



西浦公民館だより

令和4年（2022年）11月号

西浦公民館
西浦町宮地 10-6
TEL 57-2398
休館日 毎週 月曜日

みんなで歩こう
健康づくり大会【西浦地区】

◎日時

令和4年11月20日(日)
午前8時50分～12時

【受付】午前8時20分～

※小雨決行・雨天中止

◎集合場所

西浦公民館

◎コース(約6.5km)

西浦小学校 ↓ くし港 ↓ 明柄グラウンド

↓ 西浦温泉海水浴場 ↓ 倉舞港

↓ 知柄港 ↓ 竜田海岸

↓ 西浦公民館

◎アトラクション

お楽しみ抽選会

◎参加対象

どなたでも参加できます

高齢者の方・親子など多くの方の

ご参加をお待ちしております。

◎体調のすぐれない方は参加をご遠慮ください。

参加の際は必ずマスク着用でお越しください。

◎持ち物

タオル・水筒・帽子・雨具など必要な

ものは各自でご用意ください。

《問い合わせ》

西浦公民館 TEL 57-2398

〓共催〓

西浦公民館・体育指導委員会

蒲郡市教育委員会

蒲郡市市民憲章推進協議会



西浦公民館生涯学習講座

ガーデニング講座～お正月の寄せ植え～

日にち：令和4年12月3日(土)

時間：①午前10時～11時30分

②午後1時30分～3時

場所：西浦公民館

対象者：市内在住・在勤の方

定員：各12名(先着順)

参加費：3,000円

(材料費・器代を含みます)

持ち物：エプロン・筆記用具

講師：大竹まみ子さん

(フラワーガーデンはなぐみ)

申込み：11/8(火)～

直接または電話で西浦公民館へ (TEL 57-2398)



作品例

「西浦公民館まつり」展示作品募集!

「公民館まつり」を下記の日程で開催いたします。つきましては、町民の皆さんで出展を希望される方は12/3(土)までに西浦公民館へお申込みください。

展示日時：令和5年1月1日(日) 9:30～15:00

// 2日(月) 9:30～14:30

場所：西浦公民館

作品搬入：12/20(火)～12/23(金)

※各教室・団体・個人で
搬入日を調整します。

問合せ先：西浦公民館 TEL 57-2398



西浦公民館俳句教室 令和四年九月抄

初秋のかなた一望伊良湖崎
月明かり海に光りの道となり
熟睡の妨げ一匹蚊遣焚く
風さやく田園照らす夕の月
畑から冬瓜満載乳母車
触ったら冷たかろうよ青蜥蜴
新涼や風に余韻の愛の鐘
終焉のつくつく法師絶叫す
浴衣の子娘となりて風に立つ
秋夕焼け明日の農事を占いて

大竹 正泰
稲吉 幸恵
壁谷 漁火
前田タネホ
大竹 安代
壁谷 時子
三浦くに代
尾崎 嬉子
鈴木 晴子
八田 日生



11月の休館日

3日(木)
7日(月)
14日(月)
21日(月)
23日(水)
28日(月)

11月の行事予定

5日(土) 町民グラウンドゴルフ大会
15日(火) にしまちカフェ
19日(土) ゆとり教室「ダーツ」
20日(日) みんなで歩こう健康づくり大会
26日(土) 「生涯学習講座」
木目込みで作る干支「豆卯」

人づくり・まちづくり「人と地域をつなぐ公民館」

みんなでいっしょに楽しもう！ 「ゆと教室」を開催します！

【学習課題】ダーツを楽しもう！

ダーツは高齢化社会の生涯スポーツとして、年齢・性別に関係なく誰でも気楽にプレーできます。またコミュニケーションの手段として家族で楽しめるスポーツです。みなさんでぜひ参加ください！

日 時：令和4年11月19日（土）
午後1時30分～

場 所：西浦公民館2階講堂

講 師：蒲郡市役所スポーツ推進課

どなたでも参加できます！



西浦公民館講座「季節の手しごと」 ニギスの美味しい季節です！！

地物のニギスを各自で
フライ・団子にして持ち帰ります

日 時：令和4年11月19日（土）
午後1時半～

場 所：西浦公民館 調理室

定 員：20名（先着順）

参加費：800円（材料費込み）

持ち物：各自で用意するもの

出刃包丁・まな板・調理用トレー
持ち帰り用の容器

指導者：鈴木保子さん

定 員：20名（先着順）

申込み：11/12（土）までに西浦公民館へ
TEL 57-2398

※天候による変更あり



行方不明者声かけ隊

行方不明者声かけ隊とは、認知症高齢者が行方不明になったという設定のもと、通報→連絡→捜索→発見の流れを体験することで、実際に徘徊している人を見かけた時の対応に役立つものです

日 時：令和4年11月11日（金）
10時～11時30分

場 所：西浦公民館

定 員：25名程度（先着順）

対象者：認知症を学びたい方（年齢問わず）

問合せ：西部包括支援センター TEL58-1136

無料で、認知症ガイドブック・虎の巻配布！



JA 蒲郡市さんが本年度創立50周年を迎えるにあたり、地域貢献として市内の各公民館に、地域の子どもの作品を展示するためのパネルと、同様に本年度制定50周年を迎える蒲郡市民憲章にちなんだ読み上げ用のパネルをご寄贈いただきました。

長い間
市民に親しまれてきた
3つの誓い。
蒲郡市民憲章は、今年で
制定50周年を迎えます。



にしまちカフェ

日にち：令和4年11月15日（火）
9:30(受付)～11:30

場 所：西浦公民館

お茶代：200円（当日）

スケジュール：血圧測定・保健師さんのお話

黙食体験・談笑タイム・簡単な運動

申込み：11/8(火)までに

西浦公民館へ TEL 57-2398

【お手伝い】民生児童委員・西浦地区ヘルスマイト



参加者募集！ たのしくクッキング （食事と運動）

【日 時】令和4年11月24日（木）
午前10時～正午（受付9時40分～）

【場 所】西浦公民館1階和室

【内 容】☆保健師血圧測定
☆運動指導士によるロコモ予防
☆簡単レンジクッキング紹介

【対 象】65歳以上の市民15名（先着順）

【参加費】無料（プチお土産あり）

【持ち物】マスク着用

【申込締切】：11/15（火）

先着15名（申し込み用紙に記入して下さい。）

申込みは西浦公民館（TEL57-2398）へ

※コロナ感染状況により変更になる場合があります。

※この事業は、蒲郡市健康づくり食生活改善協議会（西浦地区ヘルスマイト）が蒲郡市から委託を受け、西浦地区ヘルスマイトが実施します。