

閑上公民館だより



名取市閑上中央1丁目34 電話/385-0005 Fax/385-8083

	人数	前月比
男	1,559	+1
女	1,637	+5
計	3,196	+6
世帯数	1,536	4

窓にお絵かき♪

閑上公民館ロビーの窓ガラスにお絵かきしちゃおう！

8月17日(月) 10:00~11:30

- 【対象・定員】 小中学生 15名(先着順)
※小学3年生以下は保護者の付き添いが必要です。
- 【参加費】 無料
- 【持ち物】 タオル、着替え、熱中症対策の飲み物
※汚れてもいい服装でお越しください。

キットパスというクレヨンを使って公民館の大きな窓にお絵かきをします。テーマは『水族館🐠』です。
お絵かきの後はみんなで水鉄砲で遊びます！！
夏休みの思い出づくりにお友達を誘って参加しませんか？

【タイムスケジュール】※予定

9:45~ 受付
10:00~ 開会式
10:05~ お絵かきタイム
10:45 お絵かき終了
10:45~ 水鉄砲で遊ぼう！
11:05 水鉄砲終了
11:05~ 絵本の読み聞かせ
11:15~ お片付け
11:30 終了



7月13日(月)より申込開始！！
こちらの二次元コードよりお申し込みください。
※先着順となります。

お申込はこちら



夏フェス! ドカーン 開催!

日時: 7月24日(金)
時間: 10:00~11:30
場所: 閑上公民館・閑上体育館
参加費無料・チケット制

夏休み

【縁日コーナー】

- ★ヨーヨーつり
- ★スーパースポールすくい
- ★かき氷 ★糸引き
- ★冷やしきゅうり

【体育館】

(中靴を持ってきてね)

★ラダーゲッター★ボッチャ

小中学生
ボランティア
大募集中



みんなあつまれ~!!

内容が変更になる場合があります。熱中症対策の上お越しください。景品はたくさん準備しておりますが、無くなり次第配布終了となります。

勉強カフェ



涼しいお部屋で勉強しませんか？
宿題をサクサク進めて夏休みを満喫しよう！！

7月21~23日 9:00~15:00
7月24日 13:00~15:00
8月18~21日 9:00~15:00

★7月21日(火) 10:00~11:30
はまなすゆ〜りんずと一緒に【昔遊び】を体験します♪ (どなたでも)

★8月20日(木) 10:00~11:30は
尚綱学院大学の学生さんにスライムの作り方を教えてもらいます。(申込制・先着順)
詳しくは公民館だより8月号に掲載します。

※今年はお昼の提供はありません。
飲食は可能ですので昼食を持参しても構いません。
◎飲み物やお菓子を提供する可能性があります。
アレルギーのある方は事前に保護者様からの連絡が必要となります。

報告&告知



心つながるあったかたいむ 第2回 5月18日(月)

今月は22名の方が参加！その中に5月生まれの方は1名でした。東地域包括支援センター職員による『認知症について』の講話を聞きました。今回のテーマは～記憶力と物忘れ～



記憶の種類には【即時記憶：今さっきのこと】【近時記憶：数分～数日】【遠隔記憶：昔のこと・思い出】があるそうです。物忘れが原因で不安な気持ちになったりすることがあるかもしれません。そんな時は信頼できる人に話をしてみたりノートに書き出したり心にしまい込まないことが大切です。心つながるあったかたいむは、そんな場所になってくればいいなあと思っています。「お誕生月じゃないけど？」という方はもちろんどなたでも参加できますので、ぜひ遊びに来てください。

次回予告

次回は第4回7月6日(月) なとりん号となとりんくるについて/第5回8月3日(月)

報告&告知



今年度も始まりました！『豊齢大学』第1回 暑熱順化

5月22日(金)



今年度は37名の受講生と共に、交流を深め学びを得ていこうと思っています♪

第1回目は名取市スポーツ協会より大元英照さんを講師に迎え「暑熱順化」を学びました。「暑熱順化」とは、だんだんと体が暑さに慣れて熱中症になりにくい体に変化していくことをいいます。

この日は、脳トレのゲームや体操、座学をした後さらにマットを使ってストレッチ！！盛りだくさんの講座となりました◎

バランスのとれた食事を摂ることはもちろんの事、本日学んだ脳トレやストレッチを普段の生活にも取り入れると、暑さに慣れ熱中症になりにくい体になっていくそうです♪

今年も厳しい暑さが予想されているので、こまめな水分補給をしながら暑さに負けない体づくりをしていきましょう！！



名取市スポーツ協会 大元英照さん



次回予告

7月31日(金) 9:00～16:30『移動研修』になります。

報告&告知

第2回 ゆりCafé 6月12日(金)

ゆりCafé第2回目は「Ne!風琴」さんによるアコーディオン演奏でした♪「川の流れるように」や「ふるさと」「サザエさん」などつい口ずさみたくなるような曲をたくさん披露していただきました！トークも盛り上がり楽しい時間を過ごしました♪

Ne! 風琴の皆さま
ありがとうございました。

第3回 ゆりCafé 8月14日(金)

