

飯田公民館だより

第488号

令和8年1月1日

飯田公民館

TEL 82-0023

また一つ新しい年を迎えました。この新しい一年が皆さまにとって良い一年となりますよう心よりお祈り申し上げます。

さて、今年の干支は「丙午（ひのえ・うま）」です。「丙」は十干の3番目で「火」の要素を持ち、太陽や明るさ、生命のエネルギーを表すとされています。また「午」は古くから人間とともに生きてきた動物。駿足を持ち、独立心が強く、また人を助けてくれる存在でもあります。そのため「丙午」の年は、「勢いとエネルギーに満ちて、活動的になる」年になると考えられます。復興への道を歩み始める私たちにとっても希望が見える年になるといいなと思います。

最後になりましたが本年も生涯学習の場として、皆が集う場として公民館をご利用ください。

1月の行事予定

| 行事名 | 日 | 曜日 | 時間 | 場所 |
|------------------|-----------------|----|--------|-------------|
| いきいき百歳体操 | 毎週火・金 (裏面参照) | | 10:00～ | 飯田公民館 和室 |
| 手工芸教室 | 8 | 木 | 9:30～ | 飯田公民館 町民ホール |
| すず川柳 | 8 | 木 | 13:30～ | 飯田公民館 町民ホール |
| 体組成計の移動測定会 | 9 | 金 | 10:00～ | 飯田公民館 和室 |
| 日本語教室 | 10,24 | 土 | 14:00～ | 飯田公民館 町民ホール |
| 珠洲市二十歳（はたち）のつどい | 11 | 日 | 13:30～ | ラポルトすず |
| 生け花教室 | 14 | 水 | 18:30～ | 飯田公民館 町民ホール |
| 健康相談会 | 15 | 木 | 10:00～ | 飯田公民館 町民ホール |
| 飯田町復興まちづくり協議会理事会 | 15 | 木 | 19:00～ | 飯田公民館 町民ホール |
| 長寿会新年会 | 17 | 土 | 12:00～ | 飯田公民館 和室 |
| 珠洲市民百人一首かるた大会 | 18 | 日 | 8:45～ | 飯田公民館 和室 |
| デジタル教室 | 22 | 木 | 10:00～ | 飯田公民館 町民ホール |
| 親子味噌づくり体験 | 31 | 土 | 13:30～ | 飯田公民館 調理室 |

冬の移動測定会

日時：1月9日（金）午前10時～

場所：飯田公民館 和室

対象：どなたでもご参加いただけます。

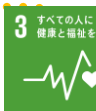
内容：①血圧・体組成測定

②ミニ講話「生活習慣病を予防しよう（糖尿病・高血圧などについて）」

③運動

持ち物：飲み物、タオル、体組成計（お持ちの方）

服装：動きやすく、裸足になりやすい服装



長寿会新年会



日時：1月17日（土）正午～

場所：飯田公民館 和室

たくさんおしゃべりしましょう！

申し込みされた方はお忘れなくご参加ください。

健康相談会



日時：1月15日（木）午前10時～

場所：飯田公民館 和室

どなたでもご参加いただけます。

お茶を飲みながらお話しませんか？

デジタル教室（珠洲トチポ）

日時：1月22日（木）午前10時～

場所：飯田公民館 町民ホール

内容：珠洲市が発行している珠洲トチポのアプリ（トチツーカー）の普及促進に向け登録や操作方法を学ぶデジタル教室。

持ち物：マイナンバーカード、パスワード（署名用）

協力：珠洲市DX推進室 北國銀行



やってみよう！食べてみよう！ 親子味噌づくり体験

日時：1月31日（土） 午後1時半～

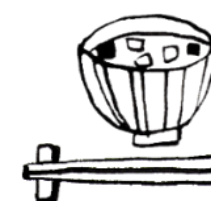
場所：飯田公民館 調理室

対象：飯田小学校児童とその保護者

定員：4組（先着順）

参加費：1,000円

持ち物：エプロン、頭巾、手拭き用タオル



親子で楽しく味噌づくりを体験しませんか？
2kgの味噌をお持ち帰りいただく予定です。



珠洲市 はたち 二十歳のつどい

●日時：1月11日（日）

＜受付＞12:30～ ＜式典＞13:30～

●場所：ラポルトすず大ホール

●該当者：平成17年4月2日～平成18年4月1日

に生まれた方

大切なお願い

二十歳（はたち）のつどいの 写真について

二十歳（はたち）のつどいで撮影した記念写真は、ご自身のスマートフォンでダウンロードしてください。当日お渡ししたパンフレットに記載の二次元コードから1月下旬以降にダウンロードできる予定です。

