



蛸島公民館だより

-令和8年4月-

第218号
令和8年4月1日
蛸島町ヨ-139
TEL 82-3202

4月の公民館行事・貸館・教室 予定表

予定表の教室開催で場所記載無しは公民館での開催。

日	月	火	水	木	金	土
			① ・いきいき体操 ・書道クラブ	② (貸館) ・シルリハ体操 (10:00~) ・小さな上映会 (13:30~)	③ (第4) いきいき体操 鍼灸(11~12時) ・鍼灸(15~17時) ・区長会役員会	④ 春の餅つきイベント 8:30~12:30
⑤	⑥	⑦ 〔第1〕 いきいき体操	⑧ ・いきいき体操 ・はまなす教室	⑨ (貸館) ・いっぶく館 ・長生会 ペタンク練習 ・歩こう会 (若山散策)	⑩ (第4) いきいき体操 ・新聞ちぎり絵 教室(13:30~) ・区長会 (18:30~)	⑪ (貸館) ・日本語教室 (13:00~16:00)
⑫	⑬	⑭ 〔第1〕 いきいき体操 ・ピンポン部 ・鍼灸(13~15時)	⑮ いきいき体操 〔健康相談会〕 ・書道クラブ	⑯ (貸館) ・シルリハ体操 ・長生会 ペタンク練習 ・なかよし会	⑰ (第4) いきいき体操 ・まちづくり協議会役員会	⑱ 〔便り原稿締切〕 
⑲	⑳	㉑ (第1) いきいき体操	㉒ ・いきいき体操 ・はまなす教室 〔便り印刷〕	㉓ ・長生会 ペタンク練習 ・なかよし会	㉔ (第4) いきいき体操 〔健康相談会〕 ・コミュニティ部会	㉕ シニア スマホ教室 10:30~12:00 (貸館) ・日本語教室 (13:00~16:00)
㉖	㉗	㉘ (第1) いきいき体操 ・ピンポン部	㉙ 祝 昭和の日	㉚ ・長生会 ペタンク練習 ・なかよし会	【脳トレについて】脳トレの答えはイラストにもあります【お詫び】3月号の印字に見切れた箇所がありました。申し訳ございませんでした。	

チャレンジ! 文字入れ 脳トレ

1~10の○に入る文字を当ててください。(ヒントは紙面に有ります) 下の欄に回答を、裏に名前等を書いて公民館までお持ちください。

1	○ち○き
2	か○ぶ○い
3	き○い○し
4	し○う○くじ
5	ち○あ○べ
6	○だ○ざく○
7	み○にこ○き
8	○りこ○ぎ
9	し○ーる
10	お○ばん○き

3月は脳トレに37名の方にチャレンジをいただき、ありがとうございます。3月号の答えです

1	けんちじせん
2	きずなよせ
3	げんしゅ!!
4	しゅんぶん
5	まえすとろ
6	あおきつぶ
7	ほわいとでー
8	なかよしかい
9	おひなさま
10	していばしょ

桜のつぼみも膨らみ始め、春の季節を感じる頃となりました。四月は入学、進学とさらには職場の移動等でみなさまそれぞれ新たな気持ちで新年度を迎えられたことと思います。これからも蛸島公民館は生涯学習の拠点として地域のみなさまに元気を届けていけるように各事業・行事の運営に積極的に取り組み、一緒に楽しい時間を共有したいと思っておりますので、今後ご支援ご協力をよろしくお願いいたします。

蛸島公民館長 増田 純

春の餅つきイベントのお知らせ

ボラキャンすずさんの支援とみなさまのご協力をいただき、公民館で初めて杵と臼で餅つき会をします。みんなで一緒にペタンペタン餅つきしましょう。

日時：4月4日(土)
作業開始：8時30分～ 蛸島公民館
お餅の配布：11時30分頃～12時30分
おひとり1パックです。お餅は無くなり次第終了いたします。ご了承ください。

