

安中公民館だより

令和6年4月 第1号 安中公民館発行 TEL:382-7641 Fax:382-7261
Eメール ankou@city.annaka.lg.jp HP: http://www.city.annaka.lg.jp 〒379-0116 安中市安中3799

令和6年度 安中地区敬老会のおしらせ

4月11日(木) 13:30~15:30

安中市文化センター ホール

今年度の敬老会は、午後の開催となります。
対象者にお配りした封筒または招待状をお持ちのうえ、お出かけください。

対象者：安中地区在住で今年度75歳以上の人

12:30 受付開始

13:30 第1部★式典・児童の作文朗読★

14:30 第2部★アトラクションの部★

主催：安中市社会福祉協議会 安中支部

※敬老会対象者及び関係者限定といたします。

アトラクションの部

清水アキラ ものまねトーク&ライブ

ものまね四天王として一世を風靡した長野県生まれの清水アキラさんが、安中市で産声を上げた芸能プロダクション、ハンプトン・ジャパン(株)の社長と幼なじみというご縁で実現しました。

新進気鋭の歌手、美里里美さんも出演します。

※当日は混雑が予想されますので、座席には詰めてお掛けください。



令和6年度の区長さんが決まりました

区	地区	氏名
1	中宿・桃山	☆須藤 始
2	下野尻・下高別当	須藤 康弘
2-2	遠丸	酒井 徳重
3	伝馬町	前畑 元一
4	谷津	筑井 秀夫
5	上野尻	堀口 正孝
6	旧邸	白石 誠一

区	地区	氏名
7	新邸	◎三宅 勉
8	小間	須藤 一郎
9	米山	上原 カズ子
10	高別当	☆町田 隆幸
11	古屋	萩原 俊作
12	小俣	萩原 敏彦

◎は代表区長 ☆は新任区長

令和6年度安中公民館スタッフ
館長 島崎 佳宏
館長補佐 須藤 芳美
会計年度任用職員
一場千栄子 森下 みき

5年間、安中地区の皆さまにお世話になりました大林吉美館長補佐は、生涯学習課生涯学習係長に異動となりました。

アセビ(アシビ・馬酔木)が満開

公民館玄関前にはシンボルツリーのクスノキがあります。

その下の3本のアセビの花がたわわに咲き誇っています。

花には毒素があるため、これを食べた馬が酔ったようにみえることから「馬酔木」の字があてられたそうです。

もくじ

P.1 敬老会のおしらせ

P.1-2 区長・区長代理紹介

P.3-4 主催教室・ふれあい学級のおしらせ

P.4 スプリング・フェス報告

令和6年度の区長・区長代理さんです

新規・継続の方も合わせて、よろしくお願いいたします

区	地区	氏名
1	中宿 桃山	◎須藤 始
		吉岡 順一
		田村 仲幸
		金子 賢
		小山内宏之
2	下野尻 下高別当	◎須藤 康弘
		新井 元二
		澤崎 義行
		坂本 俊治 大橋 守男
2 -2	遠丸	◎酒井 徳重
		大澤 剛
		小坂橋みち子
3	伝馬町	◎前畑 元一
		長谷川 仁
		新井 昭夫
		今井 力
		丸岡 尉二
4	谷津	◎筑井 秀夫
		高島 修
		松本 信利
		堀口 康雄 関根 恒成

区	地区	氏名
5	上野尻	◎堀口 正孝
		前田 茂
		村井田道夫
		半田美代子
		田島 裕章
		田島 龍一
		宮川 隆二
6	旧邸	◎白石 誠一
		柏木 寛明 楠田 泰彦
7	新邸	◎三宅 勉
		中嶋 則之
8	小間	◎須藤 一郎
		桜井 健一 須藤 啓司
9	米山	◎上原カズ子
		齋藤 道子
		小川 沙織

区	地区	氏名
10	高別当	◎町田 隆幸
		新野 弘明
		田中 和夫
		中島 正博
		坂本 伸一
		中島 寿夫
		荒巻 早苗
		秋山 紀之
11	古屋	◎萩原 俊作
		櫻井 誠一
		萩原 稔 白石 久男
12	小俣	◎萩原 敏彦
		鈴木 政道

◎印が区長です

無印は区長代理です(敬称略)

代表区長の10区堀越敏男区長、1区土屋鐵雄区長をはじめ、退任された区長代理さん、大変お疲れさまでした。



区長会視察研修

3月13日の定例会後、富岡市のIHIエアロスペースを視察しました。

翌14日には、高崎市の藤間精練、群協製作所(左写真)を視察しました。

令和6年度 安中公民館 清掃ボランティア作業計画

公民館“清掃美化ボランティア”に毎年多数の利用団体の皆さんにご参加いただきありがとうございます。今年度も年4回の日程で計画しました。ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

清掃ボランティア班長 酒井徳重(2-2区長)

☆時間：午前8時30分～(約1時間)

☆作業内容：草むしり他

☆持参するもの：草刈りガマ・軍手など

(カマ・忍者熊手などは公民館にもあります。)



回	作業日	雨天予備日
第1回	5月30日(木)	
第2回	7月2日(火)	7月5日(金)
第3回	9月3日(火)	9月5日(木)
第4回	10月8日(火)	10月10日(木)

