



高館公民館だより

(令和7年2月末現在)

令和7年4月1日 発行【第460号】
〒981-1242 名取市高館吉田字東真坂38



【ホームページ】



【Facebook】

TEL: 022-382-2328

FAX: 022-382-2341



【Instagram】



【LINE公式アカウント】

【高館地区人口・世帯数】	
男	1,903(+1)
女	1,932(-8)
合計	3,835(-7)
世帯数	1,529(+8)

(前月比)



令和7年度 高館公民館 事業予定



令和7年度も高館公民館事業へのご参加をお待ちしております。

行 事 名	開 催 日	場 所
高館地区民体育大会	5月25日(日) ※雨天時中止	高館小学校グラウンド
館長杯球技大会 (ゲートボール大会)	6月20日(金)	高館グラウンド
館長杯球技大会	10月19日(日)	二中体育館・ 二中グラウンド
公民館まつり	11月9日(日)	高館公民館
新春祝賀会	令和8年1月10日(土)	公民館ホール
新春こどもまつり	令和8年1月18日(日)	公民館ホール



令和7年度 5月開催講座 受講生募集!



「食べて動いて美しく! 元気あっぷ講座」 時間: 10:00~11:30 (初回のみ 12:00まで)

開催日	内 容	対 象: 市内在住・在勤 一般 定 員: 10名 参加費: 1,500円 ※申込時支払い 場 所: 研修室・調理室
5月13日(火)	薬膳料理で健康生活	人生100年時代 を健やかに☆
7月1日(火)	頭スッキリ! 脳若返りのコツ	
9月2日(火)	筋肉貯金を始めよう!	

「季節を感じる♪ 草花ウォーク」

時間: 9:00~12:00

開催日	内 容	対 象: 市内在住・在勤 一般 定 員: 10名 参加費: 無料 場 所: 樽水ダム近辺 (公民館前集合)
5月27日(火) 【雨天 6/3(火)】	樽水ダムコース①	季節の草花を 愛でながら みんなで歩こう♪
10月21日(火) 【雨天 10/28(火)】	樽水ダムコース②	

申込開始日: 4月1日(火)9:00から 締切日 4月18日(金)

申込みは公民館窓口、電話、または右の二次元コードより申込可。→

(申込開始日より前にメールをお送りいただいた場合は無効になります。)

参加費は4/18(金)までに窓口にてお支払い願います。





令和 7 年度 高館公民館 開催講座



※募集は随時開始いたします。講座の日程や内容は変更になる場合がございます。

講座名	対象	開催期間	内 容
高館大学	60 歳 以上	6～12 月 (全 6 回)	心の豊かな人生を送るために高齢者を取り巻く社会変化を理解し、楽しく学び合う講座です。
もっと輝く女性講座	一般女性	6～12 月 (全 5 回)	自分のパーソナルカラーを学んだり、ヨガや心のセルフケアなど身も心も美しくなるための講座です。
男の料理	一般男性	11 月～1 月 (全 3 回)	簡単な料理を学び、楽しみながら生活力をアップ！！
知って得する知識講座	一般	7 月～9 月 (全 2 回)	日常生活について「知っている！」ことで生活向上につながる知識を学べる講座です。
ヒップホップ ダンス講座	一般	6 月～10 月 (全 5 回)	ステップを踏んで身も心もリフレッシュ！初心者大歓迎！
食べて動いて美しく！ 元気あっぷ講座	一般	5 月～9 月 (全 3 回)	人生 100 年時代！食事や運動で、美しく健康な体を目指します。
出前講座 「ふれあい健康サロン」	60 歳 以上	6～12 月 (回数未定)	フレイル予防の運動や、楽しい企画を持ってあなたのまちに伺います♪
季節を感じる♪ 草花ウォーク	一般	5 月～10 月 (全 2 回)	樽水ダム近辺の草花を見ながら歩きましょう。
大人の移動研修	一般	10 月 (全 1 回)	受講生同士の交流を図りつつ新たな学びを得ましょう！
高館防災学校	一般	10 月 (全 1 回)	防災に関する知識を楽しく学びます。
わくわくチャレンジ ①～③	小学生	7 月～ (全 3 回)	色々なことにチャレンジしよう！作品作りなど計画中！移動研修もあるよ♪



