

ラ・レーチェ・リーグ利根沼田
母乳育児の集い
問い合わせ! いいむら **2/25 (月)**
10~12時半
会場: 白沢創作館

※今回を最後にしばらく休会します※
最後にぜひお出かけくださいね!

母乳で育てたいお母さん必読する
NPO法人ラ・レーチェ・リーグ日本
La Leche League Japan

平成30年12月2日(日)第23回ごったくまつり*ボランティアフェスタぬまたが開
催されました。
参加団体の日ごろの活動展示や体験コーナー、子どもによるフリマ、紙芝居
楽器演奏、ダンスなどのステージでにぎわいました。



おはなしポケット
沼田市立図書館
3階おはなしのへや
2:30~3:00

1月5日(土)「とっしんとっしんとっした」
1月19日(土)「おぼけのゆきがっせん」
2月2日(土)「おにたとおふく」
2月16日(土)「だるまちゃんとうさぎちゃん」
3月2日(土)「おひなさまのいえ」
3月16日(土)「おおきくなるっていうことは」

決まっている作品の他にも楽しい
おはなしを用意しておまちしています。
みなさんでお出かけ下さい
沼田市読み聞かせの会

**「太極拳、無料体験教室」
参加者募集!!**
新しい年、新しいこと始めませんか?
*ゆったりとした動きですので、どなたで
も、何歳からでも始められます!
*無理なく、筋力アップ!
*深い腹式呼吸で、リラックス効果あり!

**1月19日(土)・1月23日(水)
2月13日(水)・2月20日(水)
沼田中央公民館・4階・ホール
10時~12時**

40代から80代の皆さんが楽しく、続けています!
沼田太極拳クラブ東風の会
問合せ 事務局 中村 ☎23-4777

大洞流 沼田吟詠会
詩吟・詩舞・剣舞
始めてみませんか
初心者大歓迎です

申込先
沼田市坊新田町1053-5
小林映子 電話23-1614



<発行> **沼田市市民活動センター
ホットステーション「ぬまたん家」**
〒378-0053
沼田市東原新町1801-72
<沼田市保健福祉センター2階>
ホットニュースぬまたん家
【1月・4月・7月・10月・年4回1日発行】
TEL/FAX 0278-22-8444
✉numatanchi@ia5.itkeeper.ne.jp

開所時間 月曜日~金曜日
午前8時30分~午後7時
休所日 土・日曜日・祝日・
年末年始(12月29日~1月3日)

「北毛信濃会」会員募集!
北毛信濃会では、年間を通じ、会員を
募集しています。お仲間に入りませんか。
♪信濃の国は十州に 境連ぬる国にして...
【会員数:39名】
(男性20名女性19名)
【入会資格】
■長野県で生まれ育った人
■長野県に住んだことのある人
■長野県で務めたことのある人
■長野県に親戚や縁のある人
【お問い合わせ先】
・大平孝雄(☎24-2502)
・角田和男(☎23-2735)

NPO 法人あおぞら会
あおぞら会は、こころの病を持つ方
やご家族、そのサポーターの集まりで
す。そんな皆さんの、地域での“居場
所”を目指しています。お気軽にお問
い合せください。

☎工房あおぞら 25-8330
自家菜園で採れた無農薬野菜や季節の
お惣菜、ケーキ等の販売をしています。
☎あおぞら作業所 23-4330
資源回収や自主製品作り等の作業、軽
運動、レクリエーション等しています。

沼田市市民活動センター 情報紙 2019 VOL.36
**ホットニュース
ぬまたん家** **冬号**



平成31年1月1日発行

みんなの発表会



平成30年10月13日(土)午後2時より沼田市保健福祉センターにて、ホットステーションぬ
またん家の利用登録団体による、第12回みんなの発表会を開催しました。シアター・ポランの広場
のみなさんによる合唱劇「ぞうれっしゃがやってきた」の合唱発表と歌とハーモニカクラブのみなさん
による「里の秋」「しゃぼん玉」などハーモニカの演奏にあわせて来場者と合唱し途中曲名当てクイ
ズを交えた発表をしていただきました。「女性の元気応援団」もものわによる乳がんの検診等の啓発
もありました。104名の参加者で楽しい時間を過ごしました。

ぬまたん家は
月曜日から金曜日
午前8時30分から
午後7時まで
ご利用出来ます。
土・日・祝・年末年始は
お休みです。

- 冬号の内容**
- 新年のご挨拶
 - 第12回みんなの発表会を開催しました。
 - なかまのかわら版(登録団体からのお知らせ)
 - 第23回ごったくまつり・ボランティアフェスタぬまたの様子



中にもいろいろ情報ありますよ





目出たづくしの出前致します

八木節 大黒舞 南京玉すだれ
その他いろいろ

上州沼田祝い隊

長門賢二 080 6535 5316

沼田市音楽協会
会員募集中
どなたでも気軽に
加入できます。個人・
団体を問いません。

くわしくは
お問い合わせ下さい。

問合せ先

24-4933 伊藤まで



毎月第2金曜日は
ハーモニカのレッスン日です。
多少ハーモニカが吹ける方
ご参加下さい。
但し夜7:00からです。
上手になります。
ボランティアで地域めぐりをし
て楽しいです。
歌とハーモニカクラブ
上級指導者 倉澤和雄
Tel. 090-4739-2690



