

編集発行：館腰公民館 名取市植松三丁目9-5
TEL 022-382-2006 FAX 022-382-2153

館腰地区人口・世帯数
人口/8,041 世帯数/3,700

雨マークズ「館腰地区民大運動会」 熱かった！！

出場者が多すぎて
賞品が足りなくなる
嬉しいハプニングまで！



運動会当日朝、目覚めて目を疑った。嘘だろう…昨日は天気予報に雨マークは出ていなかったはず。しかし、館腰地域の方には「中止」という迷いはなかった。途中、雨宿り休憩などしながらも、予定していたプログラムはすべて終了。当日自由参加の種目は、予想を上回る参加者で、賞品が足りなくなるハプニングもありてんやわんや。当日の予想外の出来事にも臨機応変に対応できる係員の皆さん。各系のリーダーの力がやはり大きい。尊敬のまなざしでうっとりしてしまった。

子供たちの参加が多かったのが何よりうれしい。館腰の未来は明るい！と感じた運動会だった。館腰地区バンザイ！！

<総合成績>



総合優勝：植松北チーム
総合準優勝：飯野坂南チーム
第3位：飯野坂北チーム
つなひき：植松北チーム
世代別地区対抗リレー：飯野坂南チーム



講座報告

雷神大学

第3回「無理なくできる体操でフレイル予防」
講師：西間木 由美 氏

フレイルとは加齢とともに心身機能が低下し介護が必要な状態に近づくことを意味します。今回は椅子に座ったままのストレッチやヨガ、バンダナを使っ



の運動や筋トレなど、自宅でも簡単に行なえる運動を学びました。受講生は、水分補給をまめにとりながら楽しく体を動かしている様子でした。

めぐり良くするセルフケア講座

第2回：カラダを整える薬膳料理講座

カラダの内側からセルフケアするということで薬膳について学び、調理実習を行いました。薬膳は高価な食材を使う、手間がかかる…と言うイメージが強いかもしれませんが身近な食材を季節や自分の体質・体調に合わせて組み合わせることで効果があるそうです。皆さん手際がよく、予定時間より早く調理する事ができました。



参加者募集



共生へのステップ

～障害のある子供たちと地域がつながるって？～

「地域と共にある学校」…コミュニティスクールを実践している名取支援学校の運営協議会の皆さんと共に、「共生地域」について考えてみませんか？

今回は、コミュニティスクールを実践している、宮城県立女川高等学園に実際に伺い、地域と共に取り組んでいる防災教育について学びます。

障害のある子供たちと地域がつながるために必要なことはなんでしょう…？

SCHEDULE

日時：2024年12月10日(火)9:30-16:30(予定)

内容： 9:30 館腰公民館集合（オープニング）
10:00 マイクロバスにて出発
11:30 女川駅前にて各自ランチ＆買い物
13:00 宮城県立女川高等学園着
15:00 高等学園出発（ふりかえり）
16:30 公民館到着



対象：名取在住・在勤・在学の方20名
(先着順！お早めに)

参加費：無料（昼食は女川駅前で各自♪）

申込み：右記申込フォームまたは直接公民館へご来館・電話で申し込み



主催：名取市館腰公民館
協力：宮城県立名取支援学校

問合せ：名取市館腰公民館(赤川)
電話：022-382-2006

令和7年4月より
公民館の使用料を
改訂します。

詳細については館腰公民館だより12月号でお知らせします。

なお、使用料減免対象に関しては、これまでどおり変わりませんので、料金改定後もこれまでどおり使用料は減免されますのでご安心ください。

[問合せ]
生涯学習課公民館係
(022)724-7174

使用済油回収日

11月18日(月)
10:20-11:00

場所：館腰公民館

公民館について考えるvol.5

そもそも公民館って？

今回はあらためて、そもそも公民館は法律でどのように定められているの？というお話をします。

公民館のことを定めた法律は社会教育法といいます。そこでは「公民館は、市町村その他一定区域内の住民のために、実際生活に即する教育、学術及び文化に関する各種の事業を行い、もって住民の教養の向上、健康の増進、情操の純化を図り、生活文化の振興、社会福祉の増進に寄与することを目的とする」とされています。

