

若山公民館だより 6月



第221号 令和8年6月1日 珠洲市立若山公民館 TEL 0768-82-6153

山の緑もいっそう深まり、さわやかな初夏から梅雨入りへと移行する季節となりました。震災、豪雨災害の復旧作業が進められるなか、田植えを終えた水田や畑では早苗や野菜たちが風に揺られながら成長している姿に元気ももらっています。これからの時期は気温が上昇することも多くなりますので、屋外作業やスポーツの実施には水分補給など体調管理には十分ご配慮していただきたいと思ひます。

公民館におきましても町民のみなさま方がご参加いただける行事の実施に向け取り組んでまいりますので変わらぬご支援、ご協力をお願いいたします。 若山公民館長 向井 辰郎

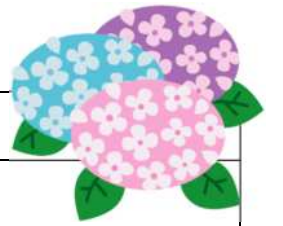
令和8年度 若山公民館運営委員会

役職	氏名	役職	氏名
顧問	森井 洋光 珠洲市議会議員		駒田 邦夫 若山長寿会会長
委員長	奥家 康志 若山町区長会長		寺家谷 道世 若山町婦人部代表
	田畠 邦章 第7地区民生委員・児童委員協議会長		西内 恵美子 生涯学習推進委員
	室石 由紀子 珠洲市立若山小学校長		政守 徳子 生涯学習推進委員
	谷内 正美 珠洲市消防団若山分団長	実行委員長	向井 辰郎 若山公民館長
	水口 幸広 若山地区青年福祉会長		欠 富美子 若山公民館主事
	谷内 昭一 珠洲市交通推進隊長		

令和8年度 若山町区長会

区名	区長氏名	役職	区名	区長氏名	役職
出田	北風 八紘		中	上野 靖彦	
出田団地	池上 義昭		南山	松井 由紀子	
広栗	正司 恵造	副会長	白滝	岡田 孝健	
鈴内	行田 哲		洲巻	蔵 緑	
経念	谷内 一夫	監査	上山	奥谷内 勲	
古蔵	上政頼 弘		北山	刀裨田 良一	
中田	金坪 元伸		吉ヶ池	田畑 稔	
火宮	大尾 光宏		二子	奥 秀樹	
向	向井 辰郎	監査	上黒丸	黒丸 芳長	
延武	尾重 和彦		上正力	大伏 浩	
宇都山	奥家 康志	会長	宗末	井上 賢治	
大坊	茅山 良治				

◆ 6月の公民館行事・教室予定 ◆



2日(火)	9:00~12:00	「特設人権相談」
3日(水)~7日(日)	9:00~16:00	「山野草展」
3日(水)	19:00~21:00	「詩吟教室」 *13日(土) 15:00~
4・18日(木)	10:00~13:00	「介護予防教室 ばわふる」
4日(木)	10:30~11:30	「ミュージックセラピー」 松浦三津子さん
毎週(金)	10:00~11:00	「いきいき百歳体操」
9・16日(火)	15:30~16:30	「刺さない鍼治療」 増田健治氏
10・24日(水)	13:30~16:30	「健康マージャン教室」
11日(木)	13:30~15:30	「小さな上映会」
12・26日(金)	14:00~15:30	「スマホ教室」 寺地淳司氏
13日(土)	11:00~14:00	「子どもと大人の交流会」 木村明法氏
13日(土)	10:00~12:00	「健康づくりイベント」 増田健治氏
14日(日)	10:00~11:30	「歌謡吟詠発表会」 北陸紫虹会若山教室
14日(日)	13:30~	「自主防災組織会議」
16日(火)	14:00~15:30	「絵手紙教室」
17日(水)	13:30~15:00	「ほっこりタイム」
19日(金)	11:00~11:30	「シルバーリハビリ体操」
21日(日)	8:30~12:00	「若山町ペタンク大会」
23日(火)	14:00~15:30	「民生児童委員会」
25日(木)	14:00~16:00	「卓球教室」
27日(土)	10:00~12:00	「ウォーキング」
30日(火)	13:30~14:30	「健康運動教室・ヨガ」 村上デビさん

若山地区自主防災組織会議開催

日時：6月14日(日)
13時30分~
場所：若山公民館 講堂
対象者：若山町区長会
・若山町消防団
・若山町防災士

【特設人権相談】

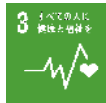
珠洲市の人権擁護委員が無料で相談に応じます。差別や家庭内の問題など人権に関わる悩みを、秘密厳守で相談できます。
日時：6月2日(火) 9時~12時
場所：若山公民館エントランス

ミュージックセラピー

「介護予防教室ばわふる」の時間にミュージックセラピーをおこないます。
日時：6月4日(木)
時間：10時30分~11時30分
対象：介護予防教室ばわふる加入者
講師：松浦 三津子さん
(ミュージックセラピーグループ ハーモニ)

ウォーキングのご案内

開催日：6月27日(土)
 時間：10時スタート
 (10分前までに集合！)
 場所：若山公民館集合 小雨決行
 持ち物：タオル、帽子、飲み物、
 てくてく日記帳
 コース【公民館集合！鈴内周辺】