*ご協力をお願い

当日、お手伝いくださる方はエプロン・三角巾・マスクをご用意ください。

*協力団体

蛸島地区青年福祉員・青年団・婦人会
みなさまの応援・ご協力をよろしくお願いいたします。

餅つき準備に前日4月3日(金)午後数名の方、ご協力をよろしくお願いいたします。



「蛸島まちづくり協議会」各部会開催のお知らせ

- ・子育て部会 4月6日(月) 19:00~ 第一団地集会所
 - ・コミュニティ部会 4月24日(金)18:00~ 蛸島公民館
 - *他の専門部会は決まり次第ポスター等でお知らせします。
 - *どの部会も会員(住民)は自由に参加できます。
 - ・協議会役員会 4月17日(金) 18:00~ 蛸島公民館
- みなさま よろしくお願ひいたします。



4月の予定

健康寿命を延ばしましょう!

目指せ100歳!! いきいき体操教室

体操(9:30~)その後お茶会(10:30~)

開催会場	開催日	月2回 「健康相談会」 センターの 開催
第1団地 集会所	火曜教室 7・14・21・28	○印
蛸島公民館	水曜教室 1・8・15・22	
第4団地 集会所	金曜教室 3・10・17・24	

4月15・24日は在宅や他の地区の方もどなたでも「ささえ愛健康相談会」に参加できます。10:45~各会場にてぜひご参加ください。

シルバー リハビリ体操 (シルリハ体操)

4月開催日は
2日(木)
16日(木)
時間:10:00~
場所:公民館
講師:山王さん
平生さん
※申込不要
開始時間までにご来館ください。

注意

分別し8時30分までに指定場所に。ごみは緑色の市指定袋で出して
ください。透明袋で出すといつまでも収集されず残ります。
残っているごみに心当たりの方は緑色の指定袋で出し直してください。

燃やすごみ 毎週(火・金)	資源ごみ 第2・4(月)	燃やさないごみ 第1・3(水)	危険ごみ ライター・ スプレー缶等 第2(月)	粗大ごみ 予約が必要 (☎ 82-0729)
3・7・10・14・ 17・21・24・28	13・27	1・15	予約締切 24 収集日 29	24 29
	ながもの/有害 第4(月)	ガラス・陶器 第3(水)	13	

公民館に持って来てね!!

チャレンジ! 文字入れ 脳トレ

おもて
表の右上の脳トレ(1~10の○に入る文字)を書いて公民館にお持ちください。全問正解の方にプレゼントを進呈します!

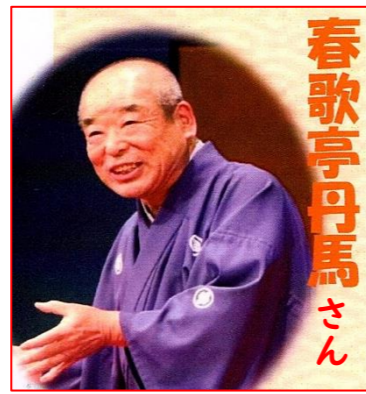
*下の欄にお名前・住所・電話番号をご記入ください。

第18回 応募締切 4月8日(水)

お名前	
ご住所	
電話番号	

2月3月行事報告

2/21(土)開催 第1回町民ペタンク大会

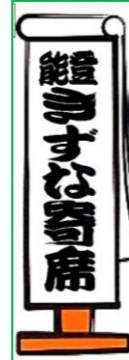


春歌亭丹馬さん



3/21(土)

国民文化祭石川大会落語部門最優秀賞の春歌亭丹馬さんや中学・高校生の大人顔負けの落語、手作り楽器ショー、ギターに合わせてみんなで「ふるさと」などの懐かしい合唱、そして焼きたて大判焼とお茶の振る舞いの「中入り」がありました。希望者には足の爪切りとマッサージもあり、身も心もリラックスでき、あっという間の2時間でした。来館されたみなさま、支援くださいました「愛・知・人」チーム綾部(京都)の桑井様他のみなさま、ありがとうございました。



3/14(土)開催 第2回町民ペタンク大会→

第1回、2回ともにホールいっぱいの参加者で白熱した試合となりました。



おめでとうございます

2/26(木) 高齢者交通安全教室

おはるさんや珠洲署員に「自転車新ルール・交通安全」と被害が絶えない「振り込め詐欺」についてお話しいただき勉強しました! みなさま今後もお気をつけください。

R8年4月1日~16歳以上に適用
8~41歳は自転車に青切符が適用されます
免許はなくてもドライバー
ルールを守って責任ある運転を!

