



令和6年度 第2回「みんなのパネル展」を開催します!!

市民活動センター登録団体の活動を紹介するパネル展を下記会場において開催します。

開催期間：令和7年2月1日(土)～2月13日(木)

開催場所：テラス沼田4階 市民ロビーぱるく

◎お近くにお越しの際は是非お立ち寄りください!



(過去開催時の様子)

【沼田市市民活動センター 新・旧運営委員を紹介します】

第7期第4回運営委員会を令和6年11月19日開催し、令和6年度事業経過報告ならびに令和7年度事業計画等について、協議のうえ確認いただきました。退任された第7期委員の皆様を紹介いたします。任期2年間ご尽力いただきありがとうございました。

《退任委員》・尾身 恵子・倉澤 和雄・佐山 秀子 (敬称略)

第8期委員の皆様を紹介いたします。2年間よろしくお願いたします。

《新任委員》・川端 富夫・角田 和男・池田 永遠美 (敬称略)

《再任委員》・田村 博史・真下 真帆・田島 護 ・角田 浩 ・見城 厚男・田村 恵子・角田 実 (敬称略)



寒中お見舞い申し上げます

市民活動センターでは、「ちょこっと体験教室」「みんなのパネル展」「市民活動実践講座」等の開催を計画する予定です。開催にあたっては、ホットニュース「ぬまたん家」・広報ぬまた・回覧・ホットメールぬまた・ホームページ等でご案内いたします。みなさまのご参加をお待ちいたします。



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

～活動を見て欲しい・知らせたい～

【見学参加者募集しているみなさん】

活動紹介や会員募集のために見学会開催をお考えの登録団体のみなさん! 情報をご提供いただければ「ぬまたん家」で紹介いたします。お気軽にお声かけください。



【沼田市公式LINEのご案内】

沼田市公式LINEメニュー「回覧板」のアイコンをタップするだけで、ホームページに掲載されている回覧文書へ簡単にアクセスできます。



沼田市公式LINE登録はこちら↑

【公共施設空き状況確認サービス】

コミュニティテラスおよび各地区コミュニティセンターの空き状況を確認できます。右の二次元コードまたは下記URLからアクセスしご覧ください。



<https://numata-city.revn.jp>

【助成金情報のご案内】

『ホットステーションぬまたん家』では助成活動や助成金を交付する団体の情報を掲載しています。詳しくはホームページをご覧ください。



ぬまたん家
助成金情報

★情報紙「ホットニュースぬまたん家」配布場所のお知らせ★

市内回覧・ホームページ掲載・市民活動センター(コミュニティテラス)掲示・配布のほか、下記「市内配布場所」にて配架しています。皆様の活動の一助となるよう、より魅力ある情報紙としてまいりますので、引き続きご利用ください。

市内配布場所

- 沼田市市民活動センター
- 各地区コミュニティセンター
- 白沢健康福祉センター
- 利根保健福祉センター
- ふれあい福祉センター
- 沼田市立図書館
- 望郷の湯
- しゃくなげの湯
- ごったく広場
- 利根沼田文化会館
- 利根沼田振興局
- 沼田市社会福祉協議会(沼田市保健福祉センター内)・白沢支所・利根支所



ホットニュース掲載情報

<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」

- ・ 所在 〒378-8501 沼田市下之町888番地<テラス沼田6階>
- ・ 開所時間 月曜日～土曜日 9:00～19:00
- ・ 休所日 日曜日、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)
- ・ TEL 0278-22-8444
- ・ FAX 0278-25-3028
- ・ E-mail numatanchi@ia5.itkeeper.ne.jp



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」
ホームページ掲載情報

沼田市市民活動拠点 コミュニティテラス

- 【開館時間】9:00～21:00
- 【休館日】年末年始(12/29～1/3)(その他臨時休館あり)
- 【電話】0278-25-3038
- <会議室・音楽スタジオ>
日曜日・祝日は使用日の5日前までの申請が必要です

ホットニュース 冬号

2025

ぬまたん家

令和7年1月15日発行

第14回 ちょこっと体験教室を開催します

こころとカラダを整える

太極拳を体験してみませんか

初心者向け
参加無料

2/22(土)

