

田頭コミセン通信

令和7年5月8日発行 第148号

電話 0195-76-2521

文責 八幡平市田頭地域振興協議会

田頭コミセンは Facebook
でも情報を発信しています
田頭コミセン 
こちらから⇒
Check! ⇒ 

★田頭館山公園の桜も満開になりました★

5月の予定

15(木)市健診日(基本健診)

16(金)市健診日(基本健診)

館山公園環境美化委員会理事会

田頭地域振興協議会理事会

25(日)  体育館休館日

28(水)のびのび体操教室

6月の予定

1(日)館山公園草刈り①

8(日)  体育館休館日

11(水)田頭曙大学開講式

13(金)のびのび体操教室

22(日)  体育館休館日

25(水)潮風トレッキング

のびのび体操教室

田頭館山公園の桜が今年は例年よりも 一週間ほど早く満開になりました♪

花見の季節に合わせて、毎年、館山会の皆さんが提灯を設置してくださっています。日中の公園もおすすめてですが、夕暮れに灯りが灯ると館山は一変して幻想的な雰囲気が漂いお花見気分が一層盛り上がりました。



↑ 町組地区老人クラブの皆さん

公園内は、館山公園巡回員さんが見回りをしてくださっている他、気持ちよく公園を利用してほしいとの思いから、町組地区老人クラブの皆さんも館山公園の階段脇の草取りや清掃をしてくださっていました。

ありがとうございます!

★田頭コミセン成人講座のご案内について★

折紙教室「まんまるボックス」作り

お待たせいたしました!一年ぶりの開催となる折紙教室は、小物入れになる可愛いまんまるボックスを作ります。みなさんで手を動かしながらおしゃべりを楽しみましょう♪

日時 7月3日(木) 9:30~12:00

場所 田頭コミュニティセンター
研修室

対象 八幡平市在住者
(定員12名程度)

講師 コミセン職員

参加費 100円(材料費)

持ち物 メガネ(必要な方)

申込み 5月13日(火)~開催日前日まで

※定員になり次第、受付終了します。



のびのび健康体操教室

椅子に座ったままの運動や寝転がったの運動で無理なく続けられます。当日の飛び入り参加も大歓迎です!

日時: 5月28日(水)

6月13日(金)

6月25日(水)

各回 午前10時~11時

場所: 田頭コミセン研修室

講師: シルバーリハビリ体操講師

参加費: 無料

持ち物: 飲もの、ヨガマット(持参できる方)



★田頭コミセンからのお知らせ★

本館内と田頭体育館のワックス清掃が行われました

4月26日~28日にかけてコミセン館内及び田頭体育館のワックス清掃が行われ、床がツヤを取り戻しピカピカになりました! 施設をご利用の際は、机のロックをかけたままの移動などによって傷がつかないように、十分にお気を付けください。利用者の方々が皆で気持ちよく利用できるように皆様のご協力をお願い致します。

潮風トレッキング



当日波が穏やかな干潮であれば、東日本大震災津波による地盤沈下の為に、長らく歩行困難となっていた5本の隧道(すいどう・トンネル)を通りながら波打ち際を歩く自然歩道コースを歩けるかもしれません！

今年も潮風トレッキングの季節になりました。

今回は、去年歩いた島越駅をスタートにさらに南下するルートを歩きます。その昔あまりの道の陰しさにこのまま行こうか、引き返そうかと思案したという「思案坂」やその先に待ち構えるさらに深く大きい松前沢に、職も投げ出して帰ったという「辞職坂」の谷裾を歩くアップダウンを繰り返すコースです。

きつい行程のあるコースですが、ゴールの鵜の巣断崖の絶景を目標にしっかりと歩く準備を整えて参加しましょう！

令和7年6月25日(水) 6:15 田頭コミュニティセンター集合

【主な行程(予定)】

6:25 田頭コミセン出発 → 西根IC → 盛岡南IC → 7:50 道の駅やまびこ館【休憩】 → 9:30 島越駅【現地ガイドと合流。松島～真木沢をトレッキング(約4.5km)】 12:15 鵜の巣断崖 着 → 13:00 ホテル羅賀荘《昼食・自由時間》 14:00 → 14:20 道の駅たのはた【休憩・自由行動】 14:40 → 国道455号 → 16:50 道の駅くずまき高原【休憩】 → 国道281号 → 17:40頃 田頭コミセン着予定

