

若山公民館だより 9月



第224号 令和8年9月1日 珠洲市立若山公民館 TEL 0768-82-6153

猛暑が続いた8月でしたが旧盆を過ぎたところから残暑も和らぎ、朝夕は虫の音とともに秋の訪れを感じるころとなりました。回りでは早稲の刈り取りも始まり、秋野菜の植えつけ、果物の実りなど楽しみな食欲の秋となってきました。

こうしたなか7月に発生した熊本地震をはじめ、千葉県での豪雨災害や全国各地で発生する地震、そしてこの時期に到来する台風や大雨などによる自然災害に対し「自分の身は自分で守るための日ごろの備え」が大切になってまいります。避難経路の確認や非常時の持ち出しリュックの準備、家族同士の連絡方法等について話し合ってください。身の安全確保について考えていただきたいと思います。

時節柄まだまだ暑い日もございますが、適度な休憩や水分の補給を心がけてお過ごしください。

公民館長 向井 辰郎

フレイル予防「モルック教室」に参加しませんか？

モルックは、世代を超えて誰もが楽しめるフィンランド発祥のレクリエーションスポーツです。ルールは簡単！初めての方でもすぐに楽しめます。



日時：9月8日（火）13：30～15：00

場所：若山公民館 講堂

持ち物：飲み物・タオル・内履きシューズ

対象：申し込み不要。どなたでも参加可能

スマホ教室

に参加しませんか？

公民館でスマホ教室を開いています。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れます。お気軽にお越しください。

日時：9月11・25日（金）

時間：14時～

場所：若山公民館 和室

講師：寺地 淳司さん

【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：9月15日（火）14時～

場所：若山公民館

持ち物：筆（太、細）一本ずつ、パレット、筆洗など。



【小さな上映会】

好評につき
第22弾！

今回は「殿、利息でござる」を上映します。
出演：阿部サダヲ・瑛太・妻夫木聡・他
監督：中村義洋 / 脚本：中村義洋・鈴木謙一

開催日：9月25日（金）

時間：13：30～15：00

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。

◆ 9月の公民館行事・教室予定 ◆

3・17日（木）	10：00～13：00	「介護予防教室 ぱわふる」
3・17日（木）	13：30～16：30	「健康マージャン教室」
3日（木）	主事午後から不在	「能登ブロック会議」宇出津
4日（金）	館長・主事一日不在	「公民館フォーラム」七尾
8日（火）	13：30～15：00	「フレイル予防・モルック教室」
9（水）・25日（金）	19：00～21：00	「詩吟教室」
10日（木）	10：00～11：30	「e スポーツ」テレビゲームで介護予防
10日（木）	14：00～16：00	「卓球教室」
11・18・25日（金）	10：00～11：00	「いきいき百歳体操」
11・25日（金）	14：00～15：30	「スマホ教室」寺地淳司さん
11（金）・12（土）	11：00～16：00	「写真洗浄会」
15日（火）	9：00～10：30	「公民館清掃活動」若山長寿会
15日（火）	14：00～15：30	「絵手紙教室」
16日（水）	13：30～15：00	「ほっこりタイム」
18日（金）	11：00～11：30	「シルバーリハビリ体操」
25日（金）	10：00～12：00	「おやきをつくりませんか？」コープながの
25日（金）	13：30～15：00	「小さな上映会」
26日（土）	10：00～12：00	「若山ウオーキング」
29日（火）	14：00～15：30	「民生委員・児童委員定例会」

