



第39回赤堀まつり開催について

本年度の赤堀まつりは、**10月4日(土)**に開催します。
開催にあたいましては、皆様のご理解・ご協力を
よろしく申し上げます。

※暑さ対策のため、8月16日から日程が変更になりました。



やさしいペン字教室

- 《日時》6月19日(木)、26日(木)
午前10時～11時30分
- 《会場》赤堀公民館 2階 第一研修室
- 《内容》字の書き方の癖を改善して、
美しい字を書くための基礎を
学習します
- 《参加費》無料
- 《対象》市内在住の人
- 《定員》12名(先着順)
- 《講師》久保塚 みどりさん
- 《持ち物》ボールペン
- 《申込》6月9日(月)
午前9時～
電話で赤堀公民館へ



プリザーブドフラワー教室

- 《日時》6月23日(月)
午前10時～正午
- 《会場》赤堀公民館 1階 委員会室
- 《内容》幸せを呼ぶ木の実ブツナツツに
プリザーブドフラワーを飾り付けて、
自分オリジナルの作品を作ります
- 《参加費》2,000円
- 《対象》市内在住の人
- 《定員》10名(先着順)
- 《講師》平田 千恵美さん
- 《持ち物》特になし
- 《申込》6月9日(月)
午前9時～
参加費を添えて
直接
赤堀公民館へ



ママたちの美しくなる教室

- 《日時》6月20日(金)、
7月4日(金)、18日(金)
午前10時～11時30分
- 《会場》赤堀公民館 1階 和室
- 《内容》産後のママのためのエクササイズ、
骨盤調整など、美しくなるための
ヨガをおこないます
- 《参加費》無料
- 《対象》市内在住の2か月～1歳以下の
子どもとその親
- 《定員》10組(先着順)
- 《講師》菊池 朱美さん
- 《持ち物》ヨガマットまたはバスタオル、飲み物、
音の出ないおもちゃ
※ 運動のできる服装で参加
- 《申込》6月6日(金)
午前9時～
電話で赤堀公民館へ



手作り文具教室

- 《 日 時 》 6月25日(水)
午前10時～正午
- 《 会 場 》 赤堀公民館 2階 工芸実習室
- 《 内 容 》 和紙を張り付けた文鎮や、
ペン置き等を手作りします
- 《 参加費 》 500円
- 《 対 象 》 市内在住の人
- 《 定 員 》 5名(先着順)
- 《 講 師 》 木原 政枝さん
- 《 持ち物 》 粘土ヘラ・粘土板(持っている人)、
ボンド、ウェットティッシュ
- 《 申 込 》 6月11日(水)
午前9時～
参加費を添えて直接赤堀公民館へ



↑ペン置き



↑文鎮

耳つぼ講座

- 《 日 時 》 6月25日(水)
午後1時30分～3時30分
- 《 会 場 》 赤堀公民館 2階 第一研修室
- 《 内 容 》 耳を揉むと全身の自律神経が整うこと
により、身体が活性化し、ストレスを
軽減することができます。
耳つぼ方法を学び、リフレッシュしま
しょう。最後に、つぼを刺激するピアス
のような専用のシールを張ります
- 《 参加費 》 500円(当日集金)
- 《 対 象 》 市内在住の人
- 《 定 員 》 10名(先着順)
- 《 講 師 》 宮本 香織さん
- 《 持ち物 》 置き鏡
- 《 申 込 》 6月11日(水)
午前9時～
電話で赤堀公民館へ



食生活改善推進員赤堀地区

＊ ＊ パッククッキング ＊ ＊

- 《 日 時 》 6月30日(月)
午前10時～午後1時
- 《 会 場 》 赤堀公民館 2階 調理室
- 《 メニュー 》 鮭ときのこの炊き込みご飯、
切り干し大根の煮物、
プリン
- 《 参加費 》 1人100円
- 《 定 員 》 20名(先着順) ※6月15日×切
- 《 持ち物 》 エプロン、三角巾、マスク、
お手拭き、筆記用具
- 《 申込先 》 田部井 (Tel.090-2304-1124)



伊勢崎市食生活改善推進協議会

脳トレ&ストレッチ教室

- 《 日 時 》 7月1日(火)
午前10時30分～正午
- 《 会 場 》 赤堀公民館 2階 第一研修室
- 《 内 容 》 脳を活性化させるゲームをして
楽しんだ後、ストレッチ体操を
おこないます
- 《 参加費 》 無料
- 《 対 象 》 市内在住の人
- 《 定 員 》 20名(先着順)
- 《 講 師 》 下山 和子さん
- 《 持ち物 》 ヨガマット、飲み物
※運動のできる服装で参加
- 《 申 込 》 6月17日(火)
午前9時～
電話で赤堀公民館へ



赤堀地区人口・世帯数(前月比) 令和7年5月1日現在
男 12,386人(+7人) 女 12,042人(-1人) 合計 24,428人(+6人) 世帯数 10,581戸(+23戸)

カ
ラ
ー
版
は
こ
ち
ら

