

【さくら地域包括支援センターとの共催事業】

‘健康の秘訣’ 歩け歩け 楽々ウォーキング

2本の専用ポールを用いたウォーキング体験です。

講義を受けたあと、実際に西部公民館周辺を歩きます。

- ◆開催日 ①11月13日(木) 初心者向け2km コース
②11月21日(金) 上級者向け4km コース
- ◆時 間 いずれの回も午前10時から正午まで
- ◆場 所 西部公民館 3階 集会室 (集会室での講義の後、屋外でのウォーキング)
※雨天の場合や、クマ出没等の危険がある場合は、集会室でウォーキングします。
- ◆講 師 全日本ノルディックウォーク連盟 公認指導員 島津 裕晃 氏
- ◆定 員 各回10名 先着順 (両方の申込みも可)
- ◆持ち物 歩きやすい服装と靴、帽子、水分、ウェストポーチやリュック等
- ◆費 用 無料(使用するポールは公民館でお貸しします)
- ◆申込み 11月5日(水) から開始

電話または直接西部公民館へ 電話645-1223



西部そば打ち道場 第2弾

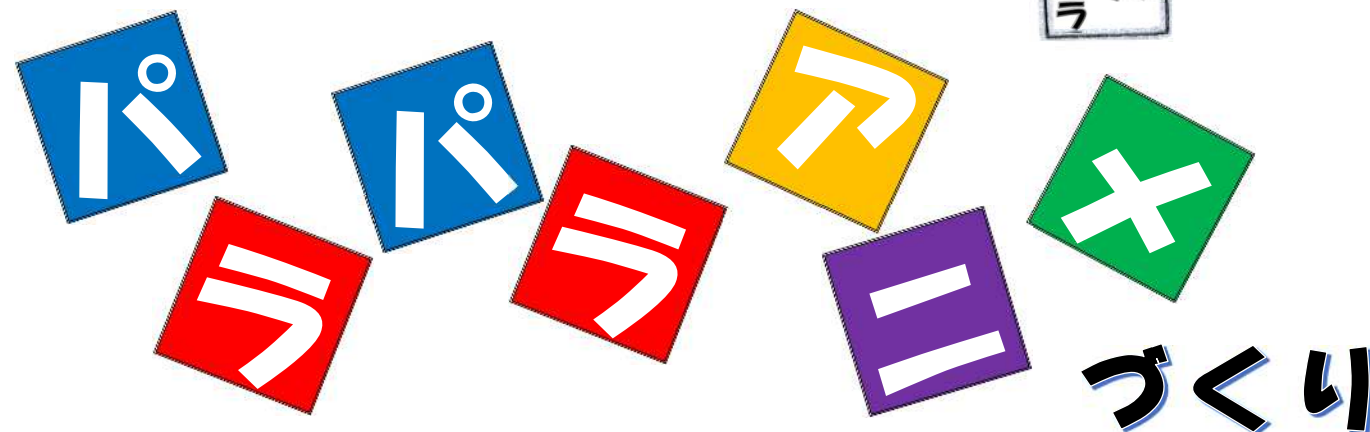
— 香り高い『秋の新そば』を打ってみませんか —

- ◆日 時 11月14日(金) 10:00~13:00
- ◆場 所 西部公民館 2階 研修室 A
- ◆内 容 ・そば粉等の材料に関する学習
・そば打ち実習 ・打ち立てそばの実食
- ◆定 員 8名(申込多数の場合は抽選になります。)
- ◆費 用 1,400円(材料代)
- ◆持ち物 エプロン、頭にかぶるもの、そばを持ち帰るための容器(お菓子箱等)等
- ◆申込み 11月5日(水)から11月11日(火)まで、電話または直接西部公民館へ
電話645-1223



【西部公民館・山形国際ドキュメンタリー映画祭 共催事業】

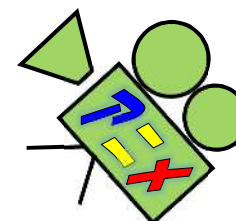
映画監督に挑戦!



