

磯部公民館だより

令和7年8月26日発行

発行:磯部公民館 〈TEL 385-4834 FAX 385-4846〉

ふれあい学級「ジャズ音楽会」開催

今年度も、「小川富士雄クインテット」の方々が、磯部公民館で熱い演奏を届けてくれます。



小川美姫
(ボーカル)



加藤寛之
(テナーサクソ)



ゆみ
(ピアノ)



倉田文彦
(ベース)



小川富士雄
(ドラムス)

★開催日時 令和7年10月4日(土) 開場13時00分 開演13時30分

★会場 磯部公民館 2階講義室

★演奏者 小川富士雄クインテット

★曲目 お熱いのが好き・Cry me a River・黒いオルフェ
Nica's Dream・etc

★入場方法 入場料無料。 9月8日(月)より入場申し込みの受け付けを行います。電話または来館のうえ、氏名・住所・連絡先をお知らせください。定員(60名)に達ししだい受付を終了します。

★駐車場 磯部小学校西側駐車場(砂利)と公民館駐車場をご利用下さい
注意事項 定員に達した後に電話や来館した方にはお断りをしていますが、当日に受付のない状態で来館し、入場を希望する方が見受けられます。不公平感の出ないよう、受付のない方の入場はお断りします。

「演奏者のご紹介」

小川美姫（ボーカル）

前橋市出身 バップジャズスクール副校長兼
ボーカル科講師 バップミュージックプレイヤー

加藤寛之（テナーサックス）

富岡市出身 バップジャズスクール サックス科講師
バップミュージックプレイヤー

ゆ み（ピアノ）

前橋市出身 バップミュージックプレイヤー

倉田文彦（ベース）

渋川市出身 バップジャズスクール ベース科講師
バップミュージックプレイヤー

小川富士雄（ドラムス）

沼田市出身 バップジャズスクール校長兼ドラム科
講師 バップミュージックプレイヤー



（令和6年10月26日の演奏風景）

主催教室のご案内

☆寄せ植え教室

様々な花や植物を一つの鉢にまとめ、自分だけのオリジナルな作品を作れます。

日 程 11月6日 木曜日 午前10時00分～

定 員 15名

会 場 萩原園芸さん

講 師 萩原 治美 先生 ※材料費が1,800円がかかります
(教室の日に現地で徴収します)



主催教室受付期間 9月22日(月) 午前8時30分より来館にて受付を
開始します。定員になり次第受付は終了します。

----- 切り取り -----

寄せ植え教室参加申込書

住 所	
氏 名	
連 絡 先	

フレイル予防で



健康寿命 UP 教室

☆元気な足腰を保つための身体づくり☆

『フレイル』ってなに？

健康状態と要介護状態の間にある「虚弱状態」を指します。



ある程度の衰えは高齢になれば自然なことです。しかし、運動不足・栄養不足、刺激の低下などによる急速な衰えは、普段の心がけで予防・改善することができます。

一緒に「フレイル」予防に取り組んで、いつまでも自分の足で歩き続けられる身体をつくり、「健康長寿」を延ばしましょう！

今年も体組成計を使った筋肉量などの測定がありますので、ぜひご参加ください！

※ 当日は自宅での体温測定を行い、発熱等の症状がある場合の参加はご遠慮ください。

対象者 安中市民の方

※ 少し膝や腰の痛い方でも無理をせず
ご参加いただけます。

会 場 磯部公民館

(安中市磯部4-13-23)

日 時 ① 10 月 8 日 (水) 13:00 ~ 15:00

② 10 月29日 (水) 13:30 ~ 15:00

※ 開始時間が違いますので、ご注意ください

内 容 フレイル対策、骨粗鬆症対策、筋トレ、筋肉量などの測定

講 師 健康運動指導士 渋川 貴子 先生

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)

前回の体組成計の測定結果(ある人のみ)

※ 動きやすい服装でお越しください。

人 数 先着 15名

受付開始 9 月 12 日 (金) 9:00~

申込み 安中市地域包括支援センター

TEL 027-382-1111(内線1188/1193)



※訂正について

令和7年7月号の社協磯部支部だよりにおいて、福祉ふれあいまつりの会場を安中しんくみスポーツセンターと記載しておりますが、今年度は安中市文化センターでの実施となります。