

境采女公民館だより



2025
6/1号

住所：伊勢崎市境下湊名 2023-1 電話・FAX：0270-76-0013 E-mail：sakaiuneme-k@city.isesaki.lg.jp



スマホカメラ講座



～今よりもっと便利にスマートフォンを活用しませんか～

- 【内 容】 スマホで写真を撮るときのコツや構図、撮影後の写真の簡単な修正、スマホ写真のバックアップ手段について学びます。
- 【日 時】 6月24日（火）午前10時～正午 【会 場】 境采女公民館
- 【定 員】 8人（先着順） 【対 象】 市内在住・在勤の人 【参加料】 無料
- 【持ち物】 参加者様所有のスマートフォン（android、iPhone どちらでも可）、筆記用具
- 【申込み】 6月10日（火）午前9時から電話で境采女公民館へ（TEL：76-0013）



令和7年度采女地区事業推進委員会の行事日程について

☆10月 5日（日）采女地区運動会

☆12月13日（土）采女地区文化祭



熱中症予防シェルターを開設しました



めまい、立ちくらみ、汗が止まらなくなる筋肉痛のような痛みは軽度の熱中症です。気分が悪くなった時の休憩場所として、境采女公民館をご利用ください。無理せず、涼しい場所で体を休め、十分な水分・塩分補給をしましょう。

バッククッキング料理講習会 参加者募集



災害時に役立つ調理法



☆耐熱性のポリ袋に食材を入れて湯せんで火をとおす調理法です。

☆ひとり分で調理ができ、一つのお鍋で複数の料理ができて覚えておくと便利で簡単♪

- ◎日 時 令和7年6月24日（火）午前9時45分～午後1時
- ◎場 所 境公民館 調理室
- ◎参加費 一人100円
- ◎持ち物 エプロン・三角布・筆記用具（調理中はマスク着用）
- ◎メニュー ①鮭ときのこの炊き込みご飯 ②切干大根の煮物 ③プリン
- ◎定 員 20名（先着順）
- ◎申込み 6月15日（日）までに電話で申し込み下さい。
- ◎申込先 小杉（TEL：090-6042-8187）
佐々木（TEL：090-3221-9864）

【主催】伊勢崎市食生活改善推進協議会境地区



「NPO 法人境いきいきアイ」グラウンド・ゴルフ大会

健康増進・地域親睦に是非ご参加下さい。

- 日 時 6月26日（木）集合8時 雨天順延6月30日（月）
 - 場 所 広瀬川緑地第2グラウンド・ゴルフ場
 - 参加料 無料 定員 采女地区 20人
 - 申込み 田中敏嗣まで（TEL：090-9975-3432）
 - × 切 6月14日（土）地区ごとの先着順 男女問わず
- 不明な点は当法人理事 和佐田（TEL：090-4061-0401）



第8回市民絵画展 NPO 法人境いきいきアイ企画展

- 会 期 令和7年7月4日（金）～7月6日（日）
- 時 間 午前10時～午後5時・但し6日は午後3時まで
- 場 所 伊勢崎市境赤レンガ倉庫
- 入 場 無料
- 主 催 NPO 法人 境いきいきアイ
- 後 援 伊勢崎市教育委員会 一般財団法人 さかい・ふるさと創生基金
- 問合せ NPO 法人 境いきいきアイ事務局
尾島（TEL：090-3919-5727）（TEL：74-3844）