つまり！公民館は住民の意見に基づいて、さまざまな事業を行うことによって、人々の学びや育ちを支援します。公民館はそういうところなのです。

エンジョイクッキング

いまさら聞けない「ご飯の炊き方」

お米を洗う？

うるかす？

米飯と一汁一菜
これだけあればなんとかなるさ！

味噌汁にダシは必要？

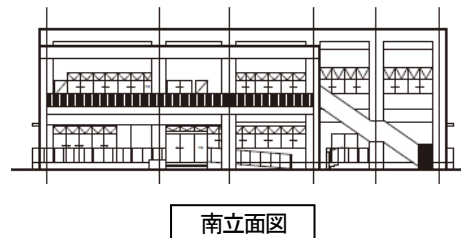
館腰公民館調理室

11月24日(日) 10:00~12:00
または 26日(火) 18:30~20:30

献立：米飯、味噌汁、ハムエッグ（両日共通）
募集定員：両日とも 10名程度
参加費：一般300円 高校生以下200円
※小学生以下の方は保護者同伴でお願いいたします

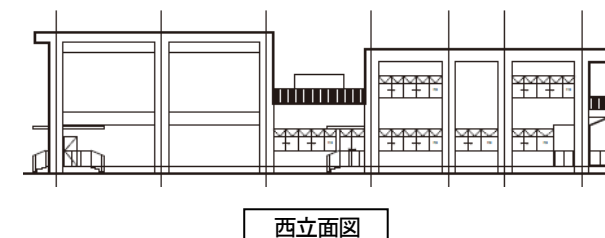
主催：情熱エンジョイ団

お申し込み・お問い合わせは [こちらから](#)



南立面図

「あふれる笑顔 明るく仲良く元気よく 館腰コミュニティ 全世代の交流」 新しい公民館の基本設計が決まりました



西立面図

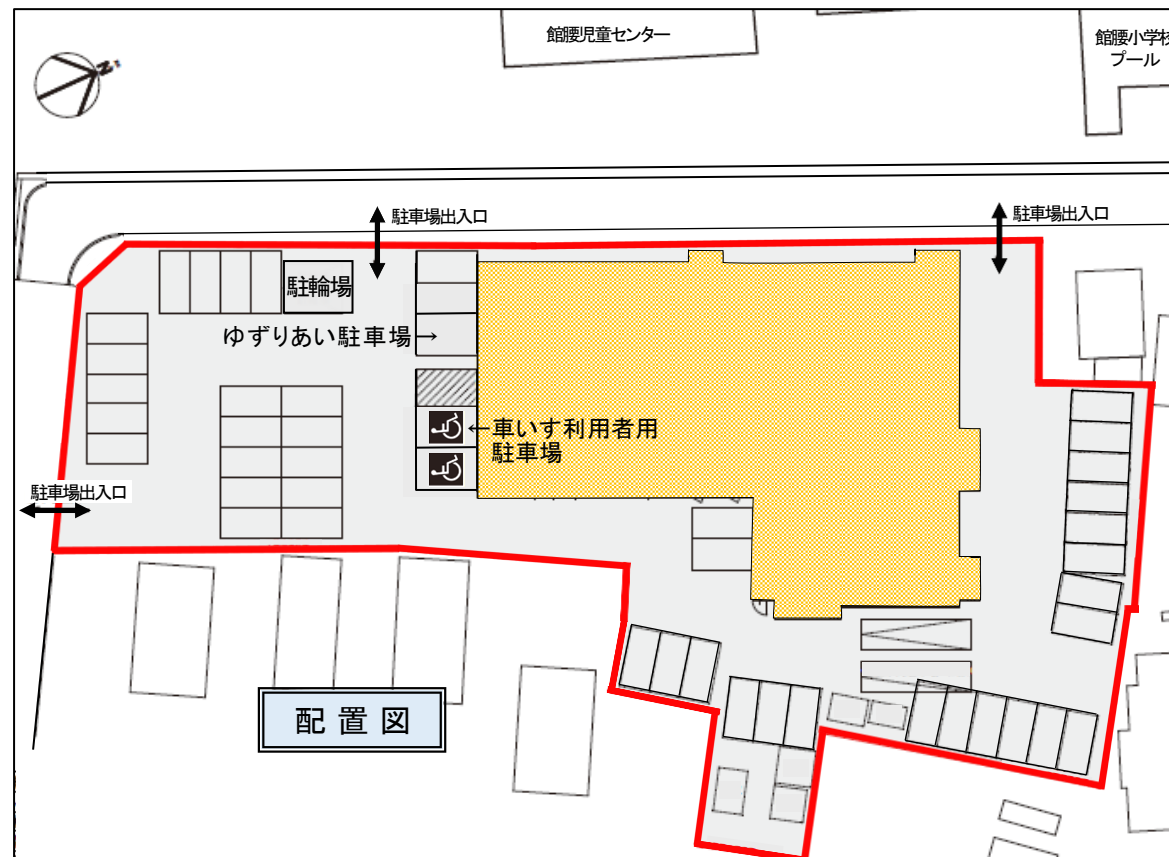
令和8年度末の開館を目指し、「館腰公民館改築に関する懇話会」でのご意見をもとに検討を進めてまいりました新しい公民館の基本設計が決定しました。

