



## 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開催します。

開催日時：令和3年2月19日(金)～2月26日(金)

午前8時30～午後5時15分まで

開催場所：テラス沼田4階 市民ロビー ぱるく  
(南エレベーター4階前)

各団体が、会員募集や活動の内容などを紹介するパネルを作成しました。どなたでも、観覧できます。自分に合う活動を探してみたいかでしょうか？

※前回は、テラス6階コミュニティテラスロビーにおいて、令和2年10月19日～31日まで開催しました。40団体掲示初めての試みでパネルの一部を探すクイズも取り入れ、親子づれの観覧者も多くみられました。



パネル展開催の様子(コミュニティテラスロビー)

## NPO法人 結いの家 MOTTAINAIプロジェクト

食品ロス をひとり親家庭の  
みなさんに配布します!!



NPO法人 結いの家は  
新しい食品循環ネットワークに参加し  
いつもがんばっているひとり親家庭のみな  
さんに食料品等を配布します。

毎月 第2日曜日  
午前10:00～なくなり次第終了  
場所 中町 桑原毛糸店  
(中町 利根信金の横)

問い合わせ 結いの家  
0278-22-2035 尾崎

コロナの世の中が早く去り、  
ハーモニカの時が来る日を待  
ちわびています。一人暮らし、  
施設のみなさんに、ハー  
モニカの音色をお届けできる  
日が楽しみです。ハーモニカ  
人生50年のキャリアを生か  
す日が待ち遠しいです。  
歌とハーモニカクラブ  
☎ 0278-23-0719  
携帯 090-4739-2690

倉沢和雄

## 宅配便を1回で、受け取りましょう

宅配便が再配達される割合は、

全体のおよそ2割



再配達のトラックから排出される二  
酸化炭素(CO2)は、

年間およそ  
42万トン

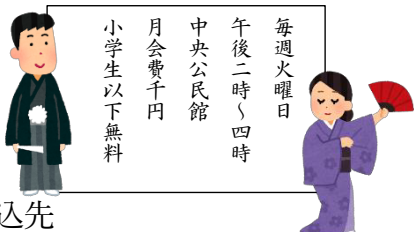


宅配便再配達を減らすことにより、  
地球温暖化防止や、宅配事業者の  
人手不足、長時間労働の解消につな  
がります。

群馬県環境アドバイザー利根沼田連絡協議会

## 大洞流沼田吟詠会 会員募集

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

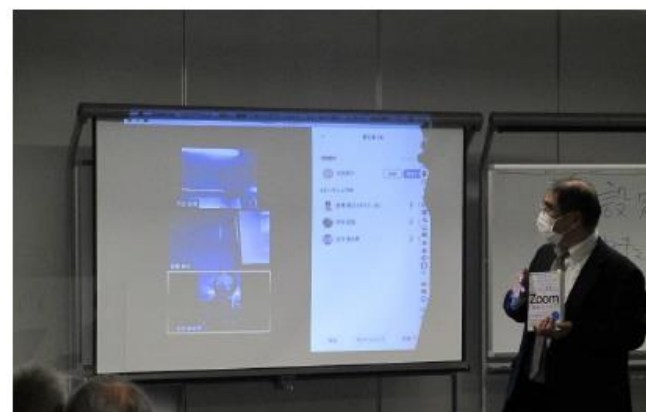
沼田市坊新田町1053-5

小林映子 電話23-1614

# ホットニュース ぬまたん家 冬号

令和3年1月15日発行

## 第13回市民活動実践講座 オンラインでつながる「Web活用セミナー」 ～コロナ禍でも、活動の歩みを進めるために～



令和2年11月14日(土)テラス沼田4階防災会議室において、講師にセブン・シー・コンサルティング代表の板橋義也さんを招き、PC・スマホ・タブレットを使ってICT(情報通信技術)の活用実践セミナーを開催しました。  
ビデオコミュニケーションツールZOOMを中心に、ZOOMのインストールからプレ会議を実際に体験して学びました。参加者は、持参した端末を使い真剣に取り組んでいました。

## 冬号の内容

- 表紙 市民活動実践講座を開催しました。
- みんなのパネル展を開催します。
- なかまのかわら版(登録団体からのお知らせ)

★新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、各団体からのお知らせについて、変更等がある場合がありますので、ご理解の程よろしくお願ひ致します。イベント等の日程は、各団体へお問い合わせください。



<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」

〒378-8501

沼田市下之町888番地

<テラス沼田6階>

TEL 0278-22-8444

FAX 0278-25-3028

E-mail

numatanchi@ia5.itkeeper.ne.jp

土曜日にも開所しています。

ご利用ください。







俳句の  
**は** 発見  
**か** 観察  
**せ** 説明を省く

一句作ってみませんか!!

