



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

アロマでハンドメイド教室

アロマオイルの使い方と天然100%のアロマの香りで、日常生活を楽しく快適にするアドバイスをします。アロマスプレーと芳香・消臭ビーズを作ります♪

- 【日時】 令和8年6月23日（火） 午後1時30分～3時30分
- 【会場】 境采女公民館 【参加料】 1,000円（2個分）
- 【対象】 市内在住・在勤の人
- 【定員】 20名（先着順）
- 【持ち物】 筆記用具、ハンカチ、飲み物
- 【申込み】 6月9日（火）午前9時から電話で境采女公民館
（TEL：76-0013）



初心者向けピアノ教室

初めての方でも丁寧に指導いたします。簡単な童謡を右手または両手で弾けるようになります♪

- 【日時】 令和8年6月24日（水） 午後1時30分～3時
- 【会場】 境采女公民館 【参加料】 無料
- 【対象】 市内在住・在勤の人
- 【定員】 10名（先着順）
- 【持ち物】 筆記用具、飲み物、キーボード
（キーボードの無い方は2名まで貸出しが出来ます）
- 【申込み】 6月10日（水）午前9時から電話で境采女公民館
（TEL：76-0013）※見学の方もお待ちしております



ベビーマッサージ教室



- 【日時】 令和8年6月25日（木） 午前10時～正午 [専用フォーム▶](#)
- 【会場】 境采女公民館 【参加料】 無料
- 【対象】 生後3ヵ月～10ヵ月の子どもと保護者
- 【定員】 10組（先着順）
- 【持ち物】 普段使用しているボディークリーム、バスタオル、飲み物
- 【申込み】 6月11日（木）午前9時から専用フォーム
または電話で境采女公民館（TEL：76-0013）





令和8年度采女地区事業推進委員会の行事日程について

- ☆10月 4日(日) 采女地区運動会
- ☆12月12日(土) 采女地区文化祭



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

- 期 日 令和8年6月29日(月) 受付 8時30分
雨天順延7月1日(水)
- 場 所 広瀬川緑地第2グラウンド・ゴルフ場
- 参加費 無料 定員 采女地区20人
- 申込み 田中敏嗣まで(Tel: 090-9975-3432)
- 〆切り 6月20日(土) 地区ごとの先着順 男女問わず
不明の点は当法人理事 和佐田まで問合せ下さい
(Tel: 090-4061-0401)



～境史談会通信～



- 日時: 令和8年7月18日(土)
午後2時～4時
- 会場: 境東公民館大ホール
- 演題: 例幣使道伊勢崎市を往く
- 内容: 伊勢崎・境地域の例幣使道を辿り、現存する道標や寺院に残る石造物・仏像等の解説
- 講師: 浅海 崇夫氏
太田歴史の道研究会会長
- 主催: 境史談会
大澤(Tel: 0270-74-0666)



【パ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。
- *ガス、水道、電気などのライフラインが使えなくなった災害時でも役立つ便利な調理法を実施してみましょう。

- ◎日 時 令和8年6月25日(木) 午前9時45分～午後1時
- ◎場 所 境公民館 調理室 ◎定員 20名(先着順)
- ◎参加費 一人100円
- ◎持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具(調理中はマスク着用)
- ◎メニュー ①麦ごはん、②さば缶のトマトカレー(パッククッキング2品)
③お豆とコーンのポテトサラダ④乾パンで簡単ティラミス(通常の調理法2品)
- ◎〆切り 6月14日(日)までに電話で申し込み下さい。
- ◎申込先 岡崎(Tel: 090-1654-5392)
重田(Tel: 080-3393-7668)
- 【主催】伊勢崎市食生活改善推進協議会境地区



令和8年度境采女ラジオ体操会

- 日時: 令和8年7月18日(土)
朝7時30分受付
8時00分～
- *ラジオ体操後、ムーブストレッチやモルックなどを開催します
- 場所: 境采女小学校校庭
(雨天会場: 境采女小体育館)
- 主催: 采女区長会・采女社体推



参加賞の用意もあります!



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。

