

# 鳳至

館報 第235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9月1日発行



## 鳳至公民館ふれあい展

### ～ 盆栽教室 ～ 【軽運動室】



《日時》9月26日(火)午前10:00～  
《定員》10名  
《参加費》3,000円

盆栽の剪定に挑戦してみませんか？  
初心者の方も安心してご参加いただけます！

\*材料準備の都合上、参加希望の方は必ず事前に申し込みをお願いします。

### ～ 盆栽展示 ～ 【軽運動室】



《日時》9月26日(火)午前10:00～午後4:00  
9月27日(水)午前10:00～午後3:00  
いろいろな種類・大きさの盆栽を展示します！

### ～ お茶席 ～ 【談話室】



《日時》9月27日(水)午前10:00～午後3:00

\*お茶菓子がなくなり次第終了します。

ちょっと一服いかがですか？お気軽にお立ち寄り下さい。(参加無料)

### 『ふげしカレー』

9月27日(水)午前11:00頃(予定)から販売開始します！

～ たくさんの方のご来場をお待ちしています！ ～

### ピラティス



《日時》9月19日(火)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。

### 地域県政学習バス ～県の施設を見学しましょう！～

《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

定員に達しましたので受付を終了しています

\*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

### みんなで歌おう♪ 歌声広場 【女性センター事業】

《日時》10月12日(木)午前10:00～《日程が変更になりました》  
《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！

◆8月号館報で案内した日程が変更になりましたので、ご注意下さい。

### グラウンドゴルフ練習会



《日時》9月21日(木)午前9:00～  
《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

※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。

### レッツ！ウォーキング



《日時》9月28日(木)午前9:00出発  
《コース》検討中  
《持ち物》昼食・飲み物・タオル  
《参加費》100円

マイクロバスを利用して行きます。  
歩いた後、お弁当を食べて帰ってきます。

### 館長杯グラウンドゴルフ大会



《日時》10月2日(月)午前9:00～ 予備日10月5日(木)  
《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》500円

昼食にカレーライスを準備します！お楽しみ♪

\*雨天の場合は、朝7時に判断し、代表者・参加者にご連絡します。  
その他、ご不明な点等ありましたら公民館までお問い合わせ下さい。

◆準備があるので、9月22日(金)までに必ず参加の申し込みをお願いします！

### 子ども教室 ～敬老の日のプレゼントを作ろう！～



《日時》9月11日(月)午前10:00～ \*運動会振替休日  
《場所》公民館(軽運動室)  
《参加費》無料

日頃の感謝の気持ちを込めて、おじいちゃん・おばあちゃんに  
プレゼントを作ろう！何を作るかは検討中・・・

\*材料の準備があるので7日(木)までに必ず申し込みして下さい。

### 放課後子ども教室 ～宿題を持って公民館へGo！～



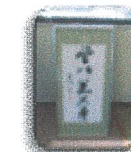
《日時》9月20日(水)午後3:30ごろ～  
《場所》公民館(軽運動室)  
《持ち物》宿題・バリ勉など

学校が終わったら来てね！

### ギャラリー

展示品を入れ替えました！

泉 靖郎氏(門前町道下)の  
書が展示されています。  
是非、ご覧下さい！



### 【市政懇談会】

日時:10月23日(月)午後1:30  
場所:ふれあい健康センター  
地域の皆さんと意見交換する場です。  
お気軽にご参加下さい。

★裏面もご覧下さい★

## 令和5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

## 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し、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 「気持ちのよい挨拶をしよう!」「歩行者優先の思いやりのある運転をしよう!」「相手を大切にされた発言・発信をしよう!」



## ↓ - 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～  
誤嚥予防の話(出前講座)

9月20日(水)  
午前10:00～午後2:00

### ニュースポーツ

9月6日・13日・20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。



### 転倒予防

百歳体操をしよう!  
9月5日・12日・19日・26日  
毎週火曜日 午後1:30～



### お茶サークル

9月1日・8日・15日・22日・29日  
毎週金曜日 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

9月14日・28日  
いずれも木曜日 午後2:00～



### 俳句教室

- ☆ 椽輪島会句会 9月9日(土) 午後1:30～
- ☆ 波の会 9月23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知らせ

鳳至公民館託児室でお話し会をします。詳しくは今後の館報でお知らせします。

### 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) 9月5日・7日・12日・14日・19日・21日・26日・28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: 9月24日(日) 午前9:00～12:30頃予定

場所: 河井小学校 体育館



### 【プログラム】

- |          |                         |             |             |
|----------|-------------------------|-------------|-------------|
| 1. 開会式   | 5. おんぶでパン食い競争<br>(親子競技) | 8. ラッキーチャンス | 12. じゃんけん大会 |
| 2. 準備体操  | 6. 借り人競争                | 9. デカパンリレー  | 13. お楽しみ抽選会 |
| 3. お遊戯   | 7. ラケットDARIレー           | 10. パン食い競争  | 14. 閉会式     |
| 4. 紅白玉入れ |                         | 11. 綱引き     |             |



\*抽選券は9時～10時30分までの間に必要事項を記入して抽選箱に入れて下さい。一人1枚とし、抽選時に会場にいない場合は無効となります。

【お願い】体育館では内ばきソックスを履いて下さい。暑さ対策(水分等)は各自でお願いします。ゴミは各自持ち帰り下さい。駐車場は河井小学校駐車場他をご利用下さい。路上駐車はしないようお願いします



～お友だち・ご近所などお誘い合わせのうえ、ぜひご参加下さい!お待ちしております!～

## 公民館学級の様子(8月)



## くらしサポ出張相談窓口を開設します

「くらしサポートセンターわじま」(輪島市社会福祉協議会内の相談機関)がみなさんの身近な公民館へ出張いたします!生活の心配ごとを相談員がお聞きして、どうしたら良いのかを一緒に考えていきます。お金のことや生活の困りごと、家族の引きこもりなどお気軽にご相談ください。一人で抱え込まず、お話ししてみませんか?

日時: 9月28日(金) 9:00～11:00

場所: 鳳至公民館

\*予約者優先・相談無料・秘密厳守(当日ご予約が無くてもご相談いただけます)

【ご予約・お問い合わせ先】くらしサポートセンターわじま(輪島市社会福祉協議会内) ☎0768-23-0783

