

三崎公民館だより

令和8年10月1日
第370号
珠洲市立三崎公民館
TEL・FAX 88-2049

10月行事予定



◎10月4日(日) 珠洲市総合防災訓練があります。日頃から災害に備えましょう。

珠洲市総合防災訓練…津波や土砂災害の避難場所へ 9:01～ 9:15
三崎地区自主防災組織による避難所開設訓練 三崎中体育館 9:30～10:00

1 (木)	手芸を楽しむ会	三崎公民館 (和室)	13:30～16:00
2、16 (金)	詩吟教室	三崎公民館 (和室)	13:30～14:30
6 (火)	高木美帆さんによる健康増進プログラム 公民館和室	15:30～16:20	
7 (水)	三崎町民文化祭実行委員会	三崎公民館 (和室)	18:00～19:00
8 (木)	民生委員定例会	三崎公民館 (和室)	13:00～14:00
9、23 (金)	介護予防教室ばわふる 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：88-2171	三崎公民館 (和室)	10:00～13:00
9 (金)	すず健やか事業 健康運動教室 (次回は12月18日です。初参加の方は申込書がありますので早めにお越しください。)	三崎公民館 (和室)	13:30～14:30
10 (土)	茶道を楽しむ集い	三崎公民館 (和室)	13:30～15:30
13 (火)	ささえ愛センター・ピースウィンズ・ジャパン モルックしよう 公民館和室	10:00～11:00	
14、28 (水)	みさき書道教室	三崎公民館 (和室)	13:30～15:00
15 (木)	能登ポケモン見学とふるさとふれあい能登校講座聴講		9:00～16:30
17 (土)	生涯骨太クッキング	三崎公民館 (調理室)	9:30～13:00
18 (日)	三崎町子どもグラウンドゴルフ大会 三崎中仮設グラウンド 集合 9:00～		
20 (火)	刺さないハリ治療 (百歳体操終了後)	三崎公民館 (和室)	10:00～11:00
21 (水)	珠洲市介護予防事業「いっぶく館」 手工作、軽体操、ゲーム、血圧測定など 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
24 (土)	おたっしやけグラウンドゴルフ大会 三崎中仮設グラウンド 受付 8:00～		
29 (木)	干支ヒツジ押し絵づくり	三崎公民館 (和室)	13:30～16:00

申し訳ありませんが、10月8日(木)、津幡町で石川県公民館大会が開催され、館長・主事とも出席しますので 事務所不在となります。



オリンピック
メダリスト

10/6(火)
15:30～

高齢者向け認知症予防運動
高木美帆さんによる健康増進プログラム

参加無料・要申込み

TEAM JAPAN ソーシャルアクション TAKAGI MIHO SUPPORT for SUZU

火曜は『百歳体操』9:00～10:00(和室)

ビデオを見ながら、『かみかみ百歳体操』と、『いきいき百歳体操』を実施しています。



『火曜は公民館で楽しくお茶会しませんか』10:00～11:00

- ★10/13(火)…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&モルック体験会
- ★三崎町第1団地 (みさき小学校運動場)
…10/7 健康相談会、10/14 スマホ教室を両日、水曜日 13:30～14:30 開催。
- ★三崎町第2団地 (三崎中学校運動場) …10/31(土) コープぐんま交流会サロン
- ★三崎町第3団地 (里山里海自然学校)
…10/6(火) モルック&お茶会、10/22(木) 花植えとお茶会、両日 13:30～15:00 開催。
- ★三崎町第4団地 (杉山農村公園) …10/22(木) 10:00～11:30 花植えとお茶会



ちょっこし寄ってかんかいね～♪

三崎町民文化祭 11月7日(土)・8日(日)の2日間
作品展示。詳細は来月掲載します。

11月8日(日)のみ ミスタードーナツを販売します！
6個入り¥1,100 三崎公民館で前売り券も用意します。

作品募集 11月4日(水)まで、三崎町民文化祭出展作品を受付しております。作品には、必ず、氏名・作品名のメモを貼ってください。

公民館講堂に芸術作品、手芸品、盆栽など、たくさんのお出展をお待ちしております。

終了後の作品搬出については、11月8日(日)午後3時まで展示しますので、午後3時以降に受け取りに来てください。



三崎公民館主催 **おたっしやけグラウンドゴルフ大会** 参加募集

10/24(土) 受付8:00～ (受付終了後、開会式・競技開始)

