

# いかほ公民館通信

伊香保地区人口(2月末現在)

男性：1,144人

女性：1,267人

合計：2,411人



発行・編集／渋川市伊香保公民館

電話72-5777 FAX72-5766

## 軽スポーツ教室を開催しました!

3月10日(火)に世代間交流館で軽スポーツ教室「モルック」を開催しました。

「モルック」はフィンランド発祥の軽スポーツで、老若男女を問わず楽しむことができます。昨年度は子ども達が対象でしたが、今年度は一般の方にも募集を広げ、市スポーツ推進委員の指導のもと総勢15名で実施しました。

参加した方々で老若男女混合チームを組みルール説明を行い進めました。皆さんすぐにルールを覚えスムーズに試合が運び、限られた時間で世代間交流をはかりながら何試合も楽しみ、充実した教室を開催できました。ご参加いただき、ありがとうございました。



## 春の青少年健全育成運動

### ルールを作って みんなで守ろう 「おぜのかみさま」

SNSは便利で楽しいものですが、使い方を誤ると思いもしないトラブルに巻き込まれることや、取り返しのつかない事態が発生することがあります。

地域と家庭で子ども達の安全・安心なインターネット、SNSの利用を考えましょう。

- 「お」 写真をおくらない
- 「ぜ」 ぜったいあわない
- 「の」 個人情報をおせない
- 「か」 悪口などをかきこまない
- 「み」 有害サイトをみない
- 「さ」 出会いをさがさない
- 「ま」 ルールをまもる



## 気軽に来てね! 「渋川市立世代間交流館」

「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。未就学児親子から高齢者までどなたでも利用でき、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。



開館時間や休館日等については、毎月裏面の「世代間交流館カレンダー」にてお知らせしています。

是非お気軽にお立ち寄りください。



## 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!  
今回は「お口の筋肉と体操」  
をテーマに相談室を行います。

毎日を元気に過ごす秘訣は、お口の健康にあります。みなさんでお口のアンチエイジングについて話し合いませんか?ぜひお気軽にお越しください。

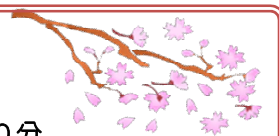
たくさんの方のご参加お待ちしております。



## シニア筋力ぐんぐん教室

日時: 4月13日(月)  
午前10時～11時30分

場所: 世代間交流館  
持ち物: 飲み物・室内用運動靴・動きやすい服装  
問合せ: 介護保険課(電話: 22-2116)



新刊入荷しました



◆ ◆ ◆ 図書室だより ◆ ◆ ◆

『イン・ザ・メガチャーチ』 朝井リョウ  
 あるアイドルグループの運営に参画することになった、家族と離れて暮らす男。内向的で繊細な気質ゆえ積み重なる心労を癒やしたい大学生。仲間と楽しく舞台俳優を応援していたが、とある報道で状況が一変する女。人間の心を動かす「物語」の功罪を描く。

『カフェーの帰り道』 嶋津 輝

『被告人、A』 中山 七里

『月白』 宇佐美まこと

『分水』 今野 敏

『ヤモリさんとご褒美』 群 よつこ

『最後の皇帝と謎解きを』 犬丸 幸平

『お稲荷さまの謎解き帖』 朝水 想

『60代ハンなおひつりなま、毎日こ機嫌暮らし』 折原 みと

◎ 児童書 ◎

『プロンテスキよっだいのちいさな手づくり絵本』 サラ・オレアリー

『みえないおこぼし』 とうながけい

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



レヴ俳句会二月詠草

▼ 選者吟

豆を撒くをんなの指のしなやかに  
 木暮陶句郎

▼ 木暮陶句郎選

節分の豆内外に残る朝  
 狩野美智子

きさらぎや藍深めゆく夕榛名  
 須藤 恵美

焙烙にすべりころがる福の豆  
 杉山ハル子

豆撒いて鬼の行方が気にかかる  
 星野 裕子

如月や囁くやうに笹に風  
 高橋 成知

きさらぎの壁の支ふる油彩額  
 杉山 加織

世代間交流館開館カレンダー 4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 シニア筋力くぐぐん教室	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 (昭和の日)	30 みんなの広場 コツコツ貯筋体操	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  
 ※ 4月1日及び3日、6日の開館時間は、午前10時～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。