平成三十一年元旦

沼田市市民活動センター

ホットステーション「ぬまたん家」

スタッフ一同



新年あけましておめでとうございます。
皆さまにおかれましては、輝かしい新春
を健やかに迎えのこととお慶び申し上げ
ます。
おかげさまで、沼田市市民活動センター
は、皆さまのご支援をいただき九周年を迎
えられました。
本年五月にセンターはテラス沼田六階に
移転し市民活動の核となるべく運営を強化
して参ります。
皆さまにとつて利用しやすいセンターを目
指しスタッフ一同努力を続けて参りますの
で、引き続きよろしくお願いたします。
新しい年が皆さまにとつて笑顔に満ちた
明るい年になりますよう心から祈念し
年頭のごあいさついたします。

お願い会員に登録しませんか?
生後3ヶ月から小学6年生までのお子
さんの保護者で、沼田市在住・在勤の方
であればどなたでも会員になれます。

- ・保育所や学童へのお迎え
- ・保育所の開始前や終了後の預かり
- ・習い事への送迎
- ・急用時の預かり など

ご利用料金(1時間あたり1人につき)

	平日	土・日・祝 年末年始
7:00~19:00	700円	800円
時間外	800円	900円

沼田市ファミリー・サポート・センター
〒378-0061 沼田市岡谷町 1077-2
TEL 22-2447 FAX 24-8553

創立46周年を迎える
沼田市俳句会
子育てや介護など、様々な
理由で俳句をお休みしてい
た方、また新たに俳句を始
めてみたい方、この機会に
是非参加してみませんか!

連絡先

☎ 23-2670 貝瀬



(市民協働によるまちづくり事業)

おもしろ学習塾

(主催: 上原おもしろ学習塾 後援: 上原町区)

* どなたでも参加可能です。
* 1月23日(水)と2月23日(土)
(13:30~15:45) 上原町区民館です。
* 参加費は100円です。

* 詳しくは「上原おもしろ学習塾」
22-3576 (伊藤) まで

『ぞうれっしゃがやってきた』

合唱と語りと劇を加え
大人も子供も一緒に楽しめる
『ぞうれっしゃがやってきた』を平
成29年9月に上演しました。次回
の上演今年6月30日を目指し歌が
好きな人、お芝居をやりたい人、
親子で、兄弟で、夫婦で、お友達と、
おじいちゃんおばあちゃんもお孫さん
とぜひご参加ください。

練習日 1/13(日) 1/27(日) 2/2(土)
2/24(日) 3/10(日) 3/24(日)
出演予定
2/9(土) 公民館まつり 9:50 ころ

お申し込み・お問い合わせ
090-2465-8271 亀山 晶子



健康社交ダンスの会員募集

健康のための社交ダンスを楽しみましょう!

とき: 毎週火曜日(月4回以内)

14時00分~15時00分

ところ: 利根中央病院 組合員ホール

(沼田市沼須町910-1)

対象: 初心者および初級者

会費: 月額1,000円

連絡先: 健康社交ダンス「レインボー」

幹事 大竹 俊夫(090-5782-1548)

(0278-22-3621)



2019年スコレ家庭教育セミナー
1月21日(月)

ほめ上手、しかり上手なママになる
~子どもの心が豊かに育つ~

2月4日(月)

手をかけるところと、見守るところ
3月18日(月)

~年代別~

自立を促す、子どもとの付き合い方

<全日共通>

場所: 渋川市中央公民館(2階・第1学習室)

時間: 10:30~11:45(受付開始10:15より)

受講対象: 子育てのお話を聞きたい方

受講定員: 20名(申込み順/要・予約)

テキスト料: 500円/回

申込み先: 河合 携帯 090-4722-0562

生方 携帯 080-5012-5272

主催: 公益社団法人スコレ家庭教育振興協会
<http://www.schole.org>

沼田・みなかみ・渋川地区実行委員会

川田地区地域資源活用研究会

川田地区にある旧跡や景勝
地の紹介を行っております。



宮塚の薬師堂PR動画公開中!

ホームページやフェイスブックもご覧
ください!!

<https://enjuhime-kawada.jimdo.com/>

川田地区地域資源活用研究会

検索

生ごみを減らしましょう!

家庭から出される燃えるごみの中で、
約3割は「生ごみ」です。

“3キリ”の実践で、生ごみを減らしま
しょう!

【使いキリ】

食材は使う分だけ買う。

【食べキリ】

食べ残しはしない。

【水キリ】

水分を絞る。(完食したよ!)



群馬県環境アドバイザー利根沼田連絡協議会

第37回 利根沼田母親大会

日時: 2019年2月17日(日)

受付: 9:00~

場所: 利根沼田文化会館

内容

午前 分科会 9:30~11:45

午後 全体会 13:00~15:30

①各団体からの訴え・報告

②記念講演

紛争地、被災地に生きる子どもたち
~取材からみえてきたこと~

フォトジャーナリスト 安田菜津紀さん

主催 利根沼田母親連絡会

090-2457-4348 (中島)



「友情列車」ひまわり号を走らせる
利根沼田実行委員会(ひまわりの会)

私たちは障がいの有無に関わらず
「誰でも、いつでも、どこへでも」自由に
社会参加できることを目指しています。
列車を走らせたり、つりぼり、クリスマス
会など一年中を通して活動しています。

スタッフ募集中
どなたでも歓迎します

(問合せ)

TEL090-7800-0961(野村)



今年も
おひさまフリーマーケット
開催します。

3月10日(日) 9:00~12:00
ところ: 利根歯科診療所 駐車場
(雨天中止)

11月10日(日)までの
毎月第2日曜に開催します。

出店者募集中!!

出店料: 無料

主催 川田ひだまりの会

090-6133-7296 岡野



アフガニスタンへ
「愛」のランドセルを送る運動に
ご協力ください。



「ありがとう」
ランドセル」

利根沼田明るい社会づくりの会
沼田市桜町 2044 TEL24-9131