

ストレッチ&筋トレ体操

- 《 日 時 》 2月16日(金)
 午前10時～11時30分
- 《 会 場 》 赤堀公民館 1階 ホール
- 《 内 容 》 年齢を問わず出来る健康体操で、
 楽しく身体を動かします。
- 《 参加費 》 無料
- 《 対 象 》 市内在住の人
- 《 定 員 》 25名(先着順)
- 《 講 師 》 小林 雪絵さん
- 《 持ち物 》 ヨガマットまたはバスタオル、
 飲み物
 ※ 運動のできる服装で参加
- 《 申 込 》 2月6日(火)
 午前9時～
 電話で赤堀公民館へ



初心者スマホ教室

- 《 日 時 》 2月27日(火)
 午前10時～正午
- 《 会 場 》 赤堀公民館 2階 第2研修室
- 《 内 容 》 初心者向けに、電源の入れ方から
 文字の打ち方まで、スマホの使い方を
 楽しく学びます♪
- 《 参加費 》 無料
- 《 対 象 》 市内在住の人
- 《 定 員 》 7名(先着順)
- 《 講 師 》 横堀 しのぶさん
- 《 持ち物 》 ご自身のスマートフォン
- 《 申 込 》 2月13日(火)
 午前9時～
 電話で赤堀公民館へ



キャンドルホルダー作り

- 《 日 時 》 3月4日(月)
 午前10時～午後12時30分
- 《 会 場 》 赤堀公民館 1階 委員会室
- 《 内 容 》 トルコモザイクタイルを使って、
 キャンドルホルダーを作ります。
- 《 参加費 》 3,000円
- 《 対 象 》 市内在住の人
- 《 定 員 》 8名(先着順)
- 《 講 師 》 須藤 裕子さん
- 《 持ち物 》 ウェットティッシュ
- 《 申 込 》 2月19日(月)
 午前9時～
 参加費を添えて、直接赤堀公民館へ



リフレクノロジー教室

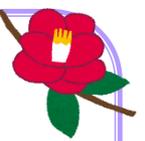
～足裏を刺激して健康維持・
 美容サポート効果～

- 《 日 時 》 3月5日(火)
 午前10時～正午
- 《 会 場 》 赤堀公民館 1階 和室
- 《 内 容 》 健康促進や美容サポートに
 効果がある療法を学びます。
- 《 参加費 》 無料
- 《 対 象 》 市内在住の人
- 《 定 員 》 10名(先着順)
- 《 持ち物 》 ボディークリーム、タオル
 飲み物
 ※ 素足になれる服装で参加
- 《 申 込 》 2月20日(火)
 午前9時～
 電話で赤堀公民館へ





第23期「あかぼり大学塾」受講生募集！！



- 《講座内容》 74講座（邦楽、洋楽、書道、生け花、工芸、手芸、舞踊、体操、着付 他）
- 《講座期間》 1年間（令和6年4月1日 から 令和7年3月31日 まで）
- 《申込期間》 令和6年2月1日（木） から 2月22日（木） まで
- 《受講料》 講座が月1回の場合：年額5,000円
月2回の場合：年額10,000円
（別途テキスト代等必要な講座有り）
- 《対象》 伊勢崎市内に在住または在勤の方
※ 講座詳細や申し込み方法等、
詳しくは全戸配布の「あかぼり大学塾受講生募集」チラシをご覧ください。



公民館1階ロビーに
宣伝コーナーを設置しています。
興味のある方は
ぜひ見に来てください♪

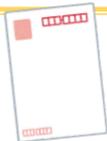
第2回スキー教室／スキーフェスタ コース内を滑り、タイムを計ります！



- 《日時》 2月18日（日）
- 《場所》 群馬みなかみ ほうだいぎスキー場（積雪・天候により変更有）
現在、受付中です！ 申込詳細は系井（Tel：090-6025-8556）まで！



書き損じハガキ・未使用の切手や プリペイドカードを回収中です！（再掲）



世界には、戦争や紛争、貧困、差別、コロナ禍などの様々な原因で学びの場を奪われた人びとがいます。「ユネスコ世界寺子屋運動」は、ハガキや切手などを募金にかえ、こうした国・地域で学びの場を広げていく運動です。現在はアフガニスタン、ネパール、カンボジア、ミャンマーの4か国で、人びとが明日を生きる力を育てています。

うっかり書きそんじてしまったり、余らせたハガキや、使っていない切手、商品券、プリペイドカードなど、ご家庭にタンス遺産が眠っていたら、ぜひお送りください。希望ある世界を築くために、あなたの1枚が力になります。

ご協力をよろしくお願いいたします。



日本ユネスコ協会より ↑ 事務室前の回収BOX（2/16まで設置）

赤堀地区人口・世帯数(前月比) 令和6年1月1日現在
男 12,232人(+16人) 女11,950人(-6人) 合計24,182人(+10人) 世帯数 10,227戸(+3戸)