お饅頭とお茶を頂きながら落語を鑑賞します！お饅頭の準備の関係でお申込が必要です。下記の申込用紙でお申し込みください。

お饅頭+お茶 ￥200
(定員30名)



8月14日(金) ゆりCafé お茶会 申込書

お名前	
連絡先	

参加費と一緒に提出してください。

報告



令和8年度 関上公民館・下増田公民館共催

めざせ釣り王！^{キング}館長杯親子さかなどり大会 6月6日(土)

昨年度に引き続き、今年度も関上公民館・下増田公民館の共催事業として「めざせ釣り王！館長杯親子さかなどり大会」を実施しました。

小雨が降り少し肌寒い中での大会実施でしたが、皆さん魚を釣り上げ楽しい時間を共有することができました♪

実行委員の皆さまや、たくさんのボランティアの皆さまにお手伝いいただきながら釣り糸の結び方を教わったり、餌のつけ方のポイントを教わったり、地域の方との交流を持ち有意義な時間となりました。

参加者の皆さま、実行委員の皆さま、お手伝いいただいたボランティアの皆さまありがとうございました。



和んだふる

お誘い

★★10月開講★★

和の食文化に
触れてみませんか？

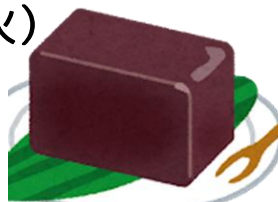
- 第1回 10月14日(水) ~豆腐~
第2回 11月 4日(水) ~ねりきり~
第3回 12月 2日(水) ~ようかん~

内容は変更になる可能性もあります。
詳しくは公民館だより8月号で。

申込は8月4日(火)

からの予定です。

お楽しみに！！



報告

「ぎょ！ギョ！魚」第2弾 第1回
5月27日(水)



昨年に続き講師は株式会社センシン食品
高橋さんです。第2弾は全3回開催します。

『イカ・エビ・ほっき』について学びます。

第1回「イカを捌いてみよう！」

市場に出回るイカの種類は20種類以上。その中でも代表的な【スルメイカ】【ヤリイカ】【ムラサキイカ】についてそれぞれの特徴を学び、他にはアニサキス対策についても知ることができました。

座学のあとは皆さん楽しみにしていた「ヤリイカ」を使ってお刺身、ゲソとエンペラのボイルを作り食べ比べ！

受講生さんからは「イカのいろいろな種類、切り方が分かり良かった。」「キッチンばさみを使った方が簡単なことも目からウロコです！」「今日の学びを我が家の食卓にのせ家族に教えたいです。」と大満足の様子でした。



イカのお刺身

～次回のお知らせ～

第2回6月24日(水) 14:00~16:00

『エビの下処理を学ぼう！』

下処理をしたエビを使って

【エビの天ぷら】を作ります。



【大型マージャンをやってみました！】

次回は7月10日（金）9：50～

2階ホールで開催します。どなたでも参加できます。

今回は、ラジオ体操終わりに脳トレ！！
譲り受けてから初めての大型マージャン
を体験。経験者に教えてもらい、「次は
どうするの？これ貰ってもいいの？」と
聞きながらでしたが楽しくゲームをして
いました。初心者さんは覚えるまでが大
変そうで「何だか訳が分からないな～」
と笑いながら帰って行きました◎



おいせ



福祉バス乗車券・福祉タクシー
利用券交付します



日時 7月10日（金） 9：30～11：30

場所 関上公民館 1階ロビー

※詳しくは広報
なとり7月号を
ご覧ください。

「風呂敷教室のお知らせ」

日時 8月 2日（日）12：30～14：30

講師 横山芳江さん（風呂敷婆ちゃん）

場所 関上公民館（2階会議室）

参加費 無料 ※命を守る防災風呂敷について

定員 20名 横山先生に教えてもらいましょう

問合せ先 関上公民館 022-385-0005

綺麗で可愛い
風呂敷の活用
を教えるぞ！



公民館に傘がたくさん忘
れられています◎

7月31日（金）までに受
け取りがない場合、処分
させていただきます。



【公民館・体育館使用申請について】

7月1日（水）9：00から
になります。

※体育館使用の団体さんは必ず
社会体育推進員証の提示をお願い
します。（ピンク色）



～思わず笑っちゃった話をしてもらってもいいですか？～

先日、愛好会の方がきれいな花を持っていたので
「きれいな花ですね。なんて言う名前ですか？」
と聞いたら「しらん」と答えが返ってきました…
「あ、知らないんだなあ」と思っていたらなんと
『シラン』と言うお花でした◎チャンチャン♪

ごみゼロプロジェクト

◆日時 7月19日（日）7：00～8：00

（受付6：40～）※雨天中止

◆集合場所 関上公民館

◆持ち物 軍手・トンガ

◆主催 チームごみゼロプロジェクト

◆協力 チーム関上大作戦

当日公民館に集合
お一人でも
家族とでも
お気軽にどうぞ！



「家庭用使用済み

天ぷら油回収」

【日 時】

7月6日（月）

10：20～11：00



【回収方法】

天ぷらの油が入っていた容器または
ペットボトルへ入れ、回収場所へお
持ちください。

※回収容器は自宅に持ち帰り再利用
願います。