

宮城県立名取支援学校 作業学習製品販売会

日時：9月24日(木)10:00～11:00

※雨天・雷注意報発令時の場合9月29日(火)に延期

場所：みやぎ生協柳生店(店舗入り口付近)

製品：紙製品、ビーズ製品、クラフト製品、季節の野菜等

※数に限りがありますので売り切れ次第終了となります。

ご了承くださいますようお願いいたします。

販売製品一覧は
こちらからどうぞ



問い合わせ先 名取支援学校 TEL 022-384-6161

～サークル・愛好会紹介～

【高館げんき会】

活動日：第2水曜日 9:30～11:30

主にダンベル体操を楽しみながら茶話会をし、健康ケアをしています。

運動が苦手な人でも大丈夫なのでどしどし、遊びに来てください。当日の見学も大歓迎です！



高館公民館『9月 自由来館日のお知らせ』

日時：9月30日(水)10:00～16:00 ホール・研修室 開放

『モルック＆ラダーゲッター体験』をホールで実施します。

一緒に練習をしてみませんか？予約は不要です！

ぜひ公民館にお越しください★



高館公民館からのお知らせ

☆ スポットクーラーが導入されました。

スポットクーラーをホールに設置しております。まだまだ暑い日が続きますのでご来館の際はぜひご利用ください。本体に使い方のマニュアルを掲示しています。こまめな水分補給とあわせて、熱中症予防にお役立てください。



☆ 図書室の蔵書が増えました！ぜひご利用ください☆

お1人につき、10冊まで、15日間貸出できます。

名取市図書館等の蔵書も貸出できますので、お気軽にお問合せください！



令和8年9月1日発行

【第477号】

(令和8年7月末現在)

高館公民館だより

〒981-1242 名取市高館吉田字東真坂38

TEL：022-382-2328

FAX：022-382-2341



【LINE 公式アカウント】【ホームページ】【Facebook】【Instagram】

【高館地区人口・世帯数】	
男	1,873(+3)
女	1,908(+6)
合計	3,781(+9)
世帯数	1,539(+4)

(前月比)

新規講座受講生募集！

《学べる・楽しむ・男性講座》

9月1日(火) 9:00より申込みを開始します。

申し込みフォームは
こちらから



窓口・電話・フォームよりお申し込みください。

スポーツ吹き矢にハマる予感！いつもと違う筋肉トレーニング健康法♥ 地元食材で作る、あったかほっこり料理★新たな楽しみが見つかるかもしれません。ご参加をお待ちしています(^^) /

対象：一般男性 定員：10名

開催日	時間	内容
10月22日(木)	10:00～11:30	スポーツ吹き矢を体験しよう
11月19日(木)	10:00～11:30	筋力トレーニング講座
12月3日(木)	10:00～13:00	地元食材を使った料理講座 (別途材料費を徴収します。)

高館公民館まつり 作品展示・ステージ発表出演者募集

日頃の活動の成果やあなたの作品を地域の皆さんにお披露目しませんか？

公民館まつり開催にあたり参加者を募集します！一般のお申し込みも歓迎です！

開催日時：令和8年11月8日(日) 9:00～14:00(予定)

対象：高館地区で活躍する個人・グループ

募集内容：展示の部・・・手芸、折り紙、写真、絵画等 芸能発表の部・・・カラオケ、ダンス、合唱、演奏等

申込み締切：9月25日(金) 厳守



申込方法：公民館窓口の備え付けの申込用紙に、必要事項をご記入の上、お申し込みください。

なお、芸能発表は申し込み多数の場合は抽選とさせていただきますので、ご了承ください。

※サークル・愛好会には、別途案内をお渡しします。



高館地域学校協働活動報告

ガーデニングボランティア 7/13(月)

高館小学校の校庭入口側花壇の草取りを行いました。ボランティアの協力で花壇の生い茂った雑草たちがきれいになりました。参加者同士で楽しくお話をしながら作業をしています。



寺子屋(習字教室) 7/29(水)・7/30(木)

夏休みに習字教室を開催し、小学生の皆さんが講師の佐伯先生ご指導の下、正しい筆の持ち方、姿勢、字形の整え方を学びました。一画一画を丁寧に書き進め、集中して作品を完成させた子供たちの達成感ある笑顔がみられました。



『7・8月 自由来館報告』

今回の自由来館は「e スポーツで遊ぼう(^ ^)」にチャレンジしました。夏休みを利用して、多くの子供たちも公民館に来てくれました。大人も子供たちと一緒にe スポーツにチャレンジして大変盛り上がりました。

7/27(月) 13:00~16:00 研修室



8/10(月) 10:00~16:00 研修室



今回の自由来館は「ボードゲームで遊ぼう(^ ^)」にチャレンジしました。ボードゲームをはじめ、参加者持参の3Dパズルにチャレンジしました。公民館では囲碁や麻雀も楽しむことができます。ぜひ自由来館に遊びに来てください。

第二中学校区(高館地区・増田西地区)広域連携講座

～～～開始時間の変更のお知らせ～～～

1. 日 時：9月18日(金) 13:20~15:00 (変更前 13:30~15:30)

2. 会 場：第二中学校体育館

◇申込締切日：9月4日(金)

※申込された方は、9月18日(金)13:00までに直接お越しください。

各自、飲み物(水分補給用)、上履きをご持参ください。

駐車場は校舎南側テニスコートをご利用ください。(校庭南門が出入口になります)



高館公民館講座報告

第2回「知っておきたい！セカンドライフ講座」 7/15(水)

「生前整理 はじめのいっぽ」と「充実したセカンドライフを送る為に」の内容で講話を進めていただき、今回も受講生はメモを取りながら真剣な眼差しで受講されました。講師より、生前整理の4つのコツや家族と共に少しずつ行うことも大切であることなど、生前整理を考える良い機会となりました。



第2回たかだて・つながる 7/22(水)

ガラスのような絵の具を使った、ティンプレートを行いました。この絵の具はフロントガラスの廃材からできている SDG'sにも貢献しております。乾くと波のような模様が浮き出るのが特徴です。受講生たちは、色の組み合わせや塗り方のコツを講師から教わり綺麗な作品が完成しました。



第2回高館大学「食べて元気！健康寿命をのばす栄養学」 7/28(火)

尚絅学院大学 教授 山城秋美氏をお迎えして食と健康についてお話をいただきました。年齢を重ねても元気に過ごすための食事のポイントや、食だけではなく「よく喋る、よく動く、よく寝る」ことの大切さを教えていただきました。受講生は握力チェックやカルシウム摂取チェックを通して健康状態を確認し、さらに健康づくりの意識を高める有意義な時間となったようです。



わくわくチャレンジ①「勾玉アクセサリ作り」 7/29(水)

受講生は講師の指導を受けて、真剣に勾玉作りに取り組みました。角ばった石をサンドペーパー使って、手が白くなるのも気にせず、一生懸命に磨きました。一人ひとりが個性のある勾玉に仕上がり、夏休みの貴重な体験になりました。



わくわくチャレンジ②「移動研修」 8/7(金)

仙台市科学館では様々な科学体験をはじめ、企画展やワークなどを楽しみました。午後からは宮城県図書館へ行き、併設のカフェでお昼を食べた後、宮城県図書館ツアーを体験しました。普段は入れないバックヤードや貴重な書物、貯蔵されている古い新聞を見せていただきました。移動研修を通して受講生たちも交流を図りつつ新たな学びに触れられた様子でした。

