

# 館腰公民館だより

ホームページ: [館腰公民館](#)で検索

【令和5年6月1日号 No.430】

編集発行: 館腰公民館 名取市植松三丁目9-5

TEL 382-2006/FAX 382-2153

《館腰地区人口・世帯数》人口/7,975 世帯数/3,590

【令和5年4月末現在】

館腰公民館 LINE 公式アカウント  
公民館だより、講座等のお知らせや  
臨時休館情報などを配信!  
「友だち追加」の登録はこちら!



館腰公民館  
ホームページ



Facebook

## ～受講生募集のお知らせ～

### HIPHOP ダンス教室

ダンスの基本ステップを学び、全5回の講座を通して一曲踊れるように振り付けをマスターします。

【日程】7月26日(水)、8月9日(水)

8月23日(水)、9月6日(水)

9月20日(水)

【時間】18:15～19:30

【場所】ホール

【講師】STUDIO BRIGHT 所属講師

【内容】HIPHOP ダンスレッスン

【対象】名取市在住・小中学生 15名

【費用】無料 **講座チラシは  
こちらから→**



### スマートフォン講座【初級編】

スマートフォンを快適に活用するための基本操作や使い方を学びます。

【日程・内容】

7月 7日(金)	文字入力をマスターしよう
7月21日(金)	メッセージを送ろう
8月 4日(金)	カメラを使おう

【時間】14:00～15:00

【場所】ホール

【講師】ドコモショップ岩沼店

【対象】名取市在住・在勤者 10名

【費用】無料

**講座チラシは  
こちらから→**



申込開始日: 令和5年6月5日(月)～ ※先着順・定員になり次第締切ります

申込方法: 公民館窓口または、電話にてお申込みください。

## 6月開催講座

講座名	日程・	内容
ホッとスマイル育児講座 〈乳児コース〉	① 1日(木)・② 8日(木) ③22日(木)・④29日(木)	①ベビーダンス②絵本選びのコツ ③子育てに必要なお金のはなし④離乳食セミナー
ホッとスマイル育児講座 〈幼児コース〉	①15日(木)・②22日(木) ※22日は合同開催	①親子体操! ②子育てに必要なお金のはなし
日常生活でできる高血圧予防のコツ 〈健康体操講座〉	①16日(金)・②30日(金)	高血圧予防体操
日常生活でできる高血圧予防のコツ 〈減塩料理講座〉	①13日(水)	家庭の味噌汁の塩分濃度を計測し、 簡単な調理実習
雷神大学	①26日(月)	「介護保険について」 講師: 名取南地域包括支援センター
ボディメイク講座	①4日(日)・②18日(日)	初回は筋肉量測定後、トレーニング

※講座にお申込みをされた方には、案内通知を郵送いたします。日時や持ち物などを確認の上、受講してください。なお、開講日間近になりましても、案内通知が届かない場合は、公民館までご連絡ください。

**※ 6月25日(日)開催「館腰地区球技大会」に関する詳細は**

**次ページ以降に掲載しております。**

# 「館腰地区球技大会」

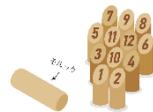
## 参加者・チーム募集のお知らせ！！

地区民相互の親睦と明るいまちづくりのため、球技大会を開催します！  
みなさまのご参加をおまちしております。

**日 時：6月25日(日)**  
**全体開会式：午前9時～**  
**館腰小学校グラウンド**

### 第1回 モルック大会

- 【場 所】 館腰小学校グラウンド  
※雨天時 館腰小学校体育館
- 【チーム編成】 1チーム3～5名
- 【対 象】 館腰地区民  
小学3年生以上
- 【試合方法】 参加チーム数によりブロック編成
- 【協 力】 ハウスカ！モルック仙台



走ったりしません！  
ルールも簡単です。  
シニア世代、小学生、運動が苦手な方など、みんな一緒にプレイできます。これを機に「モルック」を始めてみませんか？

ご家族やご友人、ご近所の方とチームを組んで参加してください！

### 第34回 卓球大会



- 【場 所】 館腰公民館ホール
- 【チーム編成】 ①男子シングルス②女子シングルス
- 【対 象】 館腰地区民
- 【試合方法】 リーグ戦または、トーナメント戦

### 第42回 ゲートボール大会

- 【場 所】 南前田1号公園（館腰公民館南側）
- 【チーム編成】 1チーム8名以内とし、各地区2チーム以内
- 【試合方法】 総当たり戦
- 【雨天時】 延期（7月3日(日)に延期）