午後1時30分
～3時30分

テラス沼田6階 コミュニティテラス



☆ 2月1日から受け付けを開始します ☆

詳しい内容は、広報ぬまた2月号、ホームページ、
ホットメールぬまた等においてお知らせします。

第16回市民活動実践講座『やさしい著作権のおはなし』を開催しました

令和6年11月30日(土)午後2時から、テラス沼田6階コミュニティテラス会議室601において、北毛法律事務所 弁護士 眞庭裕一郎さんを講師にお招きし、団体活動におけるポスター・チラシ制作に密接に関わる法律講座を開催しました。講義では、著作権をはじめ、商標権・肖像権・パブリシティ権・プライバシー権などの知的財産権や新しい人権についてご説明いただいた後、実際にポスター・チラシを制作する際の留意点について、具体的な事例を挙げ丁寧に解説していただきました。参加者からは、「ポスター・チラシ制作時に気をつけるポイントを理解できた」「ポスターやチラシを作るので、ためになりました」といった感想が寄せられました。(参加者19名)



ぬまたん家登録情報

登録団体数
191団体

令和6年12月31日現在

◆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」◆

市民のみなさんが行うボランティア活動や地域活動など様々な市民活動のお手伝いと、団体間の交流や情報発信を行うための施設です。お気軽にご利用ください!!





2024年度冬季節電要請なし

経済産業省は、今冬は電力安定供給に最低限必要な予備率3%を確保できるとし、節電要請は実施しません。

電力消費量が多くなるこの季節、無理のない範囲で、節電に取り組みましょう。

照明のスイッチをこまめに切っておく

冷蔵庫は食材を詰め込みすぎない

エアコンの設定は室温 20℃を目安とする

参考：資源エネルギー庁ウェブサイト https://www.enecho.meti.go.jp/

群馬県地球温暖化防止活動推進員 利根沼田地域連絡会

沼田ウクレレ会



2/1 生涯学習発表会出演予定

練習日・練習会場(予定) ・毎月第2第4水曜日 ・15時30分から17時00分 ・テラス沼田6階 音楽スタジオ

問い合わせ先 伊藤 重雄 ☎24-4933

クレッシェンド

40周年記念コンサート

2025年3月9日(日)

開場:13:00 開演:14:00

利根沼田文化会館大ホール

入場料:1,000円

たくさんの親しみやすい曲をご用意してご来場をお待ちしております。どうぞよろしく お願いいたします。

連絡先 090-7813-5914 川田 090-4592-1920 戸部



沼田書道協会

沼田書道協会は、利根沼田在住在勤の書道愛好家で組織され、書道の普及と郷土の文化振興を目的としております。



会員募集中

書道を愛する方 初心者から上級者まで大歓迎 問い合わせ先 小池 龍實 ☎23-4105

ポールウォーキングサークル

沼田ハッピーポール

ポールウォーキングは2本の専用ポールを使って歩きます。安全にウォーキングできるだけでなく、足腰の負担を軽減し、運動効果もUPします。



- 活動日 毎週水曜日 午前中
集合場所 テラス沼田6階
参加費 500円(保険含)
年齢性別問わずどなたでもご参加いただけます
ストレッチや筋トレ、脳トレも取り入れて楽しく健康作りをしています <参加者随時募集中!>

一般社団法人群馬県ポールウォーキング協会 運営:群馬ヤクルト販売株式会社 0800-700-8960 (平日9:00~17:00)

生ごみを減らそう!

食品ロス削減に取り組みましょう!

家庭から出る「生ごみ」は、主に食べ切れずに廃棄されたもの(食べ残し)、手つかずのまま廃棄されたもの(直接廃棄)、厚くむき過ぎた野菜の皮など(過剰除去)です。



消費者庁食品ロス削減推進サポーター 群馬県環境アドバイザー利根沼田連絡協議会

古文書を読み合う会

生涯学習発表会参加

[令和7年1月31日~2月2日開催] 「堀江家日記一部」を冊子にして展示します。ご来場お待ちしております。

会員募集中

一緒に古文書を読んでみませんか! ・月2回 月曜日13:30~15:30 ・コミュニティテラス会議室(予定)

連絡先 石井 久美 090-3067-0099 小林 由香里 090-5806-9551

おはなしポケット

“こどもたちと絵本”がであう場所 素敵なおはなしのせかいへお出かけください

場所:沼田市立図書館 4階 和室 日時:午前10時30分~11時

- 2/1(土) かみしばい 「おにとおひやくしょうさん」
2/15(土) えほん 「どこへいったの?いちごちゃん」
3/1(土) かみしばい 「じゅんぴはいかな?ひなまつり」
3/15(土) えほん 「いろはにほへと」