- ・通行区分違反 (左側端を通行しなければなりません) 反則金額: 6,000円
- ・指定場所一時不停止等 反則金額: 5,000円
- ・自転車制動装置不良 反則金額: 5,000円
- 携帯電話使用等(保持) 反則金額: 12,000円
- 信号無視 反則金額: 6,000円

4月行事予定

Supported by gappa つなぎ
第1回 たこじま 繋 まつり
つなぎ、しあわせー

県内大学生主催のイベントのお知らせです。詳しくはポスターで。

小さな上映会 蛸島公民館
4月2日(木) 13:30~
「ラヂオの時間」
入場無料

出演: 唐沢寿明・鈴木京香・西村雅彦 他
脚本家 三谷幸喜の映画監督デビュー作
ラジオドラマ生放送中のスタジオで起こる大騒動……
どうなるの~。
支援: 珠洲に寄り添う会代表: 今井真美子さん
☆今月もみんなで大笑いしましょうね。お誘い合わせのうえ、ご覧ください。

お花見BBQ 桜舞う中BBQ! ピザづくり体験もあります!	カラオケ 思いきり歌ってストレス発散! 夜はスナックも!	ビンゴ大会 豪華景品がもらえちゃうかも……?
わくわく工作 大学生と一緒にオリジナルの風車やたこを作って遊ぼう!	巨大迷路 音をたよりにゴールに向かって進もう!	収納グッズ 学生のアイデア収納を配布します ※数に限りがあります

4/11(土) 11:30~
参加費 大人 1500円 子供 500円 小学生未満無料
2,3,4団地以外の方、ご在宅の方もみ〜んな大歓迎!

桜満開!? 「歩こう会」 in 若山
正福寺の枝垂れ桜を観に行こう!
4月9日(木) 10:00 蛸島公民館に集合
各自乗り合わせて若山へ向かいます。
10:30~12:00 若山町大坊周辺散策
おにぎりをもって出かけましょう。申込締切: 4月7日(火)

無料 シニア スマホ教室 講師: BHN 北陸支社様
4月25日(土) 蛸島公民館 10:30~12:00
iPhoneもAndroidもどちらでもOKです。スマホ・携帯電話の基本、LINEも学べます。分からないことも質問OK・予約不要です。
*スマホの便利な機能をひとつずつ習得しましょう。

公民館地域づくり住民活動事業
花壇・プランターに花苗を植えるボランティアを募集します。日時等決まり次第ご連絡いたします。

5月イベントの予告
5月2日(土) スコップ三味線演奏会
22日(金) 白崎映美コンサート
28日(木) お琴演奏会
29日(金) 県政バス(三崎と合同)

いつもご協力ありがとうございます。
・空き缶のプルタブ・古切手 寄付先: 珠洲市社会福祉協議会
・廃食用油 10L: 自然共生ポイント シール50P または トチボ 60P 回収箱: 公民館玄関前の青いボックス
・ベルマーク 寄付先: 市内のスーパー



大人も子どももみんなでぬりえにちょうせんしてもってきてね。プレゼントをご用意しております。

増田鍼灸師の刺さない鍼で身体リフレッシュ!
4月3日(金) 15:00~17:00 場所: 蛸島公民館
14日(火) 13:00~15:00 場所: 蛸島公民館
*3日は第4団地でも11~12時開催。
*服を着たまま、1人5分ほどの施術。
*次回からは偶数月のみ開催です。

珠洲市の災害用防災無線は、スマホ・携帯電話からも聞けます。
080-0200-7890

公民館でコピーできます。ご来館前にはお電話をください。外出の場合あり。A4,A3... 1枚10円。