相生公民館だより

２０２６年（令和８年）１０月号
発行　桐生市立相生公民館
住所　桐生市相生町2丁目620番地の14
電話　０２７７-５３-９４９４
ﾌｧｸｼﾐﾘ　０２７７-５３-５７００

相生公民館サークル協議会文化展

囲碁大会
10/4(日)
時間：午前9時～午後3時
会場：相生公民館　和室

芸能発表会
10/11(日)
時間：午前9時～午後3時
会場：相生公民館　講堂

作品展示会
10/10(土) 時間：午前9時～午後5時
10/11(日) 時間：午前9時～午後3時
会場：相生公民館　１階　和室、ロビー



喫茶・食事コーナー
10/11(日)
・コーヒー・・・・・・・・午前10時～午後2時
・カレーライス
・天ぷらうどん
・みやま園のパン販売
　午前11時～午後2時

相生公民館で活動している各サークルの日頃の成果をぜひご覧ください。皆様のご来館をお待ちしております。

相生公民館サークル協議会　　会長　山本 徳一

今月の相生高齢者学級

10月　1日(木) 桐生市出前講座
　　エンディングノート「わたしのきぼう」
10月22日(木) 高齢者の交通安全教室
10月29日(木) 社会見学
　　茨城・那珂湊の海鮮とほしいも神社

今月の相生せせらぎ学級

10月28日(水) プロから学ぶメイクの基本
　対象者：せせらぎ学級生
　持ち物：筆記用具（化粧品は不要です。）
※講師が用意した化粧品でメイクします。
※敏感肌の方は、事前にご相談ください。

第46回　なつかしの映画鑑賞会

なつかしい時代の映画(邦画・洋画)を上映します。

【日時及び上映映画】



①10月17日(土)　13:30～
『**ローマの休日**』1953年（昭和28年）
　監督：ウィリアム・ワイラー
　出演：オードリー・ヘプバーン、グレゴリー・ペック、
　　エディ・アルバート、他

②10月22日(木)　13:30～
『**小原庄助さん**』1949年（昭和24年）
　監督：清水宏
　出演：大河内傳次郎、風見章子、宮川玲子、清川虹子、
　　飯田蝶子、田中春男、他

③10月30日(金)　13:30～
『**カサブランカ**』1942年（昭和17年）
　監督：マイケル・カーティス
　出演：ハンフリー・ボガート、イングリット・バーグマン、
　　ポール・ヘンリード、他

【会　場】桐生市立中央公民館　市民ホール
【対　象】どなたでも　各回250人
【入場料】無料
※事前の申し込みは要りません。当日直接会場へお越しください。
【問合せ】桐生市立中央公民館（電話 47-4343）

第15区体協　令和8年度秋季歩こう会　参加者募集
『大間々街並散策と紅葉の高津戸峡、ながめ公園』



【日　時】11月14日(土) 午前8時45分集合（時間厳守）
　※小雨決行　<予備日:11月15日(日)>
【集合場所】相老駅前広場
【持ち物】・交通費：480円（相老－大間々駅間 往復）
　・雨具、帽子、飲み物（ﾍﾟｯﾄﾎﾞﾄﾙ500ml、１本は体協で配付）
　・弁当、保険証、その他必要なもの
　※ マスクは体調なども考え、適宜ご判断ください。
【行　程】(醤油蔵の見学時間により、立ち寄り先等が変動する場合があります)
相老駅 9:05発～大間々駅 9:12着～(街並散策)～長澤薬師 八坂神社～醤油蔵見学～光栄寺(柿薬師)～神明宮～はねたき道了尊～高津戸峡(紅葉)～ながめ公園(昼食) 菊花展～大間々駅 13:30発～相老駅 13:37着
【申込み】
10月30日(金)までに、下記申込書に記入し相生公民館へお願いします。
※ 当日、車でおいでの方は相老駅駐車場を利用すると¥500/日です。相生公民館に駐車する場合は無料です。申込書に車種とナンバーを記載し、届け出てください。



【問合せ】第15区体協　会長　辰野 和義
TEL: 080-5415-6488　FAX: 0277-52-8194

キ　リ　ト　リ

令和8年度　秋季歩こう会申込書

氏　名	住　所	電話番号	年齢	特記事項など

【車種】＿＿＿＿＿＿＿＿　【ナンバー】＿＿＿＿＿＿＿＿
担当：体協副会長　小西　真（TEL:0277-32-3935、090-9683-6652）

≪結核・肺がん集団検診（40歳以上・申込不要）≫
～「がん検診等受診券シール」を持ってお越しください～



【日　時】１０月１４日(水)　午前９時～１１時３０分
【場　所】相生公民館
【内　容】問診、胸部エックス線撮影
【負担金】500円(65歳以上無料)
【問合せ】健康地域医療課成人保健係　TEL:44-8247

公民館休館日・・・１０月１２日(月) スポーツの日　祝日

新着図書 相生公民館図書室

《一般》

■皇居を愉しむ　■糖尿病　■大切な人が緑内障になったときに最初に読む本
■免許返納を 10 年延ばす 70 歳からの運転学
■ノラ猫しろの町めぐり
■県警の番人／天祢涼 著
■決裂／堂場瞬一 著
■手配する女／山口恵以子 著