### <申し込み方法>

【申込み締切期限】

卓球は6月9日(金)、モルック、ゲートボールに参加するチームは6月16日(金)までに、公民館にお申込みください。

※卓球とモルックに参加する方は、公民館だより内の参加申込書に必要事項をご記入の上、お申込みください。

# モルックについて



## 道具

### モルック



投げる棒のことをモルックという。木製のピン。モルックを投げて下手投げで行うのが基本。

### スキットル



倒した本数によって点数が決まります。

### モルッカーリ

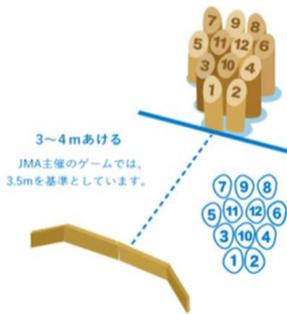


モルックを投げる位置を示す。地面において使用します。

## ルール



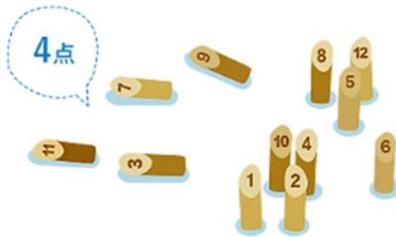
ゲームスタート時の配置です



2チーム以上で対戦します。投てき順を決め、順番にモルックを投げてスキットルを倒します。

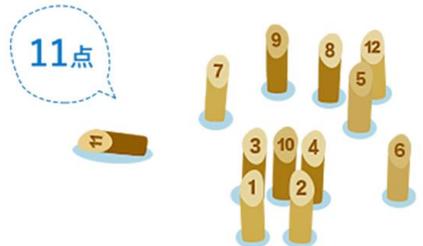


倒した本数によって点数が決まります。



◆複数本の場合→倒れた本数が点数

◆1本の場合→書かれた数字が点数



スキットルは、倒された地点で再び立てます。



- 完全にスキットルが倒れないと点数はカウントされません。
- 50点を超えた場合は、25点に戻ります。
- 3回連続ミスすると0点になり、失格となります。



を繰り返し、先に50点ぴったりになるまで得点した方が勝ち！

## モルックの投げ方

### 基本フォーム

- 下手投げ。モルックの重心が安定するように握り、狙いを定め数回の素振りの後に投てき。
- 軌道は緩やかな放物線状。



# 卓球大会・モルック大会 参加申込書

名 前	住 所	年 齢	種 目
	名取市 電話		卓 球 (① ②) モルック
	名取市 電話		卓 球 (① ②) モルック
	名取市 電話		卓 球 (① ②) モルック
	名取市 電話		卓 球 (① ②) モルック
	名取市 電話		卓 球 (① ②) モルック

※参加する種目に○を記入してください。卓球種目番号 ①男子シングルス ②女子シングルス  
卓球は6月9日(金)、モルックは6月16日(金)にまでに、公民館にお申込みください。

## キリトリセン

### 館腰児童センターからのお知らせ

#### ✿館腰児童センターで遊ぼう✿

【対象】 おおむね 1～3 歳児の親子

【内容】 親子で一緒に遊びませんか！

【場所】 館腰児童センター

【日時】 月 1～2 回 火曜日 10：30～11：30

※単発参加可



日程	内容	日程	内容
6月13日(火)	おはなし会	11月21日(火)	リズム遊び
7月11日(火)	水遊び	12月 5日(火)	クリスマス工作
9月 5日(火)	シャボン玉遊び	12月19日(火)	クリスマス会
9月19日(火)	作って遊ぼう	1月16日(火)	わらべうた遊び
10月 3日(火)	どろんこ遊び	1月30日(火)	豆まき工作
10月17日(火)	ミニ運動会	2月13日(火)	小麦粉粘土
11月 7日(火)	作って遊ぼう	2月27日(火)	手形押し

【お問合せ先】 館腰児童センター ☎022-383-9170

児童センターにお電話いただくか、直接お申込みください。



### 交通安全協会館腰支部からのお知らせ

～令和5年度「交通安全者研修会」を開催します～

【日時】 6月21日(水) 19:00～

【場所】 館腰公民館 ホール



【講師】 岩沼警察署交通課長

【内容】 「高齢者の交通事故防止」「子どもと自転車の事故防止」「飲酒運転の追放」について  
※交通安全協会の表彰には、受講が必要です。

【お問合せ先】 名取地区交通安全協会館腰支部・横山