沼田市俳句会

連絡先 23-2670(貝瀬)まで

**健康社交ダンスの会員募集**  
経験者歓迎...

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  
対象:初心者..等  
会費:月額1,000円  
ところ:利根中央病院 組合員ホール  
(沼田市沼須町910-1)  
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)

**沼田市音楽協会**  
会員募集中

個人、団体を問わず加入できます。

問い合わせ先 伊藤重雄  
☎24-4933

寒中お見舞い申し上げます。

今年も、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策を講じながら、各種講座、ちょこっと体験教室、みんなの発表会、みんなのパネル展等の開催を予定しています。開催案内は、ホットニュース「ぬまたん家」、広報ぬまた、ホームページ、回覧等でご案内いたします。みなさまのご参加をお待ち致しております。

新型コロナウイルス感染症の終息を願うとともにみなさまのご健康とご多幸をお祈り申し上げます。

今年もよろしく願いいたします。

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

tone.mama

母乳育児サークル  
おしゃべり会

楽しいことも、ツライことも。ママが話せる居場所です。

母乳だけの人も、Milk×インの人も。卒乳した人も。ご参加お待ちしております。

女声合唱団 **野ばら会** です  
“会員大募集中”

長引くコロナ禍の中で非日常時間が続き、心身共に疲れのピークが到達間近では?心のビタミン剤でもある歌と一緒に楽しみませんか?  
きっと!心が軽くなる事、間違いありません。ご連絡、お待ちしております。

練習日時...毎週土曜日 午後2時~4時  
練習場所...中央公民館3階 第一講義室  
お問い合わせ(中村)23-4534 (高橋)24-4459

スコーレ家庭教育セミナー  
2月4日(木)  
『子どもの自己肯定感を育てよう』

会場:沼田市中央公民館(2階・講義室)  
沼田市沼川 908 番地 21  
講師:公益社団法人スコーレ家庭教育振興協会 首都圏講師 渡辺 京子  
時間:10:00~11:30(受付開始9:40より)  
受講対象:子育てのお話を聞きたい方  
受講定員:15名(申込み順/要・予約)  
テキスト料:500円  
申込み先:妹尾 携帯 090-7259-3056

今後の新型コロナウイルスの感染状況により、オンラインでの開催となる場合がございます。その際には、お申込みされた方に、こちらからご連絡いたします。

主催:公益社団法人スコー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

NPO 法人 **沼田未来の会**

●主な活動:薄根地域の棚田の保全と地域の活性化に取り組んでいます。

【1月~4月の活動(募集)予定】  
・味噌作り:2月27、28日 先着10名、費用:材料費他  
・棚田オーナー募集中、子供さんに米作り体験を! イベント有  
費用:1aで年間30,000円  
問合せ先:090-5417-0344 桜井

人形浄瑠璃  
沼須人形芝居あけぼの座  
人形・義太夫節・三味線教室  
メンバー募集中!

コロナ禍だからこそしっかり传承します

自ら地域を見つめ直して地域の伝承文化を発見しよう!

対象:学生(稽古日等応相談) 参加無料  
【問合せ先】座長 金井竹徳  
TEL/FAX:0278-24-2745  
沼田市沼須町111番地4 薪水署窓庵  
先ずはお気軽にご連絡ください。

民謡踊りを習いませんか

日本民謡を皆さんと踊ってみませんか  
炭坑節、沼田音頭、全国の民謡です。美容と健康、脳トレの特効薬です。友達作りの最適サークルです。発表の場所がたくさんあります。屋の練習会 13:30~中央公民館  
夜の練習会 19:00~中央公民館  
コロナ対策、安全を最優先で実施  
見学に来てみませんか?いつでも可  
沼田市フォークダンス協会民謡部  
担当係員 深津 TEL 24-8425

**温暖化防止 家庭からも**

家庭での節電、省エネは二酸化炭素(CO2)などの温室効果ガスの削減につながります。暮らしの中で、一人ひとりの取組が、温暖化防止につながります。

例えば、  
カーテンを開ける  
LED電球に取り替える  
お風呂は続けて入る  
暖かいインナーウェアを着る

利根沼田地区群馬県地球温暖化防止活動推進員

**ワンコイン囲碁クラブ**

コロナ禍中、マスクの着用、手洗いの励行、部屋の換気等に気を付け、人生を元気に生きて行きましょう。

毎週木練習会(13:00~17:00)  
場所 ふれあい福祉センター(沼田市白岩町)  
例会 毎月第4日曜日  
会費500円 賞品あり・おにぎり付き  
その他入館料  
お問い合わせ  
☎0278-24-1287 門田まで

文化庁公認事業 十七年の実績 代表 岡嶋稜子

**日本舞踊子ども教室**

美しい踊りを中心に、伝統的な所作や着付け、礼儀作法を指導します。

松浦あきの Tomino, bandoo@gmail.com 090-9000-7857

活動紹介

**沼田太極拳クラブ 東風の会**

太極拳は「いつでもどこでもだれでもできる」全身運動です。筋力向上、持久力向上、柔軟性向上と一緒にやってみませんか?

太極拳	10時~12時
	1/20, 27
	2/3, 11, 15, 24
	3/3, 9, 17, 23
剣	13時30分~15時30分
	2/10 3/3
扇	13時30分~15時30分
	1/20 2/17 3/17

沼田市中央公民館4階ホールで練習しています!見学、体験、大歓迎です  
事務局 0278-23-4777 (中村)

『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。歌が好きの人、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: 1/24(日)・2/7(日)  
2/23(祝)・3/7(日) 3/21(日)

♪3/7と3/21は、全曲を歌います。フルート独奏・ピアノ独奏も予定しています。

お問い合わせ 090-2465-8271 亀山 晶子

**沼田ウクレレ会**

会員募集中  
初心者歓迎  
毎月第2第4水曜日  
15:30~  
問い合わせ先 伊藤重雄  
☎24-4933