

十二所公民館だより

令和8年

5

月号

(電話 43-7123 fax 52-2605) ふれあい



大館市出前講座 ～十二所公民館・地域包括支援センターおおたき共催事業～

「マイエンディングノート」

活用と意思決定支援を考える



自分の歩んできた人生を振り返り、想いや願いを家族や未来に伝え残す「マイエンディングノート」。自分の望む人生を最後まで自分らしく歩むために、書き方を学んでみませんか。参加は無料です。

と き

5月23日(土)

10時～12時

ところ

十二所公民館 講堂

定 員

30名(先着順)

内 容

- マイエンディングノートの書き方・活用術
- 「意思決定支援を考える」講話
- 専門スタッフの個別相談
(介護・医療・保険・福祉などの困りごとなど)

受付開始

5月7日(木)

公民館まで電話でお申し込みください



誰でも気軽に楽しめるニュースポーツ

第1回十二所地区モルック大会

モルックは、『木製の棒を投げて得点板を倒す』老若男女問わず誰でも気軽に楽しめるゲームです。一緒に心地よい汗を流しませんか！

と き

6月6日(土)

9時30分～12時

ところ

公民館前駐車場の芝〔雨天は講堂〕

資格要件

十二所地区の住民、出身者及び同地区の事業所に勤務しているかた

表彰等

1～3位に賞品。参加賞もあります

参加費

無料

申込方法

『1チーム3名』でチームを組み、申込書を公民館までご提出ください

受付期間

5月7日(木)～6月2日(火)



『成章50歳リレー』実行委員会が「鶏めし」と「カシミアプリン」を販売

十二所を盛り上げる活動の応援も兼ねて、ぜひご購入ください。事前予約も受け付けています。

- と き** 5月3日(日)～5日(火) 10時～ ※売り切れ次第終了します
- と ころ** ①北部シルバーエリア(十二所)/②旬果園(中山)/③按摩堂(御成町3丁目)
- 価 格** ・「鶏めし」花善×成章50歳リレースペシャルコラボ弁当 1,200円/個
・「カシミアプリン」大館産赤玉たまごを使用した大人気プリン 450円/個
- お問い合わせ・予約** ☎ 070-8560-8040 (50歳リレー実行委員会 予約販売担当)

6/28は
スポ・レク祭

支えあう 住みよい社会 地域から

5月12日～18日は

「民生委員・児童委員の日」

活動強化週間です

守秘義務のある民生委員・児童委員は、皆さんの身近な相談相手です。

暮らし・介護・子育てのことなどで、心配ごとや困りごと、悩みごとなどがありましたらお気軽にご相談ください。

〔民生委員〕

- ・滝澤 和子(大滝1区、平内)
- ・松原せつ子(中町、上町)
- ・畠山 修一(別所)
- ・佐藤 和(葛原)
- ・成田くに子(浦山)
- ・畠山 良光(曲田)
- ・菅原 文子(大滝2区)
- ・吉成 真(上新町)
- ・花田 真子(沢尻)
- ・畠山 孝子(猿間)
- ・三浦 京子(軽井沢1、2区)
- ・宅井 雅子(道目木)

〔主任児童委員〕

- ・大森 峰子
- ・佐藤 靖子



包括支援センターおおたき 『健康教室』

- ▶ 5/14(木) 10時～11時 北部シルバーエリア
- ▶ 28(木) 10時～11時 別所自治会館

GO! GO! 成章スポーツ少年団

- ◇成章クラブJr. (南・成・北キングアローズ)
- ①第18回秋田県小学生野球大会大館支部予選会
5月2日(土)、3日(日) 達子森野球場
- ②高円宮賜杯第46回全日本学童軟式野球大会
マドカド・トーナメント秋田県大会大館市予選
5月23日(土)、24日(日) 達子森野球場
- ◇成章ランナーズ
- ①第41回大館市民陸上競技大会
5月3日(日) 長根山運動公園陸上競技場
- ②大北小・中・一般交歓陸上競技大会
5月23日(土) 長根山運動公園陸上競技場

5月の行事予定

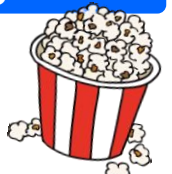
- ・おとり号移動図書館巡回(公民館前)
13日(水)、27日(水) 15時45分～16時20分
- ・ポッチャ教室(毎週月曜、公民館講堂)
11、18、25日 13時30分～15時30分
- ◎3日(日)～6日(水) 祝日により『休館日』です。

北部シルバーエリアからのお知らせ

♪「こどもの日 ミニ縁日」♪

◇と き 5月5日(火・祝)
10時～15時

- その1** 休憩入浴料金割引
終日340円(小学生170円)
- その2** ポップコーン販売(1個/100円)
- その3** 輪投げ(3投/100円)



☆春の健康づくり教室(申し込み受付中)☆

- ①リズムエクササイズ 講師:花岡 幸子氏
と き 5/15、5/22、5/29、6/5、6/12、6/19(金曜日・全6回)
- ②パンチでエクササイズ 講師:浅利 ゆみ氏
と き 5/20、5/27、6/3、6/10、6/17、6/24(水曜日・全6回)
- ③ピラティス 講師:本田 春奈氏
と き 6/26、7/3、7/10、7/17、7/24、7/31(金曜日・全6回)

- 定員** 各コース定員20名
- 時間** 各コース(18時30分～19時30分)
- 受講料** 各コース1回500円(各回ごと支払い)
- 持ち物** 内ズック、水分、フェイスタオル、ヨガマット

問 北部シルバーエリア ☎ 47-7070