

# 鳳 至

館報 第234号

輪島市立鳳至公民館  
輪島市鳳至町石浦町83-1  
TEL 22-7620  
FAX 22-7640  
令和5年8月1日発行



## 8月

### 【休館のお知らせ】

8月13日(日)~16日(火)の期間、お盆のため休館となりますので  
よろしくお願いします。



### 大人の遠足 ~ぶどう狩りをしよう!~

《日 時》8月17日(木) 午前9時出発~17時帰着予定(8:50までに集合願います)  
《行き先》モアイ農園(ぶどう狩り)・イオンかほく・花のミュージアム フローリィ  
《参加費》3,500円(入園料・昼食代)  
《定 員》20名(定員を超えた場合は抽選となります)  
◆参加申し込みの締め切りは、8月7日(月)です。  
◆参加希望者は、各自連絡いただきますようお願いいたします。



### みんなで食べようお昼ご飯

~ひとり暮らしのあなた、みんなで楽しく食事をしましょう~

《日 時》8月18日(金) 午前11:45~  
《場 所》公民館(軽運動室)  
《参加費》500円



### ズンバ体験教室 【女性センター事業】

《日 時》8月19日(土) 午前10:00~  
《場 所》公民館(軽運動室)  
《持ち物》室内用シューズ・汗ふきタオル・飲み物  
《講 師》吉浦 美智子



ラテンの音楽に合わせて、  
楽しくダンスエクササイズしましょう♪

### ピラティス

《日 時》8月21日(月) 午前10:00~  
《場 所》公民館(談話室)  
《参加費》200円  
《持ち物》ヨガマット(バスタオル代用可)・飲み物・タオル  
《講 師》小路 奈緒



インナーマッスルや体幹を鍛えて、  
バランスのとれた健康的な身体に  
することを目的とした、どなたでも  
無理なく取り組めるエクササイズ  
です。

### 男の料理教室 【女性センター事業】

《日 時》8月31日(木) 午前10:00~  
《場 所》公民館(調理室)  
《持ち物》エプロン・ずきん・米1合  
《参加費》500円



調理した料理は持ち帰ります。容器はこちらで準備します。

### 手芸教室 ~パッチワークをしよう~

《日 時》8月21日・28日・9月4日・11日 いずれも月曜日/午後1:30~  
《場 所》公民館(託児室) 《持ち物》裁縫セット

定員に達しましたので受付を終了しています

### ★★ 夏休み子ども教室 ★★

#### ~ 夏休みの宿題をしよう! ~

《日 時》8月3日(木) 午前10:00~  
《場 所》公民館(談話室)  
《持ち物》夏休みの宿題(ドリル・ワーク・バリ勉など)  
\*学校の宿題内容を確認し、自分で考えることを重要視しながら宿題のサポートをします。



#### ~ 簡単クッキング ~

《日 時》8月7日(月) 午前10:00~  
《場 所》公民館(調理室)  
《持ち物》エプロン・ずきん  
《参加費》300円  
《定 員》8名



四角い容器にスポンジ生地を入れ、その上にクリームや  
フルーツを積み重ねる「スコップケーキ」を作るよ!  
切らずにそのままスプーンで食べられるよ(o^)

#### ~ モルックに挑戦! ~

《日 時》8月10日(木) 午前10:00~  
《場 所》公民館(軽運動室)  
《持ち物》うち履きズック・飲み物  
《参加費》無料  
\*木の棒(モルック)を下から投げ、木のピン(スキットル)を倒して点数を競うゲームだよ!



楽しいからみんなで来てね!

### みんなで歌おう♪ 歌声広場 【女性センター事業】

《日 時》9月14日(木) 午前10:00~  
《場 所》公民館(軽運動室)  
\*公民館に来て一緒に歌いませんか♪リクエスト曲などあれば公民館にお知らせください!



### 地域県政学習バス ~県の施設を見学してきましょう!~

《日 時》9月15日(金) 8:30出発~17:00帰着予定(8:20までに集合願います)  
《行き先》国立工芸館・県立図書館 【昼食】KKRホテル  
《参加費》2,500円(昼食代他)  
《定 員》30名(定員に達し次第締め切ります)  
◆参加申し込みの締め切りは、8月31日(木)です。  
◆参加希望者は、各自連絡いただきますようお願いいたします。



