

未来へ向けて頑張ろう！なとり・下増田 令和5年2月1日号

下増田公民館だより

編集・発行 名取市下増田公民館
〒981-1217 名取市美田園七丁目 22 番地3
TEL022-382-2335・FAX022-382-2342



こちらからご覧下さい



地区人口(12月末現在)

	人数	前月比
男	4,063	+14
女	4,081	+9
計	8,144	+23
世帯数	3,233	+7

なとりまなびフェスティバル' 22 後編を開催します

佐藤弘道 氏(ひろみちお兄さん)による講演「子どもたちのために～10年先の健康と今日からの運動～」をはじめ、市内各公民館利用者によるステージ発表、マナビィ市民講師による体験コーナー、市内就労支援施設による物品販売などのイベントを予定しております。詳しくは名取市ホームページをご覧ください♪

- 日 時 令和5年3月18日(土) 12:00～16:30(開場12:00)
- 場 所 名取市文化会館 大ホール、ホワイエ
- 主 催 名取市生涯学習推進本部
- 後 援 名取市父母教師会連合会
- 参加費 無料(大ホールへの入場は整理券が必要です)

※整理券は2月1日(水)より市内各公民館、図書館、生涯学習課にて配布します。

※定員になり次第、配布を終了します。

○お問い合わせ

名取市教育委員会生涯学習課 ☎022-724-7173



講師：佐藤弘道 氏



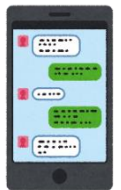
生涯学習のマスコット
マナビィ

第3弾！！ スマホ体験会「スマホの基本とLINE体験」

今回の体験会ではスマホの基礎講座に加えてLINE体験ができます。LINEをお使いの方や興味がある方、スマホをお持ちでない方でも体験可能となっておりますのでご友人等お誘いのうえ、お気軽にご参加ください。

※LINE(ライン)とは・・・スマホやパソコンなどで利用できる機能。LINEの利用者同士でメッセージのやり取り、音声通話、ビデオ通話ができます。

- 開催場所 : 下増田公民館
- 日 時 : 3月15日(水) 10:30～12:30
(各公民館で開催しておりますので、詳細はご連絡ください。)
- 定 員 : 15名(先着順) ※最少催行人数5名
(申込期間内に人数に達しない場合は中止となります。)
- 申込期日 : 各開催日の2日前まで(土日祝除く)
- 対 象 : スマートフォンを持っていない方、利用している方などなたでも参加可能。
※当日は市で用意したスマートフォンを使用します。



申込・問合せ

DX推進室 022-748-6816

★ 青少年健全育成名取市民会議からのお知らせ ★

各地区青少年健全育成会の活動状況等を掲載した広報紙「けんぜんいくせい」を作成しました。名取市ホームページに掲載しておりますので、ぜひご覧ください。





講座報告



たくさんのご参加ありがとうございました

うす味から始める元気な生活(全3回)

① うす味習慣のすすめ



② うす味に慣れよう



食塩濃度



0.6%

1.2%

③ うす味なのにおいしいレシピ



減塩おにぎり



一口サイズのご飯

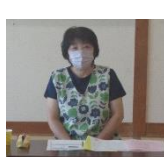


野菜のち・か・ら 野菜で健康づくり(全5回)

① 夏野菜で夏バテにめげないからだを作ろう



② ネバネバで元気・一年中美味しい野菜



③ 野菜が持つ抗酸化力

いつまでも若々しく...



⑤ からだを温める根菜で健康に



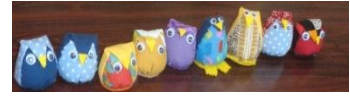
④ 食の基本「一汁三菜」



公民館サロン楽しいハンドメイド(全5回)



① 不苦勞・知恵の鳥 フクロウ



② ガウチョパンツ



③ おしゃれなコサージュ



④ かわいいミニツリー



⑤ 干支のお正月飾り



★ 下増田児童センタークリスマスパレード ★



2022年12月23日下増田児童センターのクリスマスパレードで、とっても可愛いたくさんのサンタさんがプレゼントを届けに来てくれました。

ありがとうございました...



児童センターからのお知らせ

子育てひろば

「ぴよぴよハウス in しもますだ」
木のぬくもりが感じられる、親子でゆったり過ごせるところです。

日時：平日の9:00~17:00



下増田児童センター
電話382-1345

【オマチマンコンサート】

- オマチマンがやってきて親子コンサートを行います!
- 日時：令和5年2月15日(水) 10:30~11:30
- 受付：10:10~
- 場所：下増田児童センター ホール
- 対象：未就学児親子
- 申込み：不要 ※当日受付先着15組限定

