三崎公民館だより

令和６年　１月　１日
第３４４号
珠洲市三崎公民館
TEL・FAX　８８-２０４９

新年明けましておめでとうございます。昨年はコロナ終息とまで行かない間に、奥能登地震が発生し、大変な時を過ごされた方も多数おいでるのではないかと推察いたしております。三崎公民館講堂の天井ボードも大きな被害を受けましたが、今は安全が確認されましたので使用できることになり、少年柔道やペタンク等で、汗を流しています。「まけとられんわい」の意気で元気を出してやって行きましょう。よろしくお願い致します。　　館　長　　大宮　宏志

迎春

１月行事予定

６（土）	書き初め練習 （学年別の原寸お手本を作りますので申し込んでください。習字道具を持って来てください。）	三崎公民館（和室）	９：00～11：00
７（日）	珠洲市二十歳(はたち)のつどい	ラポルトすず	受付９：30～
１３（土）	そば打ち体験	能登少年自然の家（能登町）	９：10～15：30
１３（土）	民生委員定例会	三崎公民館（和室）	13：30～14：30
２０（土）	茶道を楽しむ集い	三崎公民館（和室）	13：30～15：30

・１月６日（土）消防出初式…市内各分団の放水式は、若山川河川敷(飯田地内)11：00 の予定です。
【２月行事予定】・2/4(日)三崎地区社協主催「子どもとお年寄りふれあいの会(餅つき)」(公民館)
・2/11(日)珠洲市生涯学習推進大会（ラポルトすず）・2/15(木).16(金)三崎町民ペタンク大会（講堂）

火曜 と 金曜は『百歳体操』 9:00～10:00(和室)

★1/26(金)の百歳体操後には『シルバーリハビリ体操』を指導してもらえます。

3 すべての人に健康と福祉を

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。終了後、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。 冬から貯筋して介護予防！　参加無料です。

水曜 と 土曜は『ペタンク練習』 9:30～11:00(講堂)

仲間をさそって室内ペタンクしませんか？　初心者でも気軽に出来ます。

１月の貸館・自主教室紹介

大人のビーズアクセサリー教室	１４日	日	13：30～16：00	完全予約制
ぱ わ ふ る	１０日、２４日	水	10：00～13：00	介護予防教室
みさき書道教室	２４日、３１日	水	13：30～15：00	随時加入 OK
水 墨 画 教 室	第一・第三　木曜日		９：30～11：30	直公民館で合同
い っ ぷ く 館	４日	木	10：00～13：00	介護予防教室
詩 吟 教 室	１１、２５日	木	13：30～14：30	随時加入 OK
や ぶ 椿 句 会	６日	土	９：00～10：30	随時加入 OK
少 年 柔 道 教 室	週３回		18：00～20：00	お問合せください

★お問い合わせ・・・・三崎公民館　TEL ８８-２０４９

［ 公民館は１月１日（月）～３日（水）まで、年始に伴う休館日です。］

珠洲市二十歳(はたち)のつどい

三崎地区対象者は１７人です。

●日時　令和6年1月7日（日）１０時３０分～（受付9時３０分～）
●場所　ラポルトすず
●対象　平成１５年4月2日から平成１６年4月１日までに生まれた人

対象者への案内及び出欠確認のハガキの送付は終了しています。届いていない方は以下に記載の番号に連絡をお願いします。■教育委員会事務局生涯学習係　電話：８２－７８２６

13(土) 少年自然の家 そば打ち体験

蛸島公民館と合同により、バス送迎で参加できます！

動きやすい格好で内履きズック持参。

料金：650円（体験・昼食代込み）　◎頭巾、エプロン、マスク着用（6日〆切）

＜予定時間＞

三崎公民館	少年自然の家 そば打ち体験	食堂にて	体育館にて
出　発	そば粉・中力粉を水でまぜます（水回し、こね、のし、切りを習います）	昼食	食後の軽い運動をして帰館します 軽スポーツ体験
９：１０	１０：００～１２：００	１２:００～１３:００	（三崎 15：30 頃到着）

・みさきデイサービス一部屋の『はまなすオレンジカフェ』は今月お休みします。

・『小泊地域オレンジカフェ』は、１/１７日(水)13:30～
小泊集会所で開催します！（飲み物代￥200 ご用意ください）

お問い合わせは、珠洲市社会福祉協議会　TEL82－7751

やぶ椿句会 十二月句会（十二月一日）

・日照雨（そばえ）来て西なる方に秋の虹　三牧　久子
・菊長けて手折（たを）り浮かべし花手水（てうづ）　佐々木初美
・庭木にも鎧（よろひ）のごとし雪囲　納谷　一美
・隠れ宿秋の夜長の川の音　森　淑子
・筆使ひ五十の手習ひ秋の暮　脇田えみ子

【コミュニティ・スクール運営事業】

１１月３０日（木）
中学３年生の蓬莱づくり→

縁起の良い龍柄にしました。

１２月８日（金）
←中学１年生の茶道体験
基本の作法を学びました。

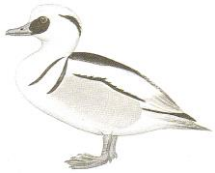
トピックス トキ舞う里づくり

１１月２６日（日）

「雁の池　野鳥観察会」主催：雁の池会

今年もたくさんの渡り鳥の観察ができ、三崎の地域資源の大切さを考えました。

オシドリ



ミコアイサ

スポーツ

１２月１０日（日）
三崎町民ソフトバレーボール大会

★一般男子の部優勝‥引砂Ｂチーム
〔中村幸央、濱野　豊、宮野悠希、濱田智啓〕
②引砂Ａ　③URANO　④寺家　⑤伏見Ａ

★２部優勝‥中学校チーム
〔竹中猛、千場湧仁、松井颯志、泉心翔、前颯人〕
②伏見Ｂ　③新宝島

引砂Ｂチーム

中学校チーム

いしかわ地域版環境ISO

★使用済み天ぷら油回収…12 月ﾍﾟｯﾄﾎﾞﾄﾙ 42 本。