

三崎公民館だより

令和8年 4月 1日
第364号
珠洲市立三崎公民館
TEL・FAX 88-2049

4月行事予定

◎火曜は『かみかみ&いきいき百歳体操』午前9:00~10:00

| | | | |
|----------|---|-------------|----------------------------|
| 3、17(金) | 詩吟教室 | 三崎公民館(和室) | 13:30~14:30 |
| 8、22(水) | みさき書道教室 | 三崎公民館(和室) | 13:30~15:00 |
| 9(木) | 民生委員定例会 | 三崎公民館(和室) | 13:00~14:00 |
| 10、24(金) | 介護予防教室ぱわふる 転倒防止の運動や認知症予防の脳トレなど 申込み・問合せ先：珠洲市社会福祉協議会 電話：82-7752 | 三崎公民館(和室) | 10:00~13:00 |
| 10(金) | 犬の登録と狂犬病予防注射 | 三崎公民館前駐車場 | 13:30~13:50 |
| 11(土) | 三崎町区長会 総会 | 三崎公民館(和室) | 15:00~ |
| 14(火) | ・お花見茶道・健康相談会 (ささえ愛センター、ピースウィンズ・ジャパン主催のお茶会と同時開催) ・刺さないハリ治療 | 三崎公民館駐車場と和室 | 10:00~11:30 11:00~12:00 |
| 15(水) | 珠洲市介護予防事業「いっぷく館」 手工作、軽体操、ゲーム、など 参加者募集中! 申込み・問合せ先(公社)珠洲市シルバー人材センター 電話：82-6886 | 三崎公民館(和室) | 10:00~13:00 |
| 18(土) | 茶道を楽しむ集い (茶道を習いませんか? 季節のお菓子と抹茶をいただきます。子どもも参加できます。) | 三崎公民館(和室) | 13:30~15:30 |

三崎町内の入学式…6日(月)みさき小学校10:00~、三崎中学校14:00~

火曜は『百歳体操』9:00~10:00(和室)

ビデオを見ながら、①クチや舌を動かすことで飲食の力をつける『かみかみ百歳体操』をします。引き続き、②手足におもりを巻き、座ってゆっくりと体操する『いきいき百歳体操』を実施しています。貯筋(ちよきん)して介護予防! 参加無料です。



『火曜は公民館で楽しくお茶会しませんか』10:00~11:00

★4/14(火)お茶会&健康相談会は、主催ささえ愛センター、ピースウィンズ・ジャパンです。7日、21日、28日(火)は自主的に集まって交流しましょう。

★三崎町第1団地(みさき小学校運動場)では毎週水曜日に13:30~自主的にお茶会をします。4/1(水)13:30~14:30…健康相談会です。



★三崎町第3団地では金沢大学能登学舎(旧小泊小学校1階サロン)にて13:30~15:00 4/2(木)お茶会&TANOでカラダを動かそうと4/21(火)定期お茶会を開催。

ちよっこし寄ってかんかいね~♪

・使用済み天ぷら油回収…3月は持ち込み36本でした。使用后なるべく早い持ち込みで資源循環を推進できます。

★お問い合わせ…三崎公民館 TEL 88-2049

今年度は11月に『三崎町民文化祭』開催予定!
文化交流を楽しみましょう。ぜひ展示作品を作ってください。

珠洲市介護予防事業「いっぷく館」に参加しませんか?

毎月
第3水曜日

開催日時：4月15日(水)10:00~13:00(送迎時間除く)

- 対象：65歳以上の要介護認定を受けていない方で、移動・トイレ・食事がご自身で可能な方。※要支援1・要支援2の方は担当のケアマネジャーに必ずご相談ください。
- 場所：三崎公民館和室 **※必要な方には、送迎もあります。**
- 内容：手工作、軽体操、ゲームなど ●募集人数：10名程度
(1回参加につき活動量計の元気ポイントを10ポイント付与)
- 参加費：1回につき弁当代650円と内容により実費分かかる場合あり
- 申し込み：シルバー人材センターへ電話で申し込みしてください。(今月分なら早急に)
この事業は、シルバー人材センターが珠洲市の委託を受けて実施します。

申込み・問合せ先：(公社)珠洲市シルバー人材センター 電話：82-6886

住所：珠洲市飯田町5部9番地 健康増進センター2階 (土日を除く)

