



7月の行事予定

2(水)	ジオ×防災×eスポーツ講座in里山ほのぼの
8(火)・22(火)	北浦フラサークル
9(水)・23(水)	健康長寿くらぶ・体操
11(金)	スマホ教室／声優のお仕事体験教室
14(月)~19(土)	参議員選挙 期日前投票
20(日)	参議員選挙 投票
22(火)	こころの健康づくり教室
23(水)	健康マージャン交流会



THANK YOU 花いっぱい運動を実施しました

今年も市民憲章の事業として行われ、北浦コミセンの敷地内とプランターに花苗の移植を行いました。色とりどりのマリーゴールドやベコニアが元気に咲いています。お近くにお越しの際はぜひご覧下さい。
参加してくださった皆様ありがとうございました！！

NEW PROJECT 「北浦地区みんなで語ろう会」を開催します♥

日にち：8月1日(金)
時間：午後6時～7時半
場所：北浦コミセントレーニング室
持ち物：各自食べ物・飲み物・おやつ・おつまみ等
※コミセンでお茶・おかし・ビール少々をご用意してお待ちしております！

参加無料！！



地域の中でお互いの顔が見える関係を作り、いざと言う時に助け合えるまちづくりを目指し、お食事会を開催します！！食べ物や飲み物など一品以上を持ち寄り、クーラーの効いた涼しいお部屋で自由に交流を図りましょう♪
eスポーツや健康マージャンも楽しめます♪皆様のご参加をお待ちしております！！

EVENT 船川第一小学校放課後子ども教室・北浦公民館コラボ企画 「声優のお仕事」体験教室を開催します♪

日時：7月11日(金) 午後3時～4時半
集合場所：船川第一小学校 体育館
※途中からの参加や帰宅もOK！（その旨、申込書にご記入ください）
※お迎えは「小学校玄関」までお願いします。
対象：船川第一小学校1～6年生
持ち物：飲み物
お切：7月3日(木)
企画・運営：北浦公民館&船一小地域コーディネーター
問合せ：男鹿市教育委員会教育総務課生涯学習班（☎ 24-9133）
※市ホームページ、北浦コミセンインスタグラム、館報等に写真を掲載する場合があります。ご了承の上ご参加ください。
★申込用紙は放送室の前に置いてある「くじらっこ#151ラボ」のポストに入れてください

**講師：声優+ナレーター
こはるひよりさん**

**保護者の
見学OK！**



声優のお仕事ってどんなだろう？
先生から聞いて学んで、活舌ソングを歌ったり、アフレコに挑戦してみよう！！

市民と市議会議員が自由に情報及び意見を交わす場として、議会報告会を開催いたします。多くの皆様のご参加をお待ちしております。

7月5日(土) 午後1時半～ 北浦コミセン 大会議室
問合せ：男鹿市議会事務局 (☎24-9150)

7月 主催講座 **こころの健康づくり教室・お茶っこサロン**

日にち◆7月22日(火)
時間◆午前9時半～正午まで
場所◆北浦コミセントレーニング室

 どなたでも参加可能！！
ためになる講話を聞きながら
お茶を楽しみませんか？

7月 主催講座 **健康長寿体操教室**

日にち◆7月23日(水)
時間◆午前9時半～11時まで
場所◆北浦コミセン 大会議室
持ち物◆手ぬぐい・上履き・動きやすい服装



毎月第四水曜日に開催しています！
皆様のご参加をお待ちしております♡

7月 主催講座 **健康マーじゃん交流会**

日にち◆7月23日(水)
時間◆午後1時半～4時頃まで
場所◆北浦コミセントレーニング室
持ち物◆飲み物
定員◆8名+見学可

初めての方も経験者も大歓迎！
皆様のご参加をお待ちしております！！
【8/20(水)・9/17(水)にも開催予定！】

お知らせ **スマホ教室**



日にち◆7月11日(金)
時間◆午前10時～11時半
場所◆北浦コミセントレーニング室
内容◆SNS(LINE)を使って、メッセージを送ってみよう
(男鹿市のいろいろ予約をしよう)

お申し込みは北浦公民館(☎33-2112)へ
ご連絡ください。

CHECK 地区社協主催「スッキリ体操IN北浦」を開催します！！

日にち◆7月24日(木) (1人300円)
時間◆午前10時～午前11時
場所◆北浦コミセン 体育館
持ち物◆上履き・動きやすい服装

男鹿地域リハビリテーションの健康運動指導士、嵯峨昌樹さんを講師に、イスに座った体操やストレッチ、脳トレ、ボールを使った体操などを行います！！当日参加も可能です！！
皆様のご参加をお待ちしております♪



- 講座予告
- 9月10日(水) 手話講座
 - 11日(木) 藍染め教室
 - 12日(金) スマホ教室
 - 13日(土) DWAT(防災講座)
 - 16日(火) フルートコンサート
 - 30日(火) 温泉探訪講座



図書コーナーの本を  貸し出ししています！！
6月19日に本の入れ替えを行いました！！
市図書館からご希望の本の取り寄せも可能です。詳細は職員までお声かけください。