

若山公民館だより 10月



第212号 令和7年9月1日 珠洲市立若山公民館 TEL 0768-82-6153

毎日暑い日が続いた9月でしたが、時折吹く風に少しずつ秋が感じられます。

新米をはじめリンゴ、梨や栗などの果物や秋野菜も出回り、スポーツの秋、読書の秋、文化、芸術の秋、食欲の秋など楽しみな季節を迎えます。この季節ならではのそれぞれの秋を満喫していただきたいと思います。

また10月5日には市内10地区において地震発生を想定した防災訓練と避難所開設訓練が実施されます。昨年の能登半島地震や奥能登豪雨災害をはじめ身近に発生危険のある災害などを想定され、それぞれの家庭や地域でお互いの安全対策や避難方法などについて考えていただきますようお願いいたします。

若山公民館長 向井 辰郎

令和7年度 珠洲市総合防災訓練 に参加しましょう！



【日 時】 10月5日（日） 午前9：00訓練開始

【場 所】 若山小学校体育館

- ◇ 9：00 大地震発生（1分間の安全行動：しゃがむ・かくれる・じっとする）
- ◇ 9：03 大津波・土砂災害が発生し、市内全域に避難指示発令
（住民は各地区で決められた避難場所へ避難する。ご近所への声掛け等。
また、地区の避難場所がわからない方はあらかじめ区長さんにお問合せの上
ご確認ください。）
- ◇ 地区避難場所解散後は、若山小学校で避難所開設訓練を行っていますので、
ご参加、ご協力をお願いいたします。

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：10月24日（金）
14：00～16：00

場 所：若山公民館 講堂

◎必ずシューズをご持参ください

主 催：ピースウィンズ・ジャパン

【小さな上映会】

今回は「お就活」を上映します。
「珠洲に寄り添う会」の支援者による映画上映会です。お誘いあわせのうえ、
お気軽にお越しください。

開催日：10月29日（水）

時 間：13：30～

場 所：若山公民館 講堂



ご好評につき
第11弾！

◆ 10月の公民館行事・教室予定 ◆

2・16日（木）	10：00～13：00	「介護予防教室 ぱわふる」
毎週（金）	10：00～11：00	「いきいき百歳体操」
3日（金）	11：00～11：30	「シルバーリハビリ体操」
4日（土）	13：00～15：00	「健康づくりイベント」 増田健治氏
5日（日）	9：00～11：20	「珠洲市総合防災訓練」 若山小学校
5日（日）	13：00～	「心へ…大正琴の響」 大正琴和こころ
9日（木）	一日不在となります	「公民館大会」 加賀市
11日（土）	16：00～17：00	「刺さない鍼治療」 増田健治氏
15日（水）	13：30～15：00	「ほっこりタイム」
17日（金）	10：00～12：00	「おやきづくり」 コーブながの
17日（金）	13：00～15：00	「アロマ・ミニ喫茶」 Ms. kimura
18日（土）	10：00～14：00	「楽しくお菓子づくり」 木村明法氏
21日（火）	10：00～11：30	「わがまちウォーキング」
22日（水）	11：00～11：30	「落語 月亭方気」
24日（金）	14：00～16：00	「卓球教室」ピースウィンズ・ジャパン
28日（火）	14：00～15：00	「民生児童委員会」
28日（火）	14：00～15：00	「美川憲一&大江裕 オンラインコンサート」
28日（火）	18：30～	「火宮地区 総会」
29日（水）	13：30～15：00	「小さな上映会」

*10月14日（火）は振替休日のため休館日となります

健康 づくりイベント

開催日時 10月4日（土）
13：00～15：00

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 クスリと健康のお話
 - 3 鍼（刺さない）治療
- *服は着たままうつ伏せで、治療時間は5分程度です 【鍼灸師・薬剤師 増田 健治氏】



《ほっこりタイム》

地域の方々の憩いの場とて、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、お気軽にお越しください。

*今月は【手話】をします
日時：10月15日（水）
13：30～15：00

いきいき百歳体操に参加しませんか？

毎週金曜日の10時から1時間、一緒に軽体操で身体をほぐしませんか？
いきいき百歳体操30分・かみかみ口腔体操30分。週に1回の体操で身体を動かし、参加者との交流を図ることで、フレイル予防にもつながります。
申込不要。どなたでも参加できます。
お気軽にお越しください。



