



ママヨガ&ベビーヨガマッサージ教室

期 日: 9月3日・10日の木曜日(全2回)

時 間: 午前10時30分~正午

対 象: 市内在住の2ヵ月から8ヵ月以下の子どもと母親

定 員: 10組(先着順)

参加料: 無料

講 師: 北島 庸子さん(ヨガインストラクター)

持ち物: ヨガマットまたはバスタオル

長めのタオル(ストレッチ用)

子どもを寝かせておくためのバスタオル

飲み物

その他: 動きやすい服装でご参加ください

申し込み: 8月6日(木) 午前9時から専用フォームよりお申し込みください

産後の骨盤を調整するヨガで全身を整え、
自立的に健やかな身体作りをします
オイルを使わないベビーヨガマッサージも
します



専用フォーム▲

おもてなし料理教室

期 日: 9月11日の金曜日

時 間: 午前10時~午後1時

対 象: 市内在住の人

定 員: 16人(先着順)

参加料: 1,200円(材料費)

※9月4日(金)までにあずま公民館

までお持ちください。

講 師: 高野 玉枝さん

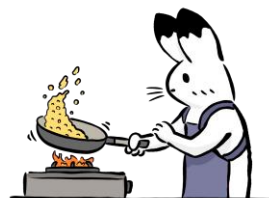
持ち物: エプロン、三角巾、ふきん、筆記用具

申し込み: 8月21日(金) 午前9時から直接または電話で

あずま公民館までお申し込みください

《メニュー》

- ・かぼちゃとミートボールのカレー蒸し
- ・魚のねぎ塩だれがけ
- ・栗ごはん
- ・きのこスープ
- ・シフォンケーキ



おもちゃの病院

「いせさき・あずまおもちゃの病院」のみなさんが
こわれたおもちゃを修理してくれます。
修理代は原則無料(※部品代のみ実費負担)

★開院日: 8月15日(土)〈毎月第3土曜日〉
★時 間: 午前10時~正午
★場 所: あずま公民館 第1会議室

※HPは「いせさき・あずまおもちゃの病院」
で検索できます。
※修理おもちゃは当日会場で受け付けます。
公民館窓口では受け付けておりません。

人権のまちづくり講演会を開催します

人権のまちづくり講演会をオンラインで開催します。配信期間内は、空き時間など、いつでもご視聴いただけますので、是非ご参加ください。

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。
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)
テーマ	僕の宝物
参加料	無料 ※通信料は参加者負担です。
申込方法	下記URLまたは右のQRコードからお申し込みください。 ▶ https://logoform.jp/form/Gpfu/1605476
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(直通)



◀ 専用フォーム

あずま地区食生活改善推進委員会からのお知らせ

おやこの食育教室

期 日	8月20日(木)
時 間	午前10時~正午
会 場	あずま公民館 調理実習室
対 象	市内在住の年長~小学生 までの子どもと保護者
定 員	12組(先着順)
参加料	1人 200円
持ち物	エプロン、三角巾、マスク
申し込み	8月15日(土)までに 板垣あき江さん(☎ 62-5466)まで

《メニュー》

- フルーツポンチ
- キラキラすまし汁
- カップ寿司



あずま地区いきいき講座
参加者募集

期 日	9月17日・10月29日・11月19日・12月24日・令和9年1月21日・2月18日 (原則第3もしくは第4木曜日・全6回)
時 間	午前10時~11時30分
会 場	高齢者生きがいセンター (東小保方町3243-2)
対 象	概ね60歳以上の方
定 員	20名程度(定員になり次第締め切り)
内 容	健康講座・基本のフラダンス、アロマスプレー作りなど、これからをいきいきと過ごすためのバラエティに富んだ講座
参加料	無料
申し込み 問い合わせ	伊勢崎市社会福祉協議会あずま支所 ☎ 20-2666



資源保管庫に出せるものを確認してください！

多くの方に利用いただいている資源保管庫ですが、回収できる資源以外のものが出されている事例が多く見受けられます。それらのものは回収されませんので、もう一度、回収できるものと回収できないものをよく確認していただき、適切な利用をお願いします。



ごみの出し方に迷ったときは、各世帯に配布されている「家庭の資源とごみの分別ガイドブック」をご確認ください。



○ 回収できる資源

- 新聞
- 雑誌
- 段ボール
- 雑がみ
- 衣類
- 廃食用油(植物性油のみ)

× 回収できないもの

- × 布団類
- × 発泡スチロール
- × アルミホイル
- × プラスチック製品
- × スプレー缶
- × 産業廃棄物 等