新公民館は鉄筋コンクリート造2階建てで、延床面積は現在の約2倍、敷地面積は約1.5倍となり、館腰児童センター東側に移転改築します。

基本設計では、新公民館整備方針である、①なるべく広い駐車場を確保すること、②災害時の避難場所、防災機能の充実、③舞台を備えた広いホール、④調理室の充実、⑤交流スペース（ロビー）の設置を考慮した設計となっています。

○誰もが利用しやすい施設づくり

新しい公民館にはエレベーターを設置するほか、1・2階に設置する多目的トイレには、介助用ベッドを備え、人工肛門を付けている方も利用できるオストメイト対応トイレとします。



○駐車場を46台分確保

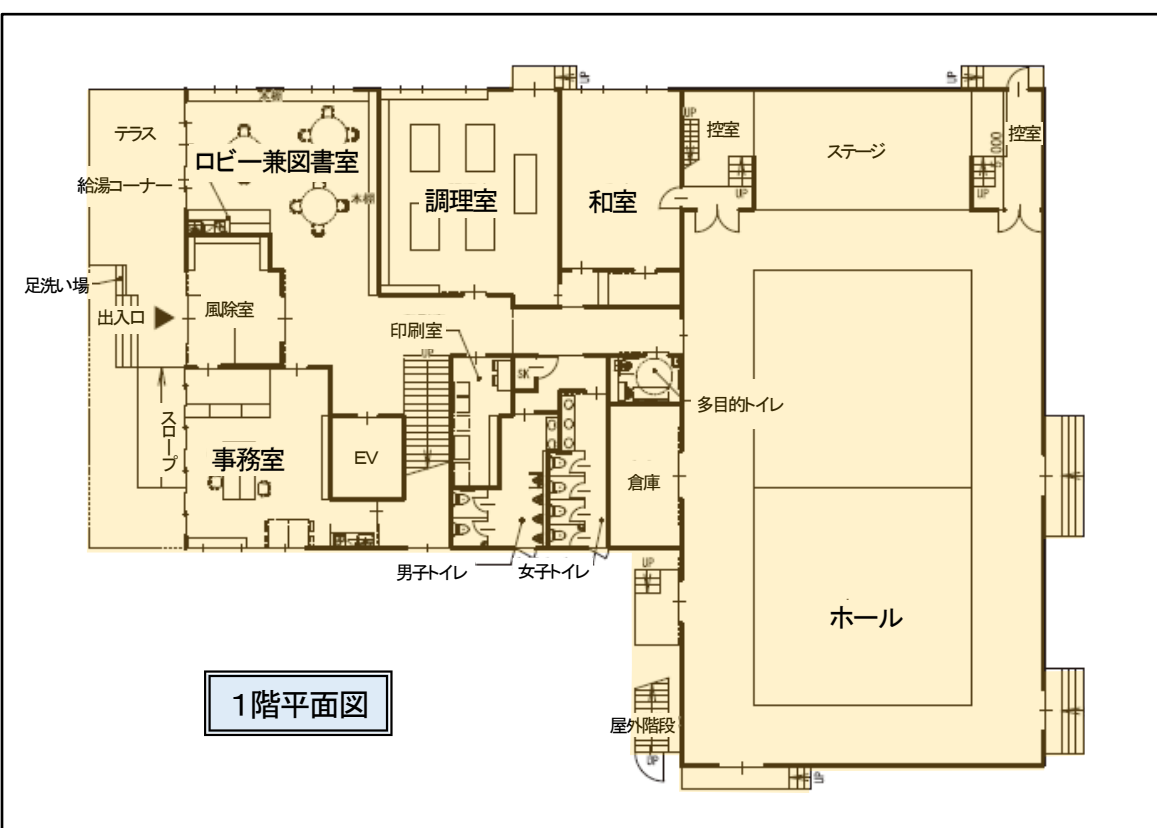
駐車場は、車いす利用者用駐車場2台及びゆずりあい駐車場1台を含め、駐車台数を現在の2倍となる46台としました。さらに、車いす利用者用駐車場にはカーポートを設置し、車いす利用者が雨の日でも安心して利用できるよう配慮しております。

