



宮郷公民館だより

発行：伊勢崎市宮郷公民館 〒372-0802 伊勢崎市田中島町 1102 番地
TEL：25-2356 FAX：25-4428 E-MAIL：miyago-k@city.isesaki.lg.jp
宮郷地区の人口と世帯 26,696 人（男 13,348 人 女 13,348 人）12,840 戸（7 月 1 日現在）



公民館HP⇒



第4回

（第71回宮郷地区納涼祭）

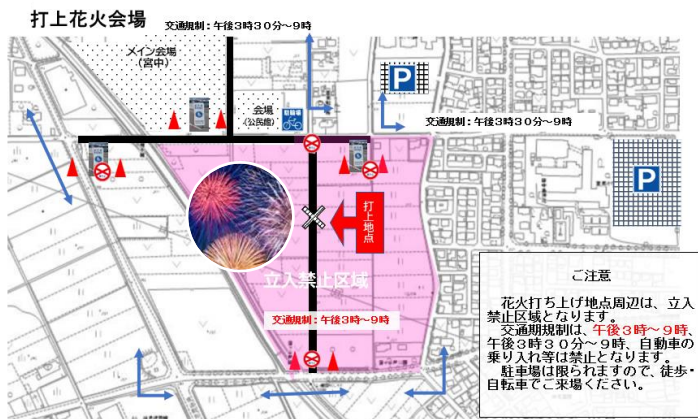
みやさい

8月29日(土) 会場 宮郷中学校校庭及び宮郷公民館

71年の時を越え 最高の夏 今ここに

プログラム

時 分	内 容
16 00	キッチンカー・ワークショップ・オープンクレヨンで地面にお絵かきをしてみよう
17 00	開 会
17 15	伊勢崎和太鼓演奏
17 30	子ども神輿競演(子ども会育成会)
18 00	ブレイクダンス(リオン君と仲間たち)
18 15	宮子町区「東京音頭」
18 25	稲荷町区「よさこい節」
18 35	上之宮町「みんながみんな英雄」
18 45	田中町区「アーシー」
18 55	田中島町「歩いてみたい」
19 05	連取町「宮郷音頭」
19 15	連取元町「みんなそろって伊勢崎市」
19 25	連取本町「赤城音頭」
19 35	総踊り「伊勢崎ばやし」
19 45	みんなでカウントダウン！ 打ち上げ花火
19 55	閉 会



※詳細は、宮郷地区社協通信 8 月 1 日号（回覧）でご確認ください

宮郷地区合同金婚式該当者の調査について

宮郷地区社会福祉協議会では、今年度結婚50周年を迎えられるご夫婦に対し、今年度から宮郷公民館にて宮郷地区合同の金婚式の慶祝式典を行うこととなりました。

次の対象要件を満たすご夫婦の皆さまは、下記の金婚式該当報告書に必要事項を記入のうえ切り取り、8月21日（金）までに宮郷公民館に直接ご提出ください。※期限までに提出されない場合は、該当になりません

《対象要件》

- 1 昭和51年4月から昭和52年3月までの間に結婚されたご夫婦
- 2 昨年度までに結婚50周年を迎えたが、報告されなかったご夫婦

《宮郷地区合同金婚式日時・会場》

11月22日（日） 午後1時30分～ 宮郷公民館 第1・第2研修室



令和8年度金婚式該当者報告書

ご夫婦のお名前	婚姻年月日	住所	電話番号
	昭和 年 月 日		
公民館での合同金婚式に出席	する	しない	

※宮郷公民館で行う合同金婚式の式典に出席するかしないかを○で囲ってください。

健康促進講座 理学療法士とヨガ講師に学ぶ



腸活セルフエクササイズ講座

腸内環境の大切さと疲れた腸を調整・ケアする方法を講義と実技の両面から学びます！

日時 8月26日(水)、9月3日(木)、10日(木)
(全3回) 午前10時～正午

会場 宮郷公民館 和室 **対象** 市内に在住または在勤・在学の人 **定員** 16人(先着順)

内容 第1回 腸活ってなに？
第2回 うんちから知る腸内環境
第3回 体温が1℃上がると健康になる

参加料 無料

持ち物 筆記用具、水分補給の飲み物、
ヨガマット又はバスタオル

申込み 8月14日(金) 午前9時から
専用フォームまたは電話で



IT講習 スマホ写真の整理と編集

写真用アプリでの整理・編集方法に加え、クラウドやその他の手段を使った安全な写真の保存方法など日常で役立つポイントを学習します。

日時 9月10日(木)・11日(金)
17日(木)・18日(金)(全4回)
午前9時～正午

会場 宮郷公民館 小会議室

対象 市内に在住または在勤の人

定員 8人(先着順)

講師 林 佐都子さん

参加料 800円(テキスト代)

持ち物 スマホ(iPhone・Android(充電済のもの))、
パソコン、筆記用具
※パソコンを使用しますが、お持ちでなくても受講可能です。

申込み 8月20日(木) 午前9時から電話で宮郷公民館へ



食生活改善推進員宮郷地区

男性料理教室



簡単に出来る野菜たっぷりメンズクッキング！

日時 9月11日(金) 午前10時～正午

会場 宮郷公民館 調理室

対象 市内に在住または在勤・在学の男性の人

定員 15人(先着順)

メニュー 豚肉の生姜焼き、小松菜ともやしの胡麻和え、
具たくさんけんちん汁、ごはん

参加料 200円

持ち物 エプロン、三角巾、マスク

申込み 8月23日(日) から9月2日(水)
までに、坂野美智子(☎26-0504)へ



人権のまちづくり講演会をオンラインで開催します

配信期間 8月17日(月)午前9時～9月24日(木)
午後6時 ※講演時間は約1時間です。

テーマ 僕の宝物

講師 嵯峨根 望さん(東京パラリンピックシッティングバレーボール日本代表)

参加料 無料 ※通信料は参加者負担

申込方法 下記 URL または QR コードから

申込期間 8月1日(土)午前9時～9月24日(木)午後4時

問い合わせ 人権課(☎27-2730)へ

<https://logoform.jp/form/Gpfu/1605476>



今年も宮郷幼稚園の園児たちが、短冊と、折り紙で作った飾りを竹に飾り付けてくれました。また、公民館を利用する子どもたちも短冊を飾り、公民館の玄関は子供たちの願いでいっぱいになりました。

家庭教育学級 絵本とふれあう！ 親子でぴよんぴよん

新生児期から絵本に親しみながら、図書への興味を育てます。

また、子育ての様子や悩みなどの情報交換、交流の場としてぜひお役立てください。

日時 9月14日(月) 午前10時～11時30分

対象 5ヶ月から3歳くらいまでの子とその親(保護者) **会場** 宮郷公民館 和室

内容 宮郷読み聞かせの会による大型絵本などの読み聞かせ、手遊び、情報交換等 **参加料** 無料

申込み 8月21日(金) 午前9時から専用フォームまたは電話で宮郷公民館へ

※定員に満たない場合は当日受付もできます



講座の申し込み、公民館だよりについてのお問合せについては宮郷公民館(☎25-2356)までご連絡ください