

# 隣保館だより

2026年(令和8年) 6月

■発行／伊勢崎市立隣保館  
伊勢崎市山王町1422-1  
電話:23-3461  
FAX:23-6487



## 隣保館主催教室がはじまりました！

令和8年度の隣保館主催教室が始まりました。開講した教室の様子について紹介します。今後も教室の開講が予定されていますので、興味のある方はぜひご参加ください。



生花教室の作品



中学生学習会

### 参加者募集

## 体幹を鍛えるピラティス教室

【期間】 7月3日から9月25日までの毎週金曜日（全12回） ※8/14は除く

【時間】 午後1時30分～3時30分

【会場】 隣保館1階会議室

【定員】 先着20名（無料）

【講師】 船木 美樹 先生

【内容】 ピラティスは加齢によって衰えやすいインナーマッスル（身体の深層部にある筋肉）を鍛えます。インナーマッスルが衰えると転倒などの身体機能に支障をきたすため、改善する効果が期待できます。急激な動きや強い衝撃がなく、関節の負担が少ないため、運動初心者も安心して始められます。

【持ち物】 ヨガマット・フェイスタオル・水分補給用の飲み物・動きやすい服装

【申込】 6月17日（水）午前8時30分から直接または電話で隣保館へ

※男性も参加できます

※夫婦で参加もできます



### お知らせ

## 夏休みこども教室日程



日時	教室名	内容	定員
7/28(火)・29(水)	こども絵画教室	1日目に下書き、2日目に仕上げぬりをします。	15名
8/3(月)	貯金箱づくり	ペットボトルと紙粘土を使ってつくります	15名

※詳細は7月号でお知らせします。

## 毎年6月23日から29日は「男女共同参画週間」です

■令和8年度「男女共同参画週間」キャッチフレーズ

# “あなたらしさが、社会のチカラ”

男性と女性が、職場で、学校で、地域で、家庭で、それぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」を実現するためには政府や地方公共団体だけでなく、国民のみなさん一人ひとりの取組みが必要です。

私たちのまわりの男女のパートナーシップについて、この機会に考えてみませんか？（内閣府男女共同参画局HPより）





# 6月の事業案内



梅雨の時期  
体調管理はより万全に



隣保館主催教室	期 日	時 間
生花教室	1日・15日（月曜日）	午後 1時30分 ～ 3時30分
中学生学習会	毎週水曜日	午後 7時30分 ～ 9時00分
絵手紙教室	4日・18日（木曜日）	午前 9時30分 ～ 11時30分
歌謡舞踊教室	4日・18日（木曜日）	午後 1時30分 ～ 3時30分
フォークダンス教室	11日・25日（木曜日）	午前 9時30分 ～ 11時30分
サークル活動等	期 日	時 間
ザ・プルメリア（フラダンス）	毎週月曜日	午前10時00分 ～ 11時30分
美扇流（踊）	1日・8日・15日・22日（月曜日）	午後 1時30分 ～ 3時30分
さわやか麻雀	毎週月曜日・毎週水曜日	午後 1時00分 ～ 4時30分
ヨガ愛好会	9日・16日・23日（火曜日）	午前10時00分 ～ 11時30分
ピリオン（ダンス）	毎週火曜日	午後 6時30分 ～ 9時45分
イルカテニス	毎週火曜日	午後 7時30分 ～ 9時30分
さつき歌謡サークル	3日・17日（水曜日）	午前 9時30分 ～ 11時30分
気功サークル	3日・17日・24日（水曜日）	午後 1時30分 ～ 3時30分
鈴の会（手話）	3日・17日（水曜日）	午後 1時30分 ～ 3時30分
囲碁サークル	毎週木曜日	午後 1時00分 ～ 4時00分
ひまわり会（踊）	11日（木曜日）・25日（木曜日）	午後 1時30分 ～ 4時00分
編み物サークル	4日・18日（木曜日）	午後 1時30分 ～ 3時30分
軽体操	毎週金曜日	午前 9時30分 ～ 11時30分
リリアラニフラサークル	5日・19日・26日（金曜日）	午後 7時00分 ～ 9時30分

※利用申請は、利用する月の前月から受付けます。お早めに窓口まで申請してください。  
 上記のサークル活動は一部を掲載しており、その他にもご利用いただいております。  
 ※上記予定およびその他貸館業務について変更となる場合があります。あらかじめご承知おきください。



## 人権・法律・行政相談（予約制） ※各支所は法律相談

期 日	時 間	会 場	申し込み・問い合わせ
6月 5日(金)	午後2時～4時	市役所東館5階 第1会議室	5月29日(金)から電話で市役所人権課 (☎27-2730)
6月 9日(火)		あずま支所3階 打合せ室	6月 2日(火)から電話であずま支所庶務課 (☎62-9904)
6月16日(火)		境支所1階 相談室	6月 9日(火)から電話で境支所庶務課 (☎74-0084)
6月19日(金)		市役所東館5階 第1会議室	6月12日(金)から電話で市役所人権課 (☎27-2730)
6月23日(火)		赤堀支所2階 応接会議室	6月16日(火)から電話で赤堀支所庶務課 (☎62-9790)

※人権に関することや生活に関することなどについて、隣保館でも随時相談を受け付けております。  
隣保館窓口または電話（23-3461）でお気軽にご相談ください。

## 隣保館を熱中症予防シェルターとして利用できます



隣保館は、夏の暑さや日差しから身を守るための熱中症予防シェルターになっています。  
どなたでも利用できますので、暑い日の休憩場所として気軽にお立ち寄りください。  
また熱中症予防のため、こまめな水分補給やエアコンの使用に心がけてください。