・団体戦…町内対抗。ベストメンバー3名で1チーム。
・個人戦…団体戦出場者を除く全員。

◎参加無料。◎参加賞は全員。ほたる賞、プービー賞、ホルノリ賞など多数！

競技終了後、三崎公民館へ移動して表彰式。午前中に終了予定。

・申込〆切…10/16(金)まで ★初めての方もぜひチャレンジして下さい！



★使用済み天ぷら油回収…9月ペットボトル41本回収しました！古くてもOK！資源循環を推進します。

お問い合わせ…三崎公民館 TEL 88-2049 (日・月・祝日 休館日)

蛸島公民館と合同で マイクロバスで行く
能登のポケモン見学と
ふるさとふれあい能登校講座 聴講

10月15日(木) 午前9:00 三崎公民館出発(雨天決行)

『造り続けたい能登の楽園』

講師:ケロンの小さな村 代表 上乘 秀雄 氏

志賀町出身。大阪教育大学卒業後、石川県立高等学校教諭、県教育委員会次長、県立高等学校長を経て定年退職。「第二の人生」として耕作放棄地を自力で開拓し、2009年里山の自然体験ができる環境教育の場として「ケロンの小さな村」をオープン。2025年緑化推進運動功労者内閣総理大臣表彰を受賞。



10/7㍻切で
8名募集します。

＜予定時間＞	ラブカスが居る	能登町柳田	のと里山ポケモン・ウィズ・ユー空港
三崎公民館 出 発 9:00	宝立 → 見附島近く 10:00～10:30	和味家 竹次郎 昼食 11:30～12:15	→ 上乘秀雄氏講演会 のと空港にて見学・聴講 13:15～15:45 (三崎 16:30 到着)

★お一人様 昼食代¥1,500 を当日集金いたします。

生涯骨太クッキング 健康料理教室 17日(土) 9:30～13:00

指導: 珠洲市食生活改善推進協議会

生活習慣病・高血圧・糖尿病・低栄養・ロコモティブ
シンドローム の予防に取り組みましょう!

◎エプロン、頭巾を持参。(マスク)

◎参加費・無料。 7名募集

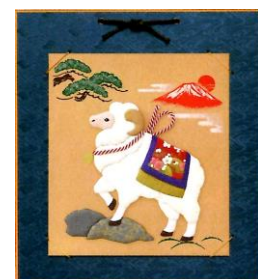


29 (木) 手芸教室

町民文化祭に飾りましょう 13:30～

来年の干支は「未(ヒツジ)」。ヒツジは古くから群れをなして生活する習慣があることから、「家族の安泰」や「平和」を象徴する縁起の良い動物として親しまれてきました。

10/10㍻切 色紙サイズ 和紙製…¥1,870-(送料がかかる場合があります)



① きっしょう かざ ひつじ
「吉祥飾り未」



② しっぽう ひつじ
「しあわせ七宝未」

※要ハサミ・ボンド

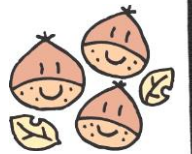
③色紙の壁掛け『どんす』
も注文できます。
(紺 or エンジ) ¥1,100

◆みさきG・G協会 9月例会

9月10日(木) 鉢ヶ崎GG場 22名参加

※ホールインワン=回数〇

- ・1位・男性 前根 敏男 (81 打) ①、 女性 宮本てる子 (83 打) ①
- ・2位・男性 井坂 庄七 (78 打+4) ③、 女性 山岸あや子 (83 打) ①
(ハンデ)
- ・3位・男性 庄矢 茂樹 (88 打)、 女性 生瀬谷あけみ (90 打)
- ・4位・男性 藏前 一雄 (89 打)、 女性 加治紀美子 (92 打)



元気!みさきっ子

コミュニティ・スクール事業

9月7日(月) 「さんによもん紙芝居作り指導」



今年 は民話『いかいっばい』です。赤坂信正さん(引砂)、菊谷正好さん(栗津)に絵の先生としてアドバイスしてもらい、あざやかに色塗りしました。方言指導の方々も、お手伝いしました。



11/4(水)みさき小学校体育館で出来上がりが
発表されますので、ぜひ見に行きましょう!



スポット

トキ舞う里づくりの学校田

9月18日(金) 「みさき小学校5・6年生の稲刈り」



コミュニティ・スクール運営事業として、5月に田植えし、栗津の柚木さんにお世話いただいた「ひやくまん穀」が実りました。

今年は稲の発育が遅く、やっと色付いたので秋晴れの中、感謝して稲刈りしました。

5・6年生は地域のコミュニティ・スクール会員、トキの里栗津会員、公民館や家族も参加して、指導にあたり、鎌で稲3～4株を刈り、それを2回し、×(バツ)に重ね、ワラで1把にまとめて縛る、はざ干しも体験しました。