《児童》

■にゃんこ大戦争でまなぶ！星空と宇宙のヒミツ

みんなで きてね！ 第 29 回 ふれあい子ども祭り"元気 2026"



遊 ★輪投げ　★型抜き　★きなこあめ作り　★射的
★ビンゴゲーム　★バルーンアート

10 月 25 日(日)
時間:午前 10 時～午後 1 時まで
会場:相生公民館



食 ★カレー　★焼きそば　★からあげ　★クレープ
★フランクフルト　★フライドポテト　★わたあめ
★焼きまんじゅう　★クッキー　★ジュース



演 ★相生幼稚園リズム表現　★太子保育園マーチング
★相生中吹奏楽部　★清桜高校和太鼓部　★桐生マジック

引換券 1つづり 500円（当日販売）

※駐車場は、相生中学校、笹川事務所、新光鍍金の駐車場をご利用ください

主催：ふれあい子ども祭り“元気 2026”実行委員会

絹撚記念館
第11回「伝統ある街・桐生」絵画コンクール 作品展開催のお知らせ

市内の小中学生が描いた桐生の風景や建物などの作品を展示します。ぜひ、ご覧ください。

【期間】10 月 24 日(土)～11 月 23 日(月・祝)
午前 9 時～午後 5 時
【場所】桐生市近代化遺産　絹撚記念館　2 階展示室
ＪＲ桐生駅南口より徒歩 5 分
【入館料】高校生以上：１５０円、小・中学生：５０円
(※10/28、11/1･3･5･6･7 は入館無料)
【休館日】月曜日(祝日は開館)、11/4(水)
【問合せ】絹撚記念館　℡：0277-44-2399
【担当課】日本遺産活用室



廃食用油の回収日



【日　時】10 月 7 日(水)・11 月 4 日(水)
午前 9 時～正午
【回収場所】相生公民館正面入り口脇

※ ペットボトルに入れ、しっかりフタをしてお持ちください

10 月 25 日(日)は 秋の市民一斉清掃です

集めたごみは、午前８時３０分から順次収集しますので、各地区のごみステーションへ出してください。雨天でも収集いたします。
乾電池、小型充電式電池、コイン電池及びボタン電池並びに使用済みライターの収集も行いますので、別々の袋に入れて出してください。
【問合せ】清掃センター清掃担当（TEL：74-1014）

◇◆◇ 美喜仁桐生文化会館からのご案内 ◇◆◇

①るうふ倶楽部名画鑑賞　～小津安二郎の世界～
【日時】10 月 11 日(日)　10 時開場
10：30～「東京物語」、13：30～「秋刀魚の味」
【場所】美喜仁桐生文化会館　シルクホール
【入場料】全席自由 1,000 円 ※チケット 1 枚で 1 人 2 作品ご覧になれます

②アトリウムコンサート　« 観覧無料、予約不要です »
「Trush Music Academy Presents 二器を乗せる船の神話」
【日時】10 月 28 日(水)　12：00～13：00
【出演】野間裕美子(ﾋﾟｱﾉ)、ディミトリー・トルーシュ(ｳﾞｧｲｵﾘﾝ)
【曲目】『四季』より秋：ヴィヴァルディ
アヴェ・マリア：カッチーニ
シンドラーのリスト：ジョン・ウィリアムズ　ほか
【場所】美喜仁桐生文化会館　1 階アトリウム(玄関ロビー)

※問合せ　美喜仁桐生文化会館　☎22-9999

スポーツ情報

お問い合わせ：あいおいスポーツクラブ事務局（担当: 吉田）
電話/FAX　0277−53−3626　※留守番電話に入れる際はお名前･お電話番号をお願いします。

秋の運動を楽しみましょう！ 10 月になり、朝夕の涼しさに秋を感じる季節になりました。暑さが落ち着き、体を動かすにはぴったりの季節です。秋は「スポーツの秋」といわれます。激しい運動だけではなく、ゆっくり体を動かしたり、姿勢を整えたりすることも大切な健康づくりです。自分の体調や体力に合わせて、無理なく楽しく体を動かしましょう！そして運動の後は、仲間との会話も楽しみながら、心も体もリフレッシュ！

＊＊＊あいスポでは こんな運動をしています！（体操編）＊＊＊

太　極　拳・・・ゆったりとした動きと呼吸を意識しながら、全身を動かします。バランス感覚や体の使い方を身につけるのにもおすすめです。
健 康 体 操・・・音楽などに合わせて、楽しく体を動かします。筋力や柔軟性の維持を目指し、毎日の健康づくりにつなげましょう。
ピラティス・・・呼吸を意識しながら体幹を使い、姿勢や体の動きを整えていきます。無理なく自分のペースで取り組むことが大切です。
ロコモ体操・・・「立つ」「歩く」など、日常生活に必要な体の動きを支えるための体操です。いつまでも元気に歩ける体づくりを目指しましょう。

10 月の健康ワンポイント
「動く・食べる・休む」のバランスを大切に！
秋は過ごしやすくなり、活動量も増えてきます。
○ 少しでも体を動かす
○ バランスのよい食事をとる
○ 十分な睡眠・休養をとる
この３つを意識して、夏の疲れをリセットし、元気な体をつくりましょう。

10月の健康スローガン：無理なく動いて伸ばそう健康寿命