



直公民館だより

令和 8 年7月発行
珠洲市立直公民館
TEL・FAX 82-3798
tada-k@city.suzu.lg.jp



蒸し暑い日が続き、本格的な夏の訪れを感じる季節になりました。皆様におかれましては、いかがお過ごしでしょうか。これからますます暑さが厳しくなりますので、水分補給を心がけながら、健康に過ごしていただければと思います。

区長さんをはじめ、地域の方々に協力していただき、今年も町内対抗グラウンドゴルフ大会を開催できました。熱中症対策に水分を摂りながら行い、誰一人怪我することなく終わられたので良かったです。

暑さ対策を十分に行いながら、体を動かす楽しさや達成感を味わえる活動を今後も行っていきます！



6月14日、市営陸上競技場で直地区町内対抗大会を開催し、8町内、41名が参加されました。当日は天候にも恵まれ、住民同士親睦を図り、楽しい時間を過ごしました。

今回は18名の方がホールインワンをされ、一番多い方で4回、合計で24回と素晴らしい結果でした。

成績発表！

優勝…中島田チーム 準優勝…大島田チーム
3位…本江寺チーム

個人賞(会員の部)

1位樋爪一成、2位上田清一、3位濱野茂、4位泉栄直人、5位山口稔



地域交流会 待ちかねた 町内対抗グラウンド・ゴルフ大会開催

優勝！ 中島田チーム

個人賞(一般の部)

1位新出大輝、2位林修蔵、3位櫻井昌夫、4位濱野真光、5位櫻井絹子、6位陸畑大成、7位西田直人

20代から90代まで、幅広い年代の方に参加していただき、交流大会は大変盛り上がりしました。開催にあたり、各区長さんには、人員確保をしていただき、直グラウンドゴルフ同好会の方は、朝から会場準備など、本当にお疲れ様でした。

町民の皆様のお力添えで、町内対抗大会を開催できました。心より感謝申し上げます。

来年も、たくさんの方に参加していただけることを楽しみにしています！



7月の行事予定・お知らせ

健康相談会

日時: 7月10日(金) 13時半～15時半

内容: 看護師と薬剤師のお話を聴きます。

相談も可能です！

場所: 直公民館

- おくすり手帳を持参してください。
 - 総合病院がかかりつけ医でない方も相談可
- 《相談のない方もお茶会にぜひ来てください》

がんばろう能登!!

珠洲 のど自慢大会 2026

(主催 珠洲市青年団協議会)

令和8年8月9日(日)

開演 13:00より

ラポートすず 大ホール

※ 参加者募集は終了しました



+1 833-116-8564
18:45 (月)

【+(プラス)】のついた電話番号には注意してください。なるべく出ないでください。

【7月】					
日	曜	行事予定	日	曜	行事予定
1	水	ベタンク練習10時～11時半	16	木	カラオケ13時半～ 燃やす
2	木	カラオケ13時半～ 燃やす	17	金	いきいき・さわやか健康塾9時半～10時 ベタンク練習10時～11時半 『一期一会の会』
3	金	いきいき・さわやか健康塾9時半～10時 ベタンク練習10時～11時半	18	土	
4	土	主事不在	19	日	休館日
5	日	休館日	20	月	休館日 海の日 燃やす
6	月	休館日 燃やす	21	火	休館日 海の日振替休日
7	火	スマホカフェ9時半～11時半	22	水	ベタンク練習10時～11時半 燃やさない・ガラ陶
8	水	ベタンク練習10時～11時半 燃やさない	23	木	カラオケ13時半～ 燃やす
9	木	カラオケ13時半～ 燃やす	24	金	いきいき・さわやか健康塾9時半～10時 ベタンク練習10時～11時半 『一期一会の会』 粗大予約締切
10	金	いきいき・さわやか健康塾9時半～10時 ベタンク練習10時～11時半 薬剤師さん・看護師さんに健康相談14時～15時半	25	土	
11	土		26	日	休館日
12	日	休館日	27	月	休館日 燃やす
13	月	休館日 『町づくり協議会』 燃やす	28	火	スマホカフェ9時半～11時半 資源/有害・ながもの
14	火	スマホカフェ9時半～11時半 移動測定会13時半～15時 資源・危険	29	水	ベタンク練習10時～11時半 粗大収集日
15	水	ベタンク練習10時～11時半	30	木	★イベント(うどんづくり、写真展、ect) 燃やす
			31	金	いきいき・さわやか健康塾9時半～10時 ベタンク練習10時～11時半

※粗大ゴミは、必ず電話予約(リサイクルセンター 82-0729)が必要となります。

今月は、24日(金)までにご連絡ください。回収日は29日(水)です。

7月の行事予定・お知らせ

夏の移動測定会に行こう！

保健師、管理栄養士、理学療法士が体の状態をチェックしてくれます！『体組成計測』では、体脂肪や筋肉量、骨量が測定できます。どなたでも参加できますので、公民館に是非お越しください！

