

令和 8 年

増田公民館だより



ホームページ



Instagram
はじめました！

10 月号

編集発行：増田公民館 名取市増田 4 丁目 7-30
TEL 022-384-2432/FAX 022-384-2468
ホームページ [増田公民館](#) で検索

【増田地区人口 16,321 人 世帯数 7,625 (令和 8 年 8 月末現在)】

受講生
募集

巡って学ぶなとりの歴史～名取老女編～

様々な切り口で「名取老女」を学ぶ全 2 回の講座です。
今回は第 1 回のみの受講募集をします。



	開催日時	内容
第 1 回	12 月 4 日 (金) 10:00～11:30	①影絵鑑賞「名取老女ものがたり」 講師：虹色マカロン ②講話「名取老女と名取熊野三社」 講師：熊野那智神社 宮司 井上 幸太郎 氏

■会場：増田公民館 ホール

■対象：一般 50 名 (名取市在住・在勤の方)

■申込期間：10 月 5 日 (月) 9:00～

■申込方法：①公民館窓口へ ②公民館へ電話 022-384-2432
③右記の二次元コードから



第 1 回受講申込用
二次元コード

予告

第 2 回は、12 月 21 日 (月) 名取老女ゆかりの地を巡る移動研修です。
詳しくは公民館だより 11 月号でお知らせ、募集します。お楽しみに！



まだまだ
受講生
募集中

動いて整うメンズコンディショニング講座

激しく動く燃焼系ではなく、軽い整理系の運動です。お勤め帰りの方も
参加でき、疲労回復ができます。
日常の中で気軽にできる内容ですので、どうぞ気軽にご参加ください！



■対象・定員：男性 15 名 (名取市在住・在勤の方)

■日時：11/20(金)、12/4(金)、12/18(金) 19:00～20:00 (全 3 回)

■講師：一般社団法人 ライフ to ソーシャル 代表理事 高橋 祐也 氏

■場所：増田公民館 ■準備物：動きやすい服装 ■参加費：無料

■申込方法：①公民館窓口へ ②公民館へ電話 022-384-2432

③右記の二次元コードから

※定員になり次第締め切ります。【先着順】



メンズコンディショニング
申込用二次元コード

令和 8 年度 増田地区レクリエーション大会

■開催日時：10/4 (日) 受付開始 9:50～

■開催場所：増田小学校グラウンド (雨天時 増田小学校体育館)

□天候、暑さ指数によって中止になる場合もあります。

開催状況は増田公民館ホームページでご確認ください。

詳しくは
広報なとり 10 月号折込の
「レクリエーション大会チラ
シ兼スタンプラリー台紙」
をご覧ください！

今月の講座



講座名	日時	内容
イチから学ぶ！男の料理①★	10/ 6(火)10:00～13:00	まずはお手頃な和食から《調理実習》
女性セミナー④	10/ 9(金)10:00～12:00	骨カルシウムセミナー
増田蚩雪学級⑤	10/16(金) 9:00～16:00	《移動学習》角田・丸森方面
イチから学ぶ！男の料理②	10/20(火)10:00～13:00	おつまみにチャレンジ《調理実習》
おうちカフェを楽しむ講座①★	10/22(木)10:00～13:00	スコーンづくり《調理実習》
なるほど！防災講座②	10/24(土)10:00～13:00	サバイバル飯《調理実習》
おいしく続ける減塩のコツ③	10/27(火)10:00～13:00	減塩料理のコツ②《調理実習》
命のバトンふれあい講座①	10/28(水)10:00～11:30	事前学習会

★：開講日間近になっても開講案内通知が届いていない場合は公民館までご連絡ください。

講座報告

蚩雪学級③
モルックを楽しもう
講師：名取市スポーツ推進員



女性セミナー③
【移動学習】
山形県米沢方面
紅花染め体験など



親子で学ぼう④
お口の健康でニコニコ歯ッピー！
講師：名取市保健センター



新米ママを楽しもう④
赤ちゃんのねんね
講師：林 優子 氏



おいしく続ける
減塩のコツ①
講師：五十嵐 祐子 氏



もしもの時の小児救急講座
講師：赤十字ボランティア
指導員 鈴木 学 氏



食品ロス・ごみの削減に向けて 「名取市フードドライブ」を実施します

名取市では、食品ロス・ごみの削減に向けた取り組みとして、10月1日(木)よりご家庭で眠っている食品を持ち寄り、フードバンク団体へ寄付する「フードドライブ」を実施します。食品の寄付にぜひご協力をお願いいたします！

増田公民館での

【回収期間・場所】

10月1日(木)～10月31日(土)

平日 8:30～17:15

エレベーター前回収ボックス



【回収品目】

レトルト食品、カップ麺、スナック菓子、缶詰、お米、飲料水など、賞味期限が1か月以上あり、常温保存ができる食品

※肉・魚・野菜などの生鮮食品は除きます

ご提供いただいた食品は、フードバンク団体「NPO 法人ふうどばんく東北 AGAIN」を通じて、必要としている方々にお届けします。

なとり英会話サークル 若干名 会員募集！



英語をいっしょに学びましょう♪

活動日時：毎週木曜日 19:30～21:00

講師：ロバート・レンディッチ先生

会費：月 3,000 円

○大人の方を対象としたサークルです。

○10月22日(木)より無料体験レッスン

随時開始【お一人様一回】

問合せ：増田公民館 022-384-2432

増田児童センター 子育てひろば ますぴよ広場「ハロウィン」

ハロウィン制作やコーナー遊びを楽しめます。

日時：10月23(金)10:15～11:15

対象：未就学児のお子さんと保護者

定員：15組

持ち物：飲み物

申込：10月5日(月)10:00～

問合せ：増田児童センター

電話 022-381-1305

