

# 宇部公民館報

平成 27 年 (2015) 10 月 1 日号

編集発行 宇部公民館 TEL 56-2706



## 町民文化祭日程決定!

**平成 27 年 11 月 7 日 (土)、8 日 (日)**

**文化祭ボランティアスタッフのお願い!!**

9 月 24 日 (木) 町民文化祭実行委員会が開催され、上記のとおり日程を決定しました。実行委員会では、町民総参加で町民文化祭を盛り上げていこうと、今年度もボランティアスタッフを募集します。お忙しいこととは思いますが、展示や会場設営など、ご都合のいい範囲で手伝っていただける方は、宇部公民館 (TEL56-2706 担当:廣崎) へご連絡をお願いいたします。

また、今年度も町民の**皆様の様々な作品を大募集しています**。趣味で作られている作品などがありましたら、**出展をお願いします!!** 自分では、搬入できない場合も対応しますので、出展いただける場合は宇部公民館へお電話をお願いします!!

## 参加者大募集



## 平成 27 年度町民ウォーキング ～ 平庭高原 ～



今年は、久慈市と葛巻町にまたがる平庭高原を歩きます。秋の美しい山並みをのぞみながら歩いてみませんか?ウォーキングの後は、「平庭山荘」で汗を流しましょう♪スポーツの秋です、皆さんお誘いあわせのうえ、ご参加ください。

- 1 日 時 **10月31日(土)** 9時～14時30分(予定) 8時50分集合
- 2 行 程 9時発～ウォーキング～平庭高原～14時30分解散予定
- 3 対 象 宇部町民、宇部に関わりのある人 (小学3年生以下は保護者同伴)
- 4 持 ち 物 昼食・雨具・おやつ・水分補給の飲み物・タオル・入浴用品等  
**入浴する方は520円(小学生260円)**
- 5 申 込 み 10月29日(木)までに地区体協役員または宇部公民館 (56-2706)へ
- 6 定 員 40名程度

☆雨天の場合は中止(当日、午前8時に判断しますので、宇部公民館にお問い合わせ願います。)

☆事故があった場合は、公民館加入の公民館総合補償制度の範囲内で補償します。

主催 宇部町体育協会

共催 宇部公民館

**裏面にも募集がありますので、ご覧ください。**



## 参加者大募集

### 「大人の社会科見学」～防災について学ぼう～

東日本大震災で甚大な被害を受けた宮古市田老地区では災害に対して、どのように準備してきたか、起こったことはどのようなことであったか、今後の防災についてどのように考えていくべきかなど、被害を受けた防潮堤や「たろう観光ホテル」を現地のガイドによる説明や映像を見ながら学びたいと思います。

いつ起きるかわからない災害に対し、皆さんの防災意識を高めるため、隣近所の方もお誘いあわせのうえご参加ください。

- 1 日時 10月28日(水) 午前8時40分～午後4時00分
- 2 行程 宇部公民館⇒宮古市田老(田老駅)⇒宮古市内視察(昼食含む)⇒宇部公民館  
8:40発 10:30～11:30 12:00～14:00 16:00着
- 3 定員 40名程度(先着順)
- 4 締切 10月21日(水)までに宇部公民館(電話56-2706 担当:廣崎)へ
- 5 その他

- (1) 雨天でも実施しますので、雨具等のご用意をお願いします。
- (2) 事故が発生した場合は、公民館総合補償制度の範囲内で補償します。
- (3) 昼食は自己負担(千円程度)となります。

### 成人講座「詩吟教室」

「詩吟」は自然、歴史、人生を詠った漢詩や和歌などを大きな声で歌うことです。それにより、身体的効用やストレス解消に役立ちます。

年令を問わず、いつからでも始められます。初めての方にも一人で出来るようになるまで、わかりやすく指導します。隣近所の方をお誘いあわせのうえ、この機会に挑戦してみてください!!

- 1 日時 平成27年10月～12月(全4回)  
10月27日(火)・11月10日(火)・11月24日(火)・12月8日(火)  
午後2時30分～午後4時30分
- 2 場所 宇部公民館 会議室
- 3 定員 15名(申し込み先 宇部公民館(TEL56-2706))

### わんつか頑張って介護予防「わんつかっこ宇部教室」

介護予防に取り組む「わんつかっこ宇部教室」です。今回で5回目となりますが、途中からの参加も大歓迎です。隣近所の方をお誘いあわせのうえご参加ください。なお、すでに申込みしている方は、申し込みの必要はありません。

- 1 日時 10月8日(木) 午前9時30分～午前11時30分
- 2 場所 宇部公民館 講堂
- 3 申込み 初めての方のみ、前日までに宇部公民館へ申込み願います。
- 4 内容 健康チェック、介護予防体操、レクリエーション 等
- 5 持ち物 飲み物(水、お茶など)

#### 食べて元気になろう会

- 1 日時 10月22日(木) 10時～13時
- 2 場所 宇部公民館調理室
- 3 内容 古代米ごはん、すいとん、サバのみぞれ煮 他

#### 小袖地区サロンのご案内

《血圧測定、こころの相談、語り合い、ちよこっと体操、栄養のお話》  
～誘い合って、ご参加ください～  
☆平成27年10月22日(木) 13:30～15:00  
☆小袖漁村センター

☆移動図書館車ざんなん号☆ 宇部支所前 10月21日(水) 13:35～13:50 ご利用ください!!