁舎2階
あじさいサロン・ホール

※詳しくは広報しづかわ10月1日号または
HPをご覧ください。(担当：生涯学習課)



10月の行事予定

18日(土)・19日(日)

「伊香保公民館まつり」

25日(土)

「スポレク地域交流祭」

※ どちらも、詳しくは10月号と一緒に配布したチラシ
をご覧ください。

27日(月) 高齢者学級

「本当に怖い動脈硬化のはなし」

新刊入荷しました

図書室だより



『心に折れない刀を持って』 森岡 毅
 シャングリシア沖縄、誕生までの挫折と成長の物語。「やらずして死ねない！」壮大な夢に挑んだ不器用な狼たちの記録。読めば勇気が湧いてくる、感動ビジネスノンフィクション。

『蛭たちの祈り』 町田 そのこ

『コールドムーン』 芥川 なお

『私たちが轢かなかった鹿』 井上 荒野

『残光そこにありて』 佐藤 雫

『谷根千ミステリ散歩』 東川 篤哉

『玉響』 辻堂 魁

『市長たじたじ日記』 清水 聖士

『エジプト人の「いい加減」でがんばりすぎない生き方』 八十 恵

◎児童書◎

『めくってオモロい マジすか科学』 尾嶋 好美

『シリアの秘密の図書館』
 フォア・タルノーフスカ

『じいちゃんの赤いスニーカー』 本田 有明

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

11月1日(土)は終日電気工事による停電のため、臨時休館いたします。ご了承ください。



レヴ俳句会八月詠草

選者吟

カクテルに夕日沈めて旅晩夏

木暮陶句郎

木暮陶句郎選

山影の底まで透けて湖晩夏

須藤 恵美

人を恋ふ蒲の穂揺るる湖辺かな

杉山 ハル子

町晩夏路地のほど良き暗さかな

星野 裕子

コンテナを洗ふ野川や里晩夏

狩野美智子

晩夏光てらてら揺るる湖畔馬車

高橋 成知

師を送る上りホームや晩夏光

狩野 玲子

人影の波線めきたる街晩夏

杉山 加織

世代間交流館開館カレンダー 10月

月	火	水	木	金	土	日
〈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		1	2 みんなの広場 コツコツ貯筋体操	3	4	5
6 コツコツ貯筋体操	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 (スポーツの日) ※コツコツ貯筋体操のみ実施	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 シニア筋力くぐくん教室	21 みんなの広場	22	23 みんなの広場 コツコツ貯筋体操	24 元気アップ教室	25	26
27 高齢者学級「本当に怖い 動脈硬化のはなし」	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・祝日は休館		

「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～5時
 平日の火・木…午前10時～午後5時
- ※ 開館日や開館時間は変更になる場合もあります。