### グラウンドゴルフ練習会

《日 時》9月21日(木) 午前9時~  
《場 所》マリンタウン競技場(現地集合)  
《持ち物》飲み物・タオル  
《参加費》100円

### 館長杯グラウンドゴルフ大会

《日 時》10月2日(月) 午前9時~  
《場 所》マリンタウン競技場(現地集合)  
《持ち物》飲み物・タオル  
《参加費》300円



※雨天の場合は中止となります。\*ご不明な点などありましたら公民館までお問い合わせ下さい。\*詳細は9月号館報で案内します。

\*行事に参加を希望される方は、必ず事前にお申込みをお願いします。

鳳至公民館 ☎ 22-7620

★ 裏面もご覧下さい! ★

【 今後の学級のご案内 】

- ★ 秋の盆栽教室・盆栽展示（お茶席）→ 9月26日（火）27日（水）予定
- ★ レッツ！ウォーキング → 9月28日（木）予定

\*詳しくは今後の館報でお知らせします！



マイナンバーカード ラクラク出張申請サポート

担当職員が地域の公民館や集会所へ伺って申請をサポートします。  
市役所へ行かなくてもマイナンバーカードを申請することができ、必要な顔写真も会場で撮影（無料）することができます。  
町内会やご友人どうし、職場の皆様等でご利用ください（約5名以上）。  
ご希望の方は、各公民館や輪島市役所市民課（23-1131）までお問い合わせください。



↓ - サークル活動のご案内 - ↓

たんぽぽ会

地域の人に声を掛け合って  
楽しく参加しましょう！  
～転ばない・認知症にならない  
閉じこもらない～

8月はお休みです

転倒予防

百歳体操をしよう！  
8月1日・8日・22日・29日  
いずれも火曜日 午後1:30～



お茶サークル

8月4日・18日・25日  
いずれも金曜日 午後1:30～  
※一緒にお稽古しませんか！  
お気軽にご参加下さい。



パッチワーク

8月10日 木曜日  
午後2:00～



ニュースポーツ

8月2日・9日・23日・30日  
いずれも水曜日  
午前9:00～11:00

カローリング（床の上のカーリング）など  
一緒にしませんか！  
※うち履きの用意をお願いします。



俳句教室

- ☆ 椽輪島会句会 8月12日（土）午後1:30～
- ☆ 波の会 8月26日（土）午後1:30～

一緒に俳句を作りませんか？  
どなたでもお気軽にご参加下さい！



輪島たんぽぽ文庫よりお話し会のお知らせ

鳳至公民館（託児室）でお話し会をしています。詳しくは今後の館報でお知らせします。  
くわしいお問い合わせは 倉田 ☎22-6282（夜間のみ）まで

健康づくりピンポンの会 楽しくピンポンをしましょう！

（日 時）8月1日・3日・8日・10日・17日・22日・24日・29日・31日  
毎週火・木曜日 午前9:30～11:30

（場 所）鳳至体育センター3F  
（持ち物）卓球ラケット・うち履き・タオル・飲み物

火曜日と木曜日の午前中、鳳至公民館の3Fで卓球をしています！一緒にからだを動かしませんか？興味のある方は、一度見に来て下さい。



スペースの都合上、サークル活動を館報に掲載出来ない場合があります。申し訳ありませんが、各サークルで確認して活動して下さい。

第5回輪島地区レクリエーション大会

日 時：令和5年9月24日（日）午前9:00～12:30頃予定  
場 所：輪島市立河井小学校 体育館

\*詳しくは9月号の館報でお知らせします。



公民館学級の様子（7月）



7/3-6 手芸教室

7/13 袖ヶ浜清掃活動

7/18 ピラティス

7/22 お菓子作り  
（女性センター事業）

7/26 夏休み習字教室

7/26 クラフトバック作り

7/27 夏休み勉強会

令和5年度 グッドマナーキャンペーン

大人が模範となり、青少年に公共マナーの大切さや交通ルールの遵守等と呼びかけ、グッドマナーとは何かを青少年一人ひとりが考え、行動につなげるキャンペーンを県下一斉で実施することにより、すべての大人が子育てに関わり、社会全体で青少年の模範意識の向上を図ります。

- 取組期間 令和5年9月1日（金）～30日（土）
- 重点目標 「気持ちのよい行動をしよう！」「自分を大切にしたら行動をしよう！」「思いやりのある行動をしよう！」

おはようございます!!



令和6年輪島市二十歳の集いのご案内

市内にお住まいの方のほか、市外にお住まいの方も参加できます。就職や進学等で輪島市に住民登録がない方で、参加を希望する場合は生涯学習課まで連絡をお願いします。10月中旬頃に案内状を送付します。

案内状にはWEB申込のQRコードを印字しますので、そちらからお申込みください。  
※お電話での申込も可能です。

- ◇日 程 令和6年1月7日（日）
- ◇会 場 輪島市文化会館大ホール
- ◇対象者 平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれの方
- ◇問い合わせ先 生涯学習課 23-1176



◇氏名などの公表について

輪島市個人情報保護条例に基づき、本人の同意を得たものに限り当日配布のリーフレットに対象者の名簿を作成し、当日来場者や報道機関にも配布する予定です。案内状は、10月1日現在で輪島市に住民登録がある方に対し、10月中旬頃に郵送します。二十歳の集いの出欠及びリーフレットに名簿を掲載することの同意の有無についてなどのWEB申込となります。

◎新型コロナウイルス感染症の状況により、二十歳の集いの開催中止または開催方法の変更をさせていただく場合があります。