

# 館腰公民館だより

【令和6年4月1日号 No.440】

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

ホームページ：[館腰公民館](#)で検索



## 《館腰地区人口・世帯数》

人口	世帯数	男性	女性
8,000	3,625	4,013	3,987

【令和6年2月末現在】

## 令和6年度公民館行事のご案内

令和6年度もよろしくお願ひいたします。多くの皆様のご参加をお待ちしております。

事業名	実施年月日（予定）
館腰地区球技大会	令和6年 6月23日（日）
第59回館腰地区民コミュニティ大運動会	令和6年10月 6日（日）雨天中止
第41回館腰公民館祭	令和6年11月10日（日）
令和7年館腰地区新春祝賀会	令和7年 1月11日（土）

※日程、内容等は、実行委員会にて検討し変更になる場合がございます。

## ～令和6年度館腰公民館講座予定

5月以降随時募集を開始します。公民館だよりで詳しい内容や日時などをお知らせしますのでお気軽にお問い合わせください。

館腰公民館で一緒に学び、  
交流を広げてみませんか？

講座名	内容	対象・開催時期
雷神大学	運動やフレイル予防につながるお話、物づくり体験など心豊かな人生を過ごすための知識を深める講座です。	65歳以上 6月～11月
身体を鍛えるコツ講座 ＜コンディショニング編＞	ストレッチや筋力トレーニングを行い、ケガや不調のリスクを下げる方法を学びます。	一般 5月～7月
身体を鍛えるコツ講座 ＜体幹トレーニング編＞	体幹（インナーマッスル）を鍛え、姿勢改善や身体の歪みを改善する方法を学びます。	一般 10月～12月
からだの健康講座 －腸活のススメ－	腸内環境を整えるコツを腸もみマッサージ法や調理実習から学びます。	一般 6月・7月
わが町の防災講座	自然災害時に対応できるよう日頃からの備えや心構えについて学びます。	一般 7月
ホッと。スマイル育児講座	バランスボールや歯磨き指導、座談会など、親子で楽しく育児に役立つ知識を学びます。	0歳児親子 5月～7月
Hip-hop ダンス教室	ダンスの基本的ステップを学び、全5回の講座を通して一曲踊れるように練習します。	小・中学生 8月～10月
わんぱく体験 実験教室・工作教室	子どもたちの知的好奇心を高めるような実験や工作といった体験学習を行います。	小学生 8月～12月

裏面に続きます

## ～令和6年度館腰公民館講座予定～

講座名	内容	対象・開催時期
つくってみよう！ こどもキッチン	子どもたちの自主性を生かし、調理実習を行い「食」に対する関心を高めます。	小学生 7月
めぐりを良くする セルフケア講座	リンパマッサージや薬膳などをとおして体調改善する方法を学びます。	一般 8月・9月
生活習慣を見直すコツ講座	生活習慣病を予防するために大切な基礎を食生活や運動、睡眠から学びます。	一般 10月～12月
知ることからはじめる 福祉講座	さまざまな人々が分け隔てなく暮らしていける社会「共生社会」に関する正しい知識を学びます。	一般 10月
カラダに良い！飲み物講座	緑茶やルイボス茶など身近な飲み物の意外と知らない健康効果や美味しい淹れ方などを学びます。	一般 11月～2月



### DX推進室からのお知らせ

予約不要

#### 名取市デジタル地域通貨『なとりコイン』

実証実験に伴いモニターを募集いたします！  
ご参加いただける方には「なとりコイン 1,000円分」を提供いたしますので、市内加盟店にてご利用ください。なお、モニター参加には必ずアンケートにご協力いただきます。

##### 【募集期間】

4月1日(月)～4月19日(金)

##### 【実施期間】

4月23日(火)～6月9日(日)



二次元コードからも申込みいただけます

利用者説明会開催！Webアプリの登録や使い方のご説明をします。

【日時】4月16日(火)

14:00～15:30

【場所】館腰公民館 ホール

※詳細については、広報なとり4月号折込チラシをご覧ください。

【問合せ先】DX推進室

TEL:748-6816

### 館腰児童センターからのお知らせ

#### ※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！  
※単発参加OKです。

場所：館腰児童センター

日時：基本第2・4火曜日

(変更になる場合もあります)

時間：10:30～11:15

※初回は5月14日(火)です

申込受付：4月16日(火)～

問合せ：館腰児童センター

TEL: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。

### 胃がん検診を実施します

4/15 (月)	館腰公民館	7:30～
4/16 (火)	堀内集会所	10:00

### 福祉バス乗車券・

#### 福祉タクシー利用券を交付します

- ・実施日：4/12(金)・会場：館腰公民館
- ・時間

9:30～11:00	13:30～15:00
植松地区の方	飯野坂・本郷・堀内地区の方