

No.333
令和8年
10月1日

発行：北浦コミセン



北浦コミュニティセンターだより

一の二の三の日湯

☎ 0 1 8 5 - 3 3 - 2 1 1 2

大切にしよう 故郷の宝

10月の行事予定

- 1(木) 菅江真澄と行く白神八峰研修の旅
- 8(木) 手話カフェ
- 9(金) 男鹿南中学校 地域貢献活動
- 13(火) 健康マージャン交流会
- 15(木) フルート&ピアノコンサート
- 16(金) スマホ教室
- 22(木) スッキリ体操
- 28(水) 健康長寿体操教室



文化祭の開催について 北浦地区文化祭開催 及び 出店・作品募集のお知らせ

「北浦地区文化祭」開催にあたり、地域の皆様の展示作品及びフリーマーケット出店者を募集します。この機会に是非、日頃の成果を展示したり、手作り作品等をフリーマーケット形式で販売してみませんか？参加希望の方は、北浦コミセン窓口にて用意している申込用紙、またはお電話にてお申し込みください。詳細については公民館までお問合せ下さい。

開催期間：11月7日（土）～8日（日） 午前9時～午後3時まで

展示場所：北浦コミセン 1階展示ホール、トレーニング室

申込〆切：10月23日（金）問 合 せ：北浦公民館 ☎ 33-2112

※11月6日（金）午後1時半～搬入、11月8日（日）午後3時～撤収 予定



今年も各種イベントが盛りだくさん！！お誘い合わせのうえぜひご来場ください！！

●11月7日（土）・8日（日）～作品展示、フリーマーケット

●11月8日（日）～なまはげ直売所（野菜、おやき等）・ノラネコ舎（パン）

・ルアナ（軽食）※売り切れ次第終了



●舞台発表～「南中生によるなまはげ太鼓」「北浦フラサークル」午前10時～11時

皆様のご来場をお待ちしております！！

公民館主催講座

北浦地区皆でおしゃべり会 開催のお知らせ

地域の中でお互いの顔が見える関係を作り、いざという時に助け合えるまちづくりを目指し、文化祭の打ち上げを兼ねて、11月8日【日】16時から、お食事会を開催します。コミセンでお茶や軽食をご用意してお待ちしております。ご飯をみんなで一緒に食べる感覚でお気軽にお越し下さい！！

袋菓子ひとつでもOK！！

参加費：無料 会場：北浦コミセントレーニング室

持ち物：各自食べ物・おつまみ等 時間：16時～17時半

問い合わせ：北浦公民館（☎ 33-2112）



赤い羽根共同募金について

今年も10月1日から共同募金が始まります。婦人会、町内役員の方々が伺いますので、ご協力をお願いいたします。



ご芳志のお礼

佐藤 秀樹 様（湯本） 20,000円
北浦地区社会福祉協議会へ指定寄付がありました。この善意を地区社協の事業に活用させていただきます。ありがとうございました。

市政懇談会について

11月2日（月）午後2時から、北浦コミセン体育館において、市政懇談会が開催されます。皆様のご参加をお待ちしております。

からだスッキリ体操in北浦参加者募集

日 時：10月22日（木）10～11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、飲み物
参加費：1人300円

手話カフェ



日にち◆10月8日(木)

時間◆午前10時～11時半

場所◆北浦コミセン小会議室

健康マージャン交流会



日にち◆10月13日(火)

時間◆午後1時半～4時まで

場所◆北浦コミセントレーニング室

持ち物◆飲み物

定員◆12名+見学可



スマホ教室

日にち◆10月16日(金)

お申込みはコミセンまで
ご連絡下さい

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◆スマホID・パスワードあんしん整理術



健康長寿体操教室

日にち◆10月28日(水)

時間◆午前9時半～11時まで

場所◆北浦コミセントレーニング室

持ち物◆手ぬぐい・上履き・動きやすい服装

内容◆厚生労働省認定整体師の夏井先生を講師に
お招きし、セルフケアを行います。



北浦体育協会主催

北浦地区レクリエーション大会を開催しました



9月6日(日)北浦体育協会主催・北浦公民館共催
「レクリエーション大会」を開催しました。当日は各
地区から32名が参加し、リズム体操、スマイルボウ
リング、ラダーゲッター、ディスコンを実施し、大変
盛り上がりました。次回は冬にふるさとカルタ大会を
実施予定です！ご参加をお待ちしています！

公民館主催講座

こころの健康づくり教室&お茶っこサロン

皆で歌おう！フルーツ&ピアノコンサートを開催します

日にち◆10月15日【木】

時間◆午前9時半～正午まで

場所◆北浦コミセン 体育館

持ち物◆上履き

参加無料♪クイズコーナーで正解した方に、粗品をプレゼント！

健康講話を聞いた後、お茶っこ
タイムを挟んでフルーツとピア
ノのコンサートを開催します。
最後に皆で歌を歌います♪



北浦地区高齢者 ひとりぐらしのつどい開催のお知らせ

日にち◆10月6日【火】

時間◆午前10時半から午後2時半まで

場所◆北浦コミセン 体育館

対象者◆事前にお申し込みしている

北浦地区のひとりぐらし高齢者

※歌謡ショーはどなたでも観覧可能です♪ (お弁当は事前申込の方のみ対象です)



・講演：午前11時20分～

「正しい動きでスッキリ体操」

講師 健康運動指導士 嵯峨 昌樹

・アトラクション：午後1時～

「歌謡ショー」

出演 杉本 健太郎

香月 彩

石川 千秋



南中地域活動



日にち◆10月9日【金】

時間◆午後1時40分～2時50分

場所◆北浦コミセン 体育館

内容◆南中生と一緒にミニテニスで
交流を図ります。

参加希望の方は北浦コミセンへお問合せください！！

～野村地区～セルフケア講座開催

日にち◆10月7日・21日【水】

時間◆9時半～11時半

場所◆野村公民館

内容◆7日は栄養士を講師に招いて
の講座、21日は公民館職員によるeスポ
ーツ体験を行う予定です。