「16ミリフィルムを使った短編アニメづくり」

※透明にした16mmフィルムに絵を描いて、『アニメーション』作りに挑戦します。

- 日 時 12月6日(土) 10:00~12:00
- 対 象 小学生と保護者先着5組(計10名)
- 講 師 山形国際ドキュメンタリー映画祭 事務局職員
- 費 用 無料
- 場 所 西部公民館 3階 集会室
- 申込み 11月7日(金) から11月28日(金) まで
電話で西部公民館へ TEL 645-1223



お正月の縁起物講座Ⅰ

～手作りの「しめ飾り」でお正月を迎えよう～

- ・日 時 12月7日(日) 10:00~12:00
- ・場 所 西部公民館 3階 集会室
- ・対 象 成人 15名 (先着順)
- ・講 師 佐藤 淡星 氏 (草月流師範理事)
- ・費 用 2,000円 (材料代) ※当日集めます
- ・持ち物 作ったしめ飾り(約60cm)を持ち帰るための袋をお持ちください。
※道具は、すべてお貸しします。
- ・申込み 11月5日(水) から11月21日(金) までに、電話または直接西部公民館へ
TEL 645-1223



西部公民館 100歳体操

11月7日、14日、21日、28日の4回です。

実施時間は 12:00～12:40

100歳体操とは、誰でも簡単にできる椅子に座ってゆっくりと手足を動かして行う体操です。お気軽にご参加ください。



◎水分補給用の飲料水をご準備ください。

会場
西部公民館 1階ロビー

「親子ふれあいのつどい

～ミニ門松作り&エコ羽子板で遊ぼう～

▼仕上がりイメージ



日時：令和7年12月14日(日)午前10時～正午
場所：霞城公民館 3階 講堂
対象：親子20組（子どもの年齢は小学1年生以上）
参加費：500円
持ち物：雑巾1枚、事務用はさみ1本
申込方法：11月17日(月)午前9時より、電話で事務局へ
（先着順）※定員になりしだい締め切ります。

主催：山形市青少年育成市民会議
事務局：山形市教育委員会 社会教育青少年課 青少年係
TEL:023-641-1212 内線618・619

11月の子育ておしゃべりサロン

親子で楽しく情報交換、みんなで一緒に遊びましょう!!

日時 11月14日(金) 10:00～11:00
場所 西部公民館 2階 和室AB
対象者 0才～3才ぐらいのお子さんと保護者



11月の第二地区いきいきサロン

日時 令和7年11月26日(水) 午前10:00～11:30
場所 西部公民館 2階 研修室A
内容 歌って、体操をして楽しみましょう♪♪♪
参加費 茶菓子代 100円

第二地区社会福祉協議会

「結婚相談会」のお知らせ

本気で結婚を考えている方を応援する「やまがたし良縁隊」は、出会いの創出やマッチングに向けた「結婚相談会」を開催しています。“出会いの場がほしい”、“子どもの結婚について相談したい”など、お気軽に何でもご相談ください。

○とき・ところ

①令和7年11月19日(水) 午前10時～午後3時（正午～午後1時を除く）
市役所10階 委員会開催室

②令和7年12月5日(金) 午後6時～午後8時
南部公民館2階 研修室

○対象 結婚を望む独身男女やその家族等

○相談担当 「やまがたし良縁隊」メンバー（結婚を望む方を応援するボランティア仲間組織）

○費用：無料

○申し込み：電話または市ホームページの申込フォームで山形市公民連携室へ
641-1212（代表） 内線223

○その他：仲人さんも随時募集中です



会員募集

遊文会

・自由に楽しんで自分史を書いてみませんか。

※日常生活での喜怒哀楽等々、何でも自分の思いを書いて楽しみましょう。

◎会員同士で楽しいひと時を過ごします。

・活動日 第2、4木曜日 午前10時～正午
・年会費 1,000円

《問合せ》

中川まで

☎ 023-645-1621



今月の生け花（淡星会）



《花材》オクラ、コーリ柳、トルコキキョウ、ピンクッション、カスミ草、モンステラ、ドラセナ

令和7年11月西部公民館カレンダー



西部公民館マスコット
「大地くん」

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

休館日 ○ 抽選会日

令和8年1月利用分の抽選会

日時 令和7年11月25日(火)

午前9時00分から

場所 西部公民館 3階 集会室

※ 抽選会への参加はサークル届を提出し、登録している団体に限りです。

・令和8年1月利用分の一般受付は12月2日(火)9時からになります。