■日時 7月 14日（火）受付13:30～
※受付後、順次測定を行います。

■内容 ① 血圧測定、体組成測定
② 個別指導（保健・栄養・運動）
③ ミニ講話（元気で長生きのコツ）
④ 運動（30分程度）

■持ち物 飲み物、タオル、活動量計

問い合わせ先：健康増進センター

7月30日（木）

イベント開催します！

※主催 JR 東※協賛ひのきしんセンター

日時：10時～15時 直公民館

持ち物：飲み物各自持参 ※参加無料

老若男女問わずお楽しみいただけます。

【内容】 ・うどん作り体験 ・昼食会

・写真展 ・将棋 ・鉄道模型 等…

先月の振り返り

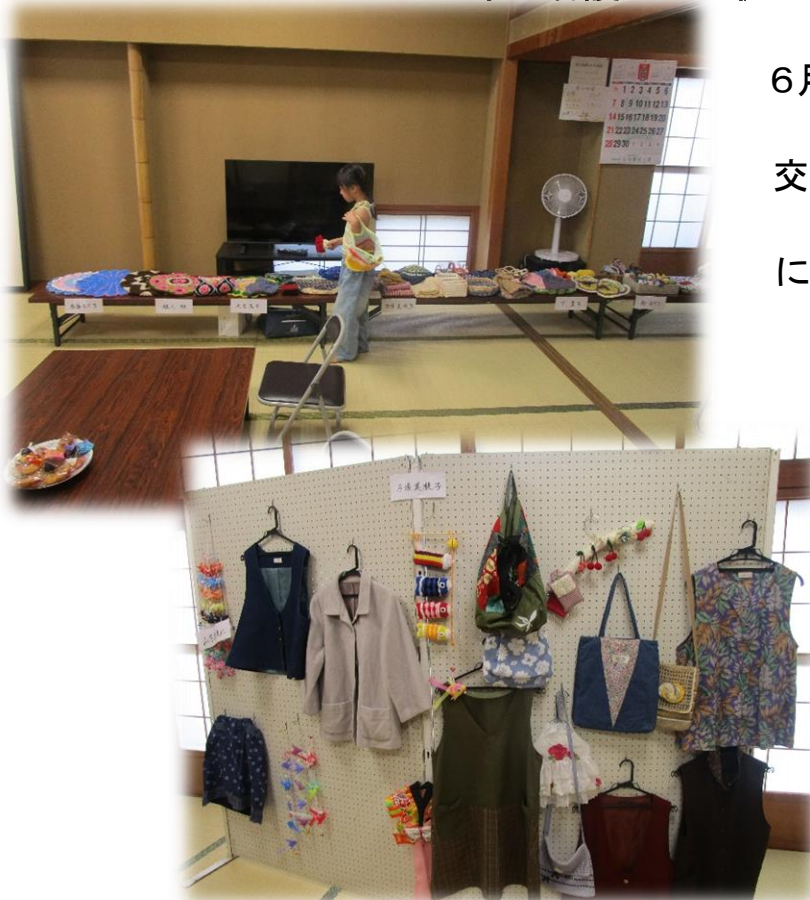
手作り作品展示会 6月6日（左）

県立看護大の生徒と交流&震災体験を伝える 6月11日（右）

6月はスポーツ・趣味を通して、おしゃべりしながら楽しい

交流ができました。これからも公民館が交流・学習の拠点

になれるよう頑張ります！



令和8年度 避難訓練 直地区（西中町・東中町・杉之本・野々江町第2団地）

日時：7月5日（日）9時～11時半

避難場所：直公民館

内容：避難訓練、個別避難計画の説明

●手助けが必要な方々に対する避難訓練

…付き添いが必要な方への声かけや車いす、杖、シルバーカー、リヤカーなどを用いた避難支援を行います。

●個別避難計画の作成

…避難訓練を振り返り、本人を含む関係者と話し合いながら、一人ひとりに合った実効性のある個別避難訓練を作成します。



6月 直地区町づくり協議会（6/15）直公民館

前回の公民館だよりも載せましたとおり、これからの町づくり協議会は、悩みごと・困りごとを抱えた方に寄り添い、耳を傾けたり、個人的に困っている課題も一緒に解決に向けて話し合う時間にしたいと思います。

どんな小さなことでも構いません。日頃感じていること、気になっていることなどを広く伺いたいと思っております。

下記の欄に記入し、公民館又は区長にお渡しくださると幸いです。

ご協力、よろしくお願いいたします。

来月の町づくり協議会は、『7月13日（月）』です。

毎月第3月曜日に行うのですが、7月は飯田の祭りと被るため、第2の月曜日に行います。地域住民の方は、誰でも参加できます。ぜひ、皆様のご意見をお聞かせください。

～悩みごと・困りごとなんでもお聞かせください～

例えば…スマホの使い方が分からない。／街灯を増やして欲しい。等