今年度からは公民館での受け取りではありませんのでご注意ください。

いっしょに

100歳体操

新しい年が始まりました。新年の目標は立てられましたか？家にこもりがちな冬こそ公民館に集まって体を動かしましょう。

体操後のおしゃべりも大歓迎です！

1月の予定

毎週火・金曜日（午前10時～）

| | |
|-----|-----|
| — | |
| 6日 | |
| | 16日 |
| 20日 | 23日 |
| 27日 | 30日 |

※2日、13日休み、9日は移動測定会です。



手工芸教室



日時：1月8日（木）午前9時30分～

場所：飯田公民館 町民ホール

内容：毛糸の小さな帽子づくり

参加費：100円



まはポをト
すかン使イ
よわポッレ
いンてット
ト作帽子
ムっをベ
テに乗リ
になせま
す。

冬のヘルシー クッキング



12月の行事より

12/4（木）、冬のヘルシークッキング教室がありました。

健康増進センターの管理栄養士に手軽に作れておいしく栄養たっぷりの献立を教わりました。今回の献立はたらときのこのみぞれ煮、青菜と桜エビのだし酢和え、厚揚げともやしのねぎだれと簡単に作れて旬も感じられ満足度満点でした。



このレシピは「復興をみんなで支える食のチカラ」を目指す味の素ファンデーションさんのレシピ集に収録されています。

12/6（土）、小学生の工作教室として穴を開けた紙皿に毛糸を

通して作る飾り皿づくりを実施しました。最初は苦戦していた1年生もコツを掴むと楽しそうに毛糸を通していました。ひとりひとり思い思いの色の毛糸を使って世界に一つのツリーができました。当日別の教室で公民館にいた皆さんも子どもたちの器用さと発想力に感心していました。

紙皿と毛糸で ツリーの飾り皿 づくり



飯田町第一集会所

（飯田小学校仮設団地集会所）

行事のお知らせ

飯田町第一集会所（飯田小学校仮設団地）にて下記の行事が催されます。

飯田町第一団地にお住まいの方だけでなく他の仮設にいらっしゃる方、ご自宅にいらっしゃる方、どなたでもご参加ください。

☎1/5(月)13:30～ ハーバリウムワークショップ

☎1/9(金)14:00～ 薬剤師健康相談

☎1/22(木)10:00～ お茶会

復興まちづくり協議会だより

12/11（木）に理事会を行い、飯田町が珠洲の中心、みんなが集まる公園のような町にしたいとの思いから「飯田セントラルパーク構想」と名付け、今後の構想やその実現に向けた事業展開の流れなどをまとめました。まとめたものは区長さんを通じて全戸に配布いたしますのでそちらをご覧ください。

いっしょに

まちづくり

しませんか？

今後「飯田セントラルパーク構想」を実現するために10の部会に分かれて活動をしていきます。この部会にはまちづくり協議会の理事だけではなく広く飯田町の町民の皆さまにご参加いただいて活動していきたいと考えています。全戸配布した資料に部会についての説明と参加申込書を付けておきますので参加して下さる方は1/15（木）までに参加申込書にご記入の上、飯田公民館までご提出ください。なお、お電話（☎82-0023）でも受け付けます。飯田町が「珠洲の中心として、人が集まり楽しく過ごせる町」になるようにたくさんの皆さまのご参加をお待ちしています！

小学生と 高齢者の 交流事業



12/18（木）、6年生にとっては最後となる高齢者との交流事業がありました。6年間で立派に大きくなった児童たちの姿に参加してくださった方々から感嘆の声があがっていました。

まずはクイズで頭の体操をして、それから風船バレーで体も動かしました。その後はみんなで「ジングルベル」を鈴を鳴らしながら歌ったりと楽しい時間を過ごしました。6年生のみなさん、中学校へ行っても元気に頑張ってくださいね！

