

磯部公民館だより

令和8年8月25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

磯部公民館の恒例イベントで皆様の待ちかねていた「小川富士雄クインテット」の方々が、今年も熱い演奏を届けてくれます。



小川美姫
(ボーカル)



Maya
(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8年10月3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 いくつか王子様が・時の過ぎ行くままに・わたしのお気に入り・虹の彼方に・カーニバルの朝・オルフェのサンバ・etc
- ★入場方法 入場料無料。 9月7日(月)より入場申し込みの受付を行います。電話もしくは来館のうえ、氏名・住所・連絡先をお知らせください。定員(50名)に達ししだい受付を終了します。
- ★駐車場 公民館駐車場と磯部小学校西側駐車場(砂利)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はいますが、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

Maya（テナーサックス）

前橋市出身 県内外にてJAZZ、オールディーズ、
ブルースのLIVE活動等で活躍中

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7年10月4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11日（水） 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24日（木） 午前8時30分より来館もしくは電話にて
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」を目指しましょう！

1 日目は体組成計を使った筋肉量測定や握力測定を行い、講師より結果説明があります。ぜひご参加ください！

対象者 安中市民の方

※膝や腰の痛い方でも無理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28日（水）13:00～15:00

② 11月 4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 飲み物、筆記用具、フェイスタオル、上履き

お持ちの方：前回の体組成計の測定結果、ボール（直径20cm程度）

2日目のみ：腰紐またはタオル（薄手で長さ150cm程度）

ヨガマットまたはバスタオル

※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29日（火）9:00～

※申し込みは本人または家族からの連絡に限ります。

<申し込み・問合せ>

高齢者支援課 地域包括支援センター

電話 027-382-1111（内線 1714）