*9月の休館日は毎週、日・月曜日・祝日・24日（木）です。

eスポーツ(テレビゲーム)で介護予防

65歳以上の方を対象にした内容ですが、どなたでも参加可能です。ただし、申し込みが必要となります。お気軽にご参加ください。

日時：9月10日（木）10：00～11：30

場所：若山公民館

参加費：無料

内容：任天堂 Switch「太鼓の達人」「ぷよぷよ」

申込締切：9月8日（火）

地域包括支援ケア推進室 ☎0768（82）7746
または、若山公民館 ☎0768（82）6153 まで

【公民館清掃活動】若山長寿会

若山長寿会さんの活動の一環として、年2回若山公民館清掃活動を行っていただいております。まだまだ暑い日が続いておりますが、よろしくお願いいたします。

日時：9月15日（火）9：00～10：30

場所：若山公民館

（お掃除に必要な用具や洗剤は公民館で用意いたします。）

“おやき”をつくりませんか？

おやきは信州（長野県）の郷土食です。
小麦粉の皮で野菜などの具を包んだ
おまんじゅうのような食べ物です。

みなさんお揃い
合わせの上、
ぜひお気軽に
お越し下さい！

日 時：9月25日（金）10:00～12:00
場 所：若山公民館
参加費：無料 持ち物：エプロン・割ぼう着等

【お問い合わせ】
コープながの総合企画室
住所：長野県長野市篠ノ井
御幣川 668
TEL:0120-502477



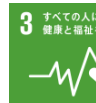
主催：コープながの「信州おやき隊」 協力：珠洲ささえ愛センター

昨年10月に、若山公民館で
イベント支援をしてくださった
「コープながの」さんが、大好
評の“おやき”づくりイベントを
開催されます。

今回はたくさんの方に参加い
ただき、おいしい“おやき”とお
しゃべりで楽しい時間を過ご
しました。
今回も、お友達を誘って、ぜひ
ご参加ください。

*申し込み不要。お気軽に
お越しください。

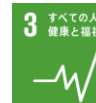
卓球教室のご案内



お友達を誘って公民館で卓球をしませんか？
初心者大歓迎！お気軽にお越しください。

日 時：9月10日（木）14:00～16:00
場 所：若山公民館 講堂
持ち物：飲み物・タオル・内履きシューズ
申し込み不要、どなたでも参加できます。

【若山ウォーキング】



ウォーキング愛好家のみなさん集まれ～！
一人で歩くよりみんなでわいわいおしゃべり
しながら心地よい汗を流しませんか？

日 時：9月26日（土）10:00～12:00
（10分前までには集合してください）
場 所：若山公民館 小雨決行
持ち物：タオル・帽子・飲み物・てくてく日記帳
申し込み不要、どなたでも参加できます。

若山駐在所だより

珠洲警察署
若山駐在所
令和8年9月号
82-4261

災害と交通安全



大地震発生時



- 急ハンドル、急ブレーキを避け、**安全な方法で道路の左側に停止**する。
- やむを得ず車を道路上に置いて避難する場合は、**車を道路左端に寄せ、エンジンを止めエンジキーを差したまま**にするか、車内の分かりやすい場所に置いておく。
窓は閉め、**ドアはロックしないこと。**
（緊急車両等の通行のため、警察官等が移動させる場合があります。）



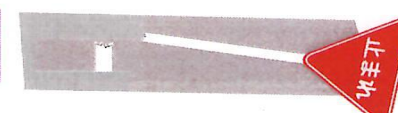
道路の冠水時



- エンジンが停止するおそれがあるため、道路が**冠水しているところに進入しない。**
- 水位がドアの半分を超えると**内側から開けられなくなるおそれがあるため冠水路でエンジンが停止した場合、ドアが開くうちに車外へ避難**する。



道路損壊時



- 道路の陥没や、信号機の滅灯等の可能性があるため、**十分に安全確認**を行う。
- 道路の陥没や障害物を避けるため、普段と違う動きをすることもあるので、**他者の動きに注意**する。

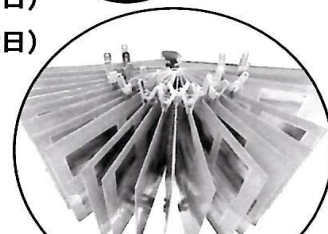
災害で被災した写真を洗浄します

若山写真洗浄会

9月11日（金）12日（土）11:00～15:00（11日）
11:00～16:00（12日）
若山公民館
珠洲市若山町古蔵寅60-1

依頼は
無料

荒天候
中止



濡れた写真アルバムは
広げて乾かしましょう！

写真洗浄 ボランティア参加大歓迎！
依頼を受付けしています

地震・豪雨による雨漏り・浸水・津波・土砂流入等
災害で被災した写真を洗浄しています
当日会場までお持ち寄りください
1枚きりでも沢山あってもご遠慮なく
依頼は無料です

【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：9月3・17日（木）
時 間：13:30分～
場 所：若山公民館 和室

*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。



《ほっこりタイム》

地域の方々の憩いの場と
して毎月第3水曜日に公民館にて開催
しています。どなたでも参加可能です。
お誘いあわせのうえ、お気軽にご参加
ください。

*今回は【ワークショップ】
日 時：9月16日（水）
時 間：13時30分～
場 所：若山公民館



【9月1日は防災の日】です。

各ご家庭で、今できることを確認しましょう。
・ハザードマップの確認・避難場所、ルート確認
・防災グッズのチェック・連絡手段の確認
・家具の転倒防止対策など