※この講座はトレッキング講座です。観光目的のみでのご参加はご遠慮願います。

対 象 八幡平市在住の成人(定員30名)

参加費 5,000円(バス代(みちのりトラベル東北大型バス)の一部、ガイド料、昼食代、集合写真代)

※当日朝、受付時に集金します(申込み時に事前支払いも可能です)

服 装 歩きやすく脱ぎ着しやすい服装・トレッキングシューズ

※当日の天気や潮位次第で、海岸線(砂・砂利)や岩場、海藻で滑りやすい石の上を歩くコースになるため、トレッキングシューズ必須です。スニーカー、革靴での参加はご遠慮ください。

持ち物 飲料、帽子、雨具、飴などの行動食、ポール(必要な方)、その他各自必要な物

※昼食は、準備しておりますので持参不要です。

申込み 5月13日(火)9時より受付開始 ※定員に達し次第受付終了

コミセン窓口またはお電話(76-2521)でお申込み下さい。

○承認事項○

・申込み者が10名に届かない場合、荒天でバス運行が難しい場合等によっては中止となります。中止が決定次第速やかに連絡いたしますが、連絡がない場合は田頭コミセンまでお集まり下さい。また、雨天の場合は行程が変更になる場合がございます。

・ケガ等については公民館総合補償制度の範囲内で補償いたしますが、それ以降の責任は負えません。また、主催者側の過失以外につきましても責任を負えませんのでご了承ください。

・申込み締め切り後のキャンセルにつきましては、参加費をご負担いただく場合がございます。キャンセルの場合は必ずご連絡下さい。

----- きりとり線 -----

【田頭コミセン 潮風トレッキング(6/25(水)開催)申込用紙】 ※定員になり次第受付終了

氏名 _____ (行政区: _____) 生年月日: _____ (年齢 _____)

電話番号: _____ 昼食で生もの出たら 食べられる ・ 食べられない

※可能な限り携帯番号の記載をおねがいいたします。

令和7年度 田頭曙大学入学生を【募集】します ★

今年で53年目を迎える田頭曙大学では、生きがいと潤いと張りのある生活のために、1ヵ月に1回「楽習（がくしゅう）」をしています。

今年度は学生さんからの要望に応え、去年より回数を増やして全8回の講座開催となります。

皆さんがそれぞれ自分の無理のないペースで参加できるような学習内容ですので、どうぞお友達同士お誘い合わせの上、お気軽にお申込みください。

曙大学の全8回の日程内容は次回のコミセン通信でお知らせいたします。

一般申込みは、コミセン窓口へ

◎下記の申込用紙

◎【年会費】2,500円

締切：6月4日（水）

※別途、研修旅行費がかかります。

また、都度参加費がかかる場合があります。

【昼食】4回程あり

（仕出し弁当や賄い等）

【開講式のご案内】

① 日時 令和7年6月11日（水）

午前10時～正午まで（受付開始：9:30～）

※開講式を行いますので9:50までにお越しください。

② 場所 田頭コミュニティセンター 研修室

③ 内容 ★アトラクション（唄、遊戯） 東慈寺保育園 年長児

★記念講演 「高齢期の口腔ケアについて」

東八幡平病院 歯科長 阿部 美智夫 氏

東八幡平病院リハビリテーション部 言語聴覚科 副科長 兼平 真弓 氏

③ お弁当 お持ち帰り

④ 参加費 無 料 （年会費よりお弁当を準備します）

.....✕ きりとり

田頭曙大学 入学申込書

締切：6月4日（水）

お名前		連絡先		行政区	
6月11日（水）の開講式に		参 加 ・ 欠 席			

※1 老人クラブの方は地区老人クラブ会長さんへ年会費をお渡しし、お申込みください。

※2 一般の方は、田頭コミセン窓口にて入学申込書と年会費（2500円）を持参しお申込みください。