*お申込不要。当日お気軽にご参加ください。
 (必ず定刻までにお集まりください)
 みなさまのご参加をお待ちしております。

若山町ペタンク交流大会

若山町のみなさん、ペタンクを通して地域のみなさんと交流しませんか？



開催日：6月21日(日)
 時間：9時競技開始(8時30分受付)
 場所：若山小学校 グラウンド場
 (雨天時若山公民館室内講堂にて開催します)
 持ち物：飲み物、帽子、タオル、雨天時は内履きシューズ
 参加費：無料
 対象：どなたでも参加できます。(成人)
 申込み：3名1組でお申しください。
 6月18日(木)公民館まで。

歌謡吟詠発表会



北陸紫虹会若山教室のみなさんは毎月2回公民館で教室を開催し、熱心に練習をされています。この機会にぜひ、お楽しみください。

日時：6月14日(日)
 10時～11時30分
 場所：若山公民館 講堂
 出演：北陸紫虹会若山教室

【健康運動教室のお知らせ】

「簡単ストレッチヨガ」



呼吸を整えてから行う伝統的なヨガとリラクゼーションで心と体を整えます。上半身、下半身のストレッチや足のリラクゼーションなど無理なくゆったりと行います。



講師：村上 テビさん
 日時：6月30日(火)
 13:30～14:30
 場所：若山公民館 和室
 持ち物：タオル・飲み物・活動量計
 対象：すす健やか事業に参加されている方
 *興味のある方は、初回見学または1回のみ参加ができます。継続したい場合は、すす健やか事業にお申込みください。当日お申込可能です。主催：健康増進センター

交流会

子どもたちとおとな
 いろいろ やっちゃえ みんなでなかよくたのしく

6月13日(土) 11時～14時
 若山公民館

たこやき作り
 たこ・かにかま・ほたて

おとな

子どもたち
 わたがし(ざらめ7色)
 かすてらケーキ作り

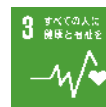
子どもの思考力は「想像力」
 子どもの思考力を育むには、体験を積むのが効果的
 失敗の数は、経験値 (子供にやらせる)

子どもたちとおとなのチームで
 やったあ!!
 抽選会

その他いろいろ



みんなで卓球を楽しみませんか？



日時：6月25日(木) 14時～16時
 場所：若山公民館 講堂
 持ち物：内履き、飲み物
 申込不要。お気軽にお越しください。

【小さな上映会】

「引越し大名」を上映します
 出演：星野源・高橋一生・高畑充希・他
 監督：犬童一心



開催日：6月11日(木)
 時間：13時30分～
 場所：若山公民館 講堂
 珠洲に寄り添う会の支援者による映画上映です。お誘いあわせのうえお越しください。

スマホ教室

に参加しませんか。



月に2回、公民館でスマホ教室を開いています。ご自分の知りたい機能の使い方など、先生が親切丁寧に教えてください。お気軽にお越しください。

日時：6月12日・26日(金)
 時間：14時～
 場所：若山公民館 和室

《ほっこりタイム》

地域の方々の憩いの場として毎月、第3水曜日公民館で開催しています。どなたでも参加可能です。お気軽にご参加ください。*今月は【折り紙】



日時：6月17日(水) 13時30分～
 場所：若山公民館
 持ち物：ピンセット・飲み物
 材料費：自己負担



【健康マージャン教室】

手先と頭をフルに使って麻雀を楽しみませんか？

日時：6月10・24日(水)
 時間：13時30分～
 場所：若山公民館 和室



*雀卓は2セットご用意できます。
 *予め空きがあるか公民館にお問合せのうえ、4名1組でお集まりください。

【絵手紙教室のご案内】

スマホが普及している今、ちょっとしたお礼や挨拶に自作の絵手紙を送ってみませんか？

日時：6月16日(火) 14時～
 場所：若山公民館
 持ち物：絵具・パレット
 (色鉛筆・クレヨンは公民館で用意します。)



健康づくりイベント

開催日時 6月13日(土)
 10時～12時
 開催場所 若山公民館 和室

1 ギター伴奏でいっしょに唄いましょう
 2 鍼(刺さない)治療
 服は着たままうつ伏せで、治療時間は5分程度
 【鍼灸師・薬剤師 増田 健治氏】

6月9日(火)・16日(火)
 15時30分～16時30分
 は施術のみ行います
 お気軽にお越しください

趣味の山野草展

山野草愛好家のみなさんが栽培されている山野草の鉢植えを展示いたします。ぜひ、ご鑑賞ください。

日時：6月3日(水)～7日(日)
 時間：9時～16時
 場所：若山公民館 館内エントランス

忠魂碑の修復完成法要について

五月晴れの5月16日修復された忠魂碑の前で若山町区長会、遺族会の方々の参加を賜り願成寺住職のお勤めの中、順次焼香し尊い犠牲者に思いをいたし、改めて弔慰の意を感じました。

みなさまのご協力により滞りなく終わり、ありがとうございました。

若山町遺族会代表 為川 昇

