



郷谷公民館HP

No.442 公民館だより

さとや9月号

e-mail komin.satoya@city.tatebayashi.gunma.jp

令和5年9月1日号

発行所

館林市郷谷公民館

館林市当郷町218

電話/FAX

0276-72-4075

9月1日は「防災の日」です

これから台風のシーズンとなります。災害はいつどこで起こるか分かりません。郷谷地区は水害時に地区全域が浸水する可能性があります。この機会に防災グッズの準備や点検を行い、家族や近所で防災について話し合い、災害に対する備えをしておきましょう。また、市ハザードブックを郷谷公民館でも配布しております（無料）。

館林市ハザードブックご希望の方は、郷谷公民館事務室にお気軽にお声掛けください。



警戒レベル		新たな避難情報等
5	災害発生又は切迫	きんきゅうあんぜんかくほ 緊急安全確保 ※1
~~~~<警戒レベル4までに必ず避難!>~~~~		
4	災害のおそれ高い	ひなんしじ <b>避難指示</b> ※2
3	災害のおそれあり	こうれいしゃとうひなん <b>高齢者等避難</b> ※3
2	気象状況悪化	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	今後気象状況悪化のおそれ	早期注意情報 (気象庁)

## 「生活習慣予防教室」でメタボを撃退！

生活習慣病は運動不足やバランスの悪い食事などが原因で起こります。この教室では楽しく体を動かす事ができる、今話題の「スローエアロビック」を紹介します。一緒に、“脱・メタボ”と“アンチエイジング”をしましょう！

- ◆日時 9月29日（金）午後2：00～3：30
- ◆会場 保健センター（仲町14-1）
- ◆対象 概ね64歳までの市民（定員20名）
- ◆内容 講話、実技（スローエアロビック）
- ◆講師 健康運動指導士 梶田万里子先生 ◆参加費 無料
- ◆持ち物 ヨガマット、飲み物、汗拭きタオル、運動できる服装
- ◆申込み 問合せ 健康推進課健康づくり係（保健センター内）74-5155



## ☆☆☆第39回郷谷公民館まつり開催☆☆☆

日程 11月4日（土）、5日（日）

※詳細は郷谷公民館だより10月号をご覧ください！！

# サークル活動

## ☆☆☆☆☆スマイル二胡♪第1回発表会☆☆☆☆☆

中国古来の楽器、二胡の発表会をおこないます。二胡は、独特の音色と表現力で様々な演奏が可能な楽器で、音色は聞く人の心を揺さぶります。たくさんの皆様のご来場をお待ちしております。

- 日時：9月30日（土）午後1時開場、1時30分開演
- 場所：郷谷公民館 講堂 ●参加費 無料
- お申込み：郷谷公民館までお電話（72-4075）かメール（komin.satoya@city.tatebayashi.gunma.jp）にて承ります。※お申込者様お名前、人数、連絡先をお伝えください。



# 活動紹介

7/28オープン講座習字教室  
7/29家庭教育学級習字教室



8/8家庭教育学級ポスター教室



8/18家庭教育学級「アサヒ飲料カルピスミュージアム親子見



7/9～8/12「親子陶芸教室」



8/24いきいきわくわく教室  
「賢い消費者になるために」



8/25さとや女性セミナー「食改推による館林の夏野菜教室」



### 今後の予定

- 9月 6日(水)刃物研ぎ(9時～2時受付)
- 7日(木)いきいきわくわく教室
- 9日(土)すくすくサポート隊
- 22日(金)公民館活動推進委員会  
公民館まつり実行委員会



- (9月) 23日(土)すくすくサポート隊
- 24日(日)休館日
- 28日(木)さとや女性セミナー
- 29日(金)三小家庭教育学級
- 30日(土)さとやキッズクラブ  
スマイル二胡第1回発表会