令和7年度 愛好会サークル一覧



サークル名	活動内容	学 習 日
料理サークル	調理	第4木曜日
高館バウンドテニス愛好会	バウンドテニス	毎週水・土曜日
書道サークル	書道	第2または第4木曜日
長生大学カラオケクラブ	カラオケ	第4火曜日
高館げんき会	健康体操 (ダンベル体操等)	第1または第3水曜日
P A N 倶楽部	パンづくり	第3木曜日
ヨーガサークル	ヨーガ	月3回 金曜日
高館卓球クラブ	卓球	毎週月(火)・金曜日
絵画愛好会	絵画	第2・4月曜日
手芸愛好会	手芸	毎週木曜日
元気もりもり体操	健康体操	第1・3水曜日
さわやか	ヨーガ	毎週木曜日
紙あそび くるくる	紙で作品づくり	毎週金曜日

○サークルにご興味のある方、見学や活動内容について聞いてみたいことがありましたら、お気軽に公民館までお問い合わせください。



新サークル開設！メンバーを募集します！



「紙あそび くるくる」

令和6年度開催した「ペーパーフラワーアート」講座をきっかけに仲間が集まり、令和7年度から新たにサークルとして活動することとなりました。折り紙や、ペーパークイリング等、紙を活用した作品づくりを行うサークルです。

活動日 : 毎週金曜日 13:30～16:00

活動場所: 研修室

活動費 : 月1,500円

昨年度講座の様子→



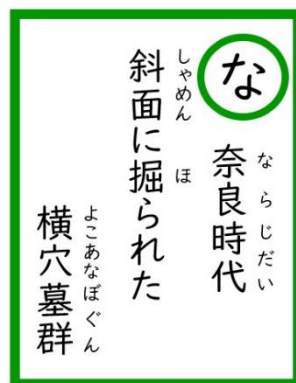
ご興味のあるかたはぜひ公民館までお問合せ下さい。

令和7年度 自由来館 日程予定表

内容や日程は変更になる場合もございます。月毎の公民館だよりでご確認ください。

開催日	場 所
4月15日(火)	ホール (AM・PM) 研修室 (AM・PM)
5月12日(月)	ホール (PM) 研修室 (PM)
6月11日(水)	研修室 (AM・PM)
7月25日(金)	ホール (PM)・研修室 (AM)
8月8日(金)	ホール (PM)・研修室 (AM)
9月9日(火)	ホール (AM・PM) 研修室 (AM・PM)
10月7日(火)	ホール (PM) 研修室 (PM)
11月26日(水)	ホール (AM)・研修室 (AM・PM)
12月26日(金)	ホール (PM)・研修室 (AM)
令和8年1月20日(火)	ホール (PM)・研修室 (AM・PM)
令和8年2月17日(火)	ホール (AM・PM) 研修室 (AM・PM)
令和8年3月17日(火)	ホール (AM・PM) 研修室 (AM・PM)

高館かるた



奈良時代に造られたとされる、横穴に掘られた支配者層の墓と言われるもので、鈴釧、勾玉、矢じり、焼き物、直刀、玉類などが発掘され、太平洋戦争中には防空壕にも利用されたことがありました。

あおぞら保育園からのお知らせ

<ホールで遊ぼう>

保育園の広いホールで遊びましょう。ミニアスレチックや赤ちゃんコーナーもあります。
お天気が良ければ園庭遊びも出来ますよ。

日 時：令和7年4月24日(木) 10:30~11:30

場 所：高館あおぞら保育園 ホール

定 員：10組

受 付：4月3日(木) 15:00~

※いつもと受付開始時間が異なりますのでお気を付けください。

※定員に達した行事は受付終了となります。



お問い合わせ／高館あおぞら保育園子育て支援センター 022-381-2031

※電話受付は平日10:00~16:00になります。