☆フレイル予防 健康寿命UP教室 募集します☆

4月22日(月)午前9時から市役所へ電話にて受付(先着順)

☆元気な足腰を保つための身体づくり☆
「フレイル」とは？ 高齢者の身体の状態
健康状態→「虚弱状態」→要介護状態の段
階の「虚弱状態」のことをいいます。
「フレイル」予防トレーニングに取り組ん
で、「健康長寿」を目指しましょう！
申込先：安中市地域包括支援センター
TEL 027-382-1111 (内線1193)
受付開始日：4月22日(月)9時から

対象者：安中地区在住者
日 時：①5月7日(火) 13時00分～15時
②5月21日(火) 13時30分～15時
場 所：安中公民館 講義室
講 師：渋川 貴子 先生
定 員：15人
持ち物：タオル(薄手で長さ80cm以上)・上履き、
飲み物・筆記用具、ヨガマット(2日目のみ)
※動きやすい服装でお越しください。
※発熱等の症状がある場合のご参加はご遠慮ください。



★主催教室・ふれあい学級 受講生を募集します★

4月22日(月)午前9時から講義室にて受付(先着順)

安中地区主催教室・ふれあい学級では、今年度も安中地区在住の皆さんを優先としたさまざま
な講座を開催いたします。皆さんお誘い合わせの上、ぜひお申し込みください。

①主催教室 のびせ健康寿命教室

ロコモ(運動器症候群)防止トレーニングで、目指せトータル美人!

日 時：計8日間継続コースの美男・美女シリーズです。

日 程	テーマ	時間
1 5月20日(月)	目指せ美脚	13:30 ～
2 6月17日(月)	目指せ美尻	
3 7月22日(月)	股関節ストレッチ	15:00
4 11月11日(月)	体幹トレーニング	
5 12月16日(月)	背中美人	15:00
6 1月20日(月)	さよなら50肩	
7 2月10日(月)	姿勢美人	15:00
8 3月17日(月)	目指せトータル美人	

場 所：安中公民館 講義室

講 師：健康運動指導士 渋川 貴子 先生

定 員：安中地区在住者 20人(先着順)

持ち物：タオル、上履き、飲み物、筆記用具



※運動をするので動きやすい服装でお越しください



②ふれあい学級・健康講座 気晴らし・能力アップ体操

平成から続く人気講座、今年も開催です。
楽しいお話を聞きながら、気持ちよく体を
動かしてみましよう!

日時：5月15日(水) 13時30分～15時

場所：安中公民館 講義室

講師：山西 哲郎 先生(群馬大学名誉教授)

定員：20人

③中堅～シルバードライバー体験型 安全運転サポート教室

～運転適性検査～

運転適性検査車「ふれあい号」で運転技術を
見直し、一層の安全運転に努めましょう!
(清掃ボランティア作業後の開催となります。)

日時：5月30日(木) 10時～11時30分

場所：安中公民館 講義室

講師：安中警察署 交通課 定員：12人

アンデスの調べ ～安中ケーナクラブの演奏～

2月10日(土)スプリングフェスティバル 安中市文化センターにて



5年度の安中公民館は、ステージ発表で、安中ケーナクラブの皆さんにケーナの演奏をお願いしました。

ホールいっぱいに「コンドルは飛んで行く」「花祭り」など郷愁を誘うフォルクローレの音色が響き渡りました。



④主催教室 ケーナ教室 ～風の楽器 ケーナを吹こう♪～

ケーナはアンデス山脈に昔から伝わる民族楽器の縦笛で、風の楽器 (VIENTO:ビエント)と呼ばれています。日本に昔から伝わる尺八のような形をしていますが、似て非なるもので、吹き方・音色・音階も異なります。民族楽器ですが、西洋音階に対応する作りをしているため、私たちにも馴染みやすい楽器です。

講座では「コンドルは飛んで行く」を演奏できるよう、優しく丁寧に指導してくれます。ケーナを吹いてアンデスの風を感じましょう！！

日時：計6日間継続コースです。

日程	講義内容	時間
1 5月13日(月)	説明を聞いてケーナを吹いてみよう	10:00
2 6月3日(月)	ケーナの音を出してみよう	
3 7月1日(月)	アンデスのリズムに合わせて打楽器	～
4 8月19日(月)	ケーナ音楽を楽しもう	12:00
5 9月2日(月)	ケーナ・打楽器	
6 10月7日(月)	発表会の練習	



昨年11月、安中公民館文化祭での発表

場所：安中公民館 図書室

講師：清水 康之 先生(特定非営利活動法人わくわくヴィレッジ代表理事)

定員：10人(先着順)

受講料：無料(ケーナは無料貸出しをします。購入希望者は5,000円です)

申込書に記入し、お申し込みください。受講料は無料です。

主催教室・ふれあい学級 申込書

キリトリ

教室名	おなまえ	住所/電話番号	備考
<input type="checkbox"/> ①のばせ健康寿命教室			
<input type="checkbox"/> ②気晴らし・能力アップ体操			
<input type="checkbox"/> ③安全運転サポート教室			
<input type="checkbox"/> ④ケーナ教室			貸出希望・購入希望