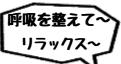
## 豊齢大学 第4回

■ 「姿勢を正してのび~るヨガ」10月10日(金)

夏の暑さも一段落し過ごしやすい季節に なりました。講師は閖上公民館で「ゆっ たりヨーガサークル」を指導されている 髙橋友美先生。市内のいろいろな施設や 公民館でも講師をされています。今回は 自宅で出来るイスを使ったヨガを学び、 スッキリした受講生からは「背筋が伸び て気持ち良かった」「グー・パー運動は家 でもやってみよう」などウレシイ声が多く 聞かれました。





次回のお知らせ



第5回 11月7日(金) 10:00~11:30

講師 宮城中央ヤクルト

内容 「今日から始める健腸生活」 ~腸は健康の源~を学びます。



## ラウンジ公民館(4回目)

10月6日(月)

芸術の秋♪ミニコンサート ピアノ&サックス デュオ sonorite(ソノリィテ)さんによる演奏会 が開かれました。

懐かしのメロディからバラード、童謡など全9曲 のピアノとサックスの美しい音色で素敵な時間を 過ごしました。

演奏後、お二人から「次はアンコール曲を準備す るので、また呼んでくださいね」と嬉しいお声が けもありました。次回がとても楽しみです!

## プラネタリウム & 星空観望会

参加無料·申込不要

11月29日(土)

**★**16:00~ **★**16:30~

11月30日(日)

**★**9:30~

29 日(土)のみ **★**17:00~ 中央公園にて星空観 望会開催!! (大人の方と一緒に参 加してください。)

閖上体育館にてプラネタリウム上映会 ○主催 一般社団法人 星つむぎの村 ※詳細は津波復興祈念資料館「閖上の記憶」の ホームページをご確認ください。



ごみゼロプロジェクト

7:00~8:00

(受付 6:40~)※雨天中止

◆日時 11月16日(日)

◆集合場所 閖上公民館

◆持ち物 軍手・トング



## 閉上小中8年生 職場体験!

## 11月5日(水)~11月7日(金)

今年も閖上小中学校8年生の皆さんが様々な企業・事業 所で「職場体験」を行います♬

働くことへの魅力を学び、将来の進路選択に活かせるよ うな体験をしてきて欲しいと思います!閖上公民館でも 6名の生徒さんにお仕事をしていただきます。

#### ~ ご協力ありがとうございます!! ~

- ・ぱんやこてつ・閖上保育所・閖上児童センター
- イトーチェーンフーズガーデンゆりあげ食彩館
- ・名取市サイクルスポーツセンター・名取市図書館
- ・ささ圭 手作りかまぼこ工房店・特別養護老人ホーム三喜
- ・名取東地域包括支援センター・陣中牛タンスタンド閖上店
- ・ 陸上自衛隊仙台駐屯地・石窯パン工房ばーすでい名取本店
- 医療法人社団洞口会名取中央クリニック
- かわまちテラス閖上

【(蒲鉾屋ささ圭 木の幡別品館 料亭浜や 浜や食堂)

# 閖上公民館だより

名 取 市 閖 上 中 央 一 丁 目 3 4 番 地 TEL 385-0005 / FAX 385-8083 開館時間 8:30~17:15(土日祝を除く)





No.568

人数 前月比 1.554 +4 女 1,630 計 3.184  $\pm 0$ 世帯数 1.517 +1

地区人口(9月末現在)

# 第41回閖上公民館 Festival

令和7年11月15日(土)9:00~14:00

- ▶ 場所 閖上公民館·閖上体育館
- ◆ 内容 「芸能発表」「作品展示」「販売コーナー」 「抽選くじ」「愛好会体験」ほか
- 共催 閖上公民館·閖上地区青少年健全育成会



詳細は中面をご覧ください



### 【閖上地区多世代交流事業】

## ~New スポーツ体験フェスタ~

今年はゴムボールを使った準備体操から始まり、6 ブースに分かれて色々な「New スポーツ」を楽しく 体験しました。ご協力いただいた皆さま、実行委員 会の皆さま、ありがとうございました。









狙いを定めて



小学生 VS 大人

勝敗はどちらに!?



## カローリング

力の加減が難しい…





## ◆主催 チームごみゼロプロジェクト ◆協力 チーム閖上大作戦 当日公民館に集合です♪ お一人でもご家族でも お気軽にどうぞ♪