○防災機能の充実

地盤の高い館腰児童センター東側に移転することにより、これまで課題となっていた避難所機能を充実し、収容人数は約180名となるほか、2階には避難所開設時に必要な物品を収納する備蓄倉庫を設置します。

また、太陽光発電設備及び蓄電池を設置し、災害時でも対応できるようにします。

【お問い合わせ】生涯学習課公民館係 022-724-7174



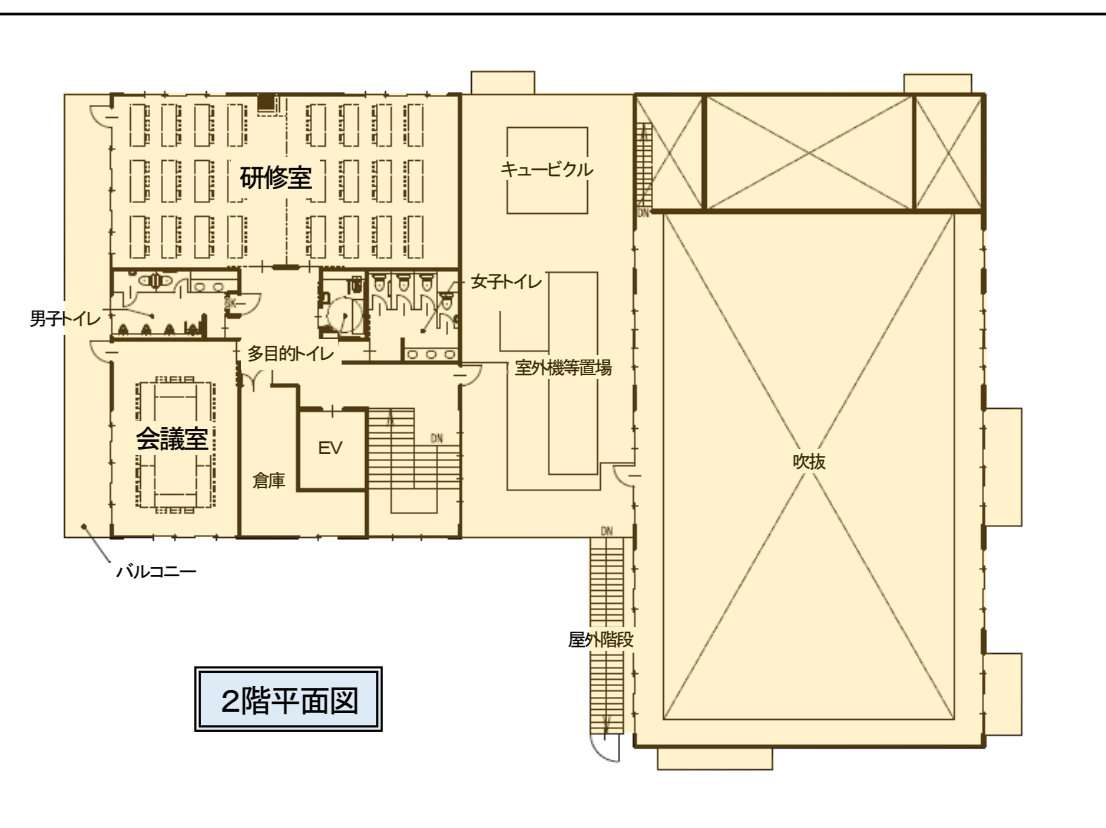
1階平面図

← 1階フロア

1階には、バレーボールなどの運動が可能なステージを備えたホールをはじめ、和室、調理室、ロビー兼図書室を配置しました。和室とステージ控室の間に扉を設け、ステージへの動線を確保。ロビーには給湯コーナーを設置し、ちょっとした打ち合わせや多世代交流を図るために利用できるスペースとしています。

2階フロア →

2階には、研修室(定員72名程度)と会議室(定員24名程度)を配置しました。研修室は、2つに分割した使用が可能です。



2階平面図