三崎公民館の教室紹介

震災後、再開した教室があります。興味がある方は、まず見学してみませんか? 公民館にお問い合わせください。(写真は昔の様子を掲載しています。)

詩吟教室

- ・指導者…瀬戸 克彦
- ・毎月 第1・第3 金曜日 13:30~14:30
- ・三崎公民館 図書室

詩吟は漢詩に節調をつけて歌います。文学・歴史に親しみ、腹の底から声を出すことで、健康改善と吟詠の特技発表が出来るようになります。



茶道を楽しむ集い

- ・指導者…的場 美栄子
- ・毎月 第3 土曜日 13:30~15:30
- ・三崎公民館 和室

子どもも礼儀作法を習い季節の和菓子と抹茶をいただきます。参加無料です。お気軽にご参加ください。



書道を習いませんか! いろんな目的の方、一人一人に対応します。

みさき書道教室

- 場所：三崎公民館
- 講師：塚田 司郎(小泊在住・石川県美術文化協会会員)
- 会費：毎月2回分…2,500円(手本代、月謝など)
- 道具：小学校で使っているセットなどで充分(個人持ち)

教室生募集!
第2・第4水曜日
13:30~15:00



◆三崎町民ペタンク大会 6チーム・22人参加 2月25日(水)

- 優勝…森腰チーム
(前根敏男、北角千加子、休波寿人)
- ◎2位…長浜チーム
(中島ちづ子、鷺 秀子、干場フジ)
- ◎3位…小泊チーム
(松木キヨ、浜田リヨ子、山岸あや子)
- ◎敢闘賞…下出チーム (若狭幸子、高筒昭子、寺西良子、出村正廣)



優勝の森腰チーム

2/25 ペタンク大会の機会に「詐欺、盗難被害 防止講座」

駐在所さんから、能登半島地震の被災家屋を狙い、貴金属や仏具まで盗む事件や、警察官のような服装でお金や財産をだまし取る犯人がいることを聞きました。不審な点があったらすぐに相談しましょう。



トピックス

日本の文化財保護法で『特別天然記念物』に指定されています



幸運・しあわせ

赤ちゃんを運ぶ鳥

コウノトリ巣作り

写真撮影:
菊谷 正好氏

三崎町内に豊かな自然の象徴であるコウノトリの ^{つがい} 番が再来しました。子育てを静かに見守りましょう。

ようこそみさきまちへ

3月中旬に、紀の川にトキが飛来していました！
のんびりとした鳥なので、静かに見守りましょう。

写真撮影: 菊谷正好氏



世界農業遺産認定
『能登の里山里海』を未来へ

ズム
アツク

2月26日(木)「中学生の茶道体験」【コミュニティ・スクール運営事業】

全学年で茶道の礼儀作法、道具の扱い方を学びました。花や菓子からも季節を感じ、日本の伝統文化にふれるひとときでした。



3月22日(日)

「消防訓練の実施」
春の火災予防運動の一環として、
珠洲消防署と三崎分団が三崎公民館
を会場に訓練しました。



3月24日(火)

「音楽とともに2026能登」

ハンガリーの楽器のツィンバロン演奏会がピアノとソプラノ歌手とともに催されました。ドラマテーマ曲で盛り上がり、みんなで歌いました。



2月28日(土) 市民スポーツフェスティバル ソフトバレーボール大会

【ファミリーの部】第2位…三崎チーム

健民体育館で、【一般の部】中学生以上と、【ファミリーの部】家族または混合で、開催されました。



◆みさきG・G協会 3月大会 3月12日(土) 鉢ヶ崎GG場 20名参加

- ・1位…男性 宮本 秀男 (85 打)、 女性 瀬戸 悦子 (85 打)
- ・2位…男性 畠口 勤 (87 打)、 女性 宮本てる子 (90 打)
- ・3位…男性 井坂 庄七 (90 打)、 女性 山岸あや子 (90 打)
- ・4位…男性 前根 敏男 (90 打)、 女性 北角千加子 (91 打)

※同点数の順位は最小打数で決定。



みさきグラウンドゴルフ協会では新会員を募集しています。初心者歓迎！(会費必要)

◎予告…5月29日(金)「地域県政学習バス」で国立工芸館に行きます！男女ともにご参加いただけます。