沼田読み聞かせの会

シブヤン ボランの広場

『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』に取り組んでいます。歌が好きな人、お芝居をやってみたい人、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。

練習日程 1/19(日)・2/2(日)・2/16(日) 3/2(日)・3/16(日) 4/6(日)・4/20(日) 時間:午前10:00~12:00 会場:テラス沼田6階音楽スタジオまたは旧日本基督教団沼田教会記念会堂

秋桜



沼田市音楽協会所属で 発足35年のJポップバンドです 各種イベント 参加予定♪ バンド演奏 経験者 募集中!

筋トレさくら教室

筋トレ仲間募集しています! 人の筋肉は使わないと衰えるばかりです。月2回のトレーニングで筋力を高めましょう!

日時 毎月第一第三月曜日 10:00~11:30 場所 介護老人保健施設とねくさくらホール 指導 うすねニュースポーツクラブより指導員を派遣 問い合わせ先:倉澤 和雄 TEL 0278-23-0719 携帯 090-4739-2690

NPO法人 結いの家

「結いの家」は家族の力を信じながら家族を支援する団体です。悩み事ありませんか? あなたやご家族での悩み事などで、相談先などで悩まれておりましたら、一度「結いの家」に電話してみませんか? あなたと一緒に考えながら良い解決策を探していきます。お気軽に電話を。秘密厳守 ※連絡先 0278-22-2035 尾崎まで)

その他事業 *無料学習塾 毎週土14時半~、土・月の18時半~ 場所:保健福祉センター3階 *MOTTAINAI プロジェクト事業 毎月2日曜日 10時から 場所:テラス沼田1階または4階 *制限リユース(アミ美容室にて販売) ※連絡先 0278-22-2035 尾崎

利根沼田川柳愛好会



生活や社会、時代に絡めて「人間」を詠むのが川柳 ストレスや悲哀を感じたら「クスリ」「チクリ」と自由に五七五で笑いとばしましょう!

お問い合わせ:大竹 満 ☎0278-24-5615 ■080-1061-1398

NPO法人沼田未来の会

味噌作り体験者募集(初心者歓迎) 無添加、地元産、自然のこだわり味噌 料金:9,500円(約9Kgの味噌) 場所:くわのみハウス(石墨町800) 開催:2月15日~3月2日の土日 =体験者に大変好評です=

申し込み QRコード 問合せ先:090-5417-0344 桜井

書道研究 石墨盒



美しい字を書きたいと思っている人 名前を上手に書きたいと思っている人 上達の「コツ」を教えます! 初心者から上級者まで大歓迎 日時:月曜日午前中(月2回) 場所:沼田市保健福祉センター(予定) 問い合わせ先 小池 龍實 ☎23-4105

女声合唱団 野ばら会



☆プロの音楽家・ピアニストによる丁寧な指導で、初めての方でも安心してレッスンができる女声コーラスグループです。練習日時:土曜日13:30~15:30(基本月3回) 練習場所:旧日本基督教団沼田教会記念会堂他 主な活動:歌の森コンサート・市民音楽祭・おかあさんコーラス大会 5年に一度の定期演奏会他 ☆私たちと一緒に歌ってみませんか! 見学もお待ちしています。 お問い合わせ 小野 090-9010-8051

絵手紙会員募集

絵手紙は絵と言葉と文字の合わせた手づくりの手紙です。楽しく書いて、人を喜ばせたい勇気付けたいです。 一度手がきの良さを実験してみたい、手紙は男女共通です。 日本絵手紙協会 公認 絵手紙講師 TEL 0278-23-0343

「おはよう~太極拳」へのお誘い

沼田公園御殿桜前広場で、毎週火曜日午前10時から太極拳等を楽しんでいます。初心者歓迎!どなたでもお気軽に見学・体験にお出かけください。 利根沼田太極拳協会 津久井 友月太極拳クラブ・ルピナス・東風の会の皆さん ◇呼吸法・カンフー体操・太極拳(扇、剣)の意識や動作を通じ、護身術としなやかな身体づくりを目指して、市民体育館などで練習しています。 問い合わせ先:沼田太極拳愛好会 高桑 0278-23-7108