“おやき”をつくりませんか？

おやきは信州（長野県）の郷土料理です。小麦粉の皮で野菜などの具を包んだお饅頭のような食べ物です。

日時：10月17日（金）
10：00～12：00
場所：若山公民館

主催：コープながの「信州おやき隊」



アロマ・ミニ喫茶 で癒しのひと時を！

日頃の疲れをアロマやお茶をしながら、みなさんと楽しく過ごしませんか？
癒されること間違いなし！
お気軽にお越しください。



開催日：10月17日（金）
時 間：13：00～15：00
場 所：若山公民館

主催：名古屋市 Ms. Kimura（ボランティアさんです）

大正琴 ボランティア演奏会 「心へ…大正琴の響」

大正琴の演奏が、少しでもみなさまの心に響くようにと和こころの会員が心を込めて演奏します。ぜひお誘い合わせのうえお越しください。



開催日：10月5日（日）
演奏時間：13：00～
場 所：若山公民館
出演者：大正琴 和こころ
主催：大正琴和こころ

わがまち ウォーキング 再開します

今月から、わがまちウォーキングを再開します。紅葉を楽しみながら、いっしょに歩きませんか？
ご参加お待ちしております。

開催日：10月21日（火）
時 間：10：00スタート
場 所：公民館周辺
申込不要 / 飲み物、帽子、タオル持参



【能登の置き本】をご利用ください

秋の夜長に読書はいかがですか？
震災後、住民のみなさまに読んでいただきたいと日本出版クラブ震災対策室様よりご寄付がありました。
色々なジャンルの本が揃っています。
ぜひ、ご利用ください。

やっちゃんえ どもたち 楽しくお菓子・料理づくり

いろいろ やっちゃんえ みんなで なかよく こうたいせい

10月18日（土）10時～14時

場所：若山公民館 / 参加費無料・申込不要
対象：子どもと保護者

・たこさん
・ひまわり・かにさん・かたつむり
・宇宙人各ウイナー

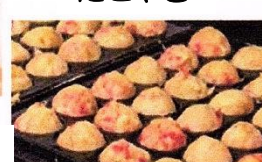


ゼリー



ポップコーン

たこやき



イタリアンスパ10食



わたがし



FREE DAM オンラインコンサート 2025年秋



きいて うたって 参加して！
あの日をみんなで思い出そう！！

2025 10月28日（火） 14:00～15:00
生放送 参加無料

公民館で

【オンラインコンサート】

を開催します。

開催日：10月28日（火）

時 間：14：00～15：00

出演：美川憲一 & 大江裕

申込不要・参加無料

ご近所さまお誘いあわせの上
お気軽にお越しください。

落語家【月亭方氣】がやってくる！



若山公民館に落語家の、
「月亭方氣」さんが落語を
演じてくれます。
みなさんと一緒に落語を
楽しみましょう。

日時：10月22日（水）
時間：11時から

自転車の ルールを守りましょう！

◆自転車安全利用五則◆

- ・車道が原則、左側通行
- ・交差点では信号と一時停止を守って安全確認
- ・夜間はライトを点灯
- ・飲酒運転は禁止
- ・ヘルメットを着用

☆令和8年4月1日から自転車
は交通反則通知制度（青切符）
の対象になります！

例：ながらスマホ→12,000円
信号無視→6,000円

【ウェイトリフティング競技】

飯田高校3年 橋本侑大さんを祈健闘する応援幕が、
若山小学校前の歩道ガードレールに掲げられました。
9/29～の国体もみなさんで応援しましょう！
ファイト！ ファイト！ ファイト！



いしかわ地域版環境 ISO

使用済み天ぷら油を
回収しています。



◎油の容器やペットボトル
などを利用し、倒れても
中身がこぼれないよう
しっかりとキャップを閉
めておもちください。

◎1ℓにつき自然共生
ポイントシール1枚がも
らえます。地球にやさし
い♪家計にもやさしい♪