

輪島市立阿岸公民館 ☎&Fax 43-1063

輪島市民文化祭「あいの風」門前会場

◎作品展示 門前東小学校体育館
11月3日(祝日・金)～4日(土) 9:00～17:00
(最終日は～16:00まで)

◎芸能発表会 門前会館3階ホール
11月3日(金) 13:00～ 鳳舞会、フラダンス、
門前おことの会 など

あぎし歩こう会 總持寺祖院・観音めぐりと、門前にて文化祭鑑賞

日時 11月4日(土) 午前8時50分 公民館集合

コース 公民館発 → 總持寺通り駐車場 — 總持寺首山三十三観音めぐり
9:00 9:20 9:30～10:20

文化祭・作品展(東小学校) → 門前總持寺通り → 阿岸公民館 着
お茶席(門前公民館1F) 500円
自由行動 10:30～11:30 11:50頃 解散

持ちもの 各自のみもの *小雨決行

*本山で三十三観音をめぐり全て巡礼すると満願の御朱印が頂けます

*11月をもって今年を終了。

*来春は3月下旬に猿山岬へ雪割草を愛でながらウォーキング
しましょう。



〔 老人会・部長 公民館周辺清掃 〕

日時 11月23日(祝日・木)
午前8時～

※ご都合のつくボランティアの方も
大歓迎です!

朝のうちは冷え込み
ますがよろしくお願
いします。



『 剪定講座 』 4回目

日時 11月23日(祝日・木)
午前9時～

場所 阿岸公民館 玄関前

持ち物 剪定ばさみ、剪定のこぎり、
(持っている方) 三脚はしこ
・飲みもの持参 ・小雨決行

『 阿岸の踊り教室 』

日時 11月7日(火)
午前9時30分～

場所 阿岸公民館 和室

*阿岸ゆかりのおどりを習っています。

『 配食ボランティア 』

日時 11月10日(金) 午前8時～
場所 阿岸公民館 調理室

*秋の味覚を届けます

*本年最終



『 阿岸グラウンドゴルフ大会 』

日時 11月12日(日)
午前9時00分～

場所 あぎし工房グラウンド

*今年最終の大会です

*雨天の場合は中止します



『 転倒予防教室 』

*転ばない・閉じこもらない ように
集まり、運動しましょう

日時 11月9日(木)
午前9時40分～

場所 阿岸公民館

講師 もんぜんスポーツクラブ

参加費 200円

〔 青空生産組合よりお知らせ 〕

新鮮な地物の冬野菜などを
販売します。

日時 11月11日(土)
午前10時～

場所 道の駅 赤神



『 茶道 教室 』

日時 11月13日(月) 午後1時～
場所 阿岸公民館 和室

*お抹茶をいただく作法から体験
しませんか?

いきいき百歳体操

11/2(木) 休み (JA女性部市政バス)

11/16(木) 午前 9:30～10:30

10:30～ニュース

16日には、リハビリの方が百歳体操を
改めて指導に来ますので、普段より時間
をかけます。

*持ち物 飲みもの〈水分補給〉

もんぜんスポーツクラブと
『 ニュースポーツ 』

無理なく運動しませんか?

日時 11月16日(木)

午前10時30分～

場所 阿岸公民館 ホール

持ち物 内履きシューズ・
タオル・水分補給の飲み物



10/29(日) 第6回 阿岸グラウンドゴルフ大会 あぎしグラウンド

朝寒かったものの、途中から心地よく晴れてきました。結果は下記のとおりです。

男性	優勝 横山孝男	女性	優勝 佃 利美	ホールインワン賞
	2位 村口文男		2位 村口よし子	2回 横山孝男、今岡正治 東英盛
	3位 今岡正治		3位 大平初枝	1回 村口文男、村口よし子 福島初枝
	4位 佃 邦夫		4位 福島初枝	
	5位 高田晴雄		5位 木下ゆり子	



・剪定講座



・門前西小学校サツマイモ掘り



・松風台保育所サツマイモ掘り

アブラメ釣り大会



1位	土田 幸一
2位	畑中 進
3位	田口 哲也
大物賞	堂山 政昭
ゲテモノ賞	山下 詠万



・あぎし歩こう会 黒島歩き



・有酸素運動教室

『 着つけ教室 』

着つけや帯結びを和やかに習っています。お気軽にご参加ください。

日時 11月20日(月)
午前9時30分～
・今月は第3月曜日

場所 阿岸公民館 和室

*着物、帯等お持ちの方は持参ください。ない方にはお貸しします。



『 カラオケ教室 』

日時 11月22日(水)
午後1時30分～
場所 阿岸公民館 和室
*歌って元気に。どうぞ歌いに
来てください。

講演会のお知らせ

栗津温泉の「喜多八」若女将・喜多真裕美さん
(旧姓・川崎)
・かつて競歩競技でオリンピック出場3回
経験あり、日本一早く歩く女将と称される

演題 「夢実現力」

日時 11月26日(日)
13:30～15:00

輪島市文化会館 3F小ホール 入場無料
・夢を持ち続けることを人生の原動力として
これまでの様々な挑戦について講演されます。

『 有酸素運動教室 』

日時 11月30日(木)
午前10時00分～

場所 阿岸公民館 ホール

持ち物 内履きシューズ・タオル・
水分補給の飲み物

・・・活動予定は状況により変更・中止になる場合も
ありますのでご了承ください・・・

11月の公民館教室、行事予定

教室・行事予定		
4	土	あぎし歩こう会 門前 9:00～
7	火	阿岸の踊り教室 9:30～
9	木	転倒予防教室 9:40～
10	金	配食ボランティア 8:00～
11	土	青空生産市 10:00～ 道の駅赤神
12	日	グラウンドゴルフ大会 9:00～ あぎしグラウンド
13	月	茶道教室 13:00～
14	火	・JA 女性部 手芸教室(干支飾り) 9:00～
16	木	いきいき百歳体操 9:30～ ニュースポーツ 10:30～
20	月	着つけ教室 9:30～
22	水	カラオケ教室 13:30～
23	木	公民館清掃・草刈 8:00～ 剪定講座 9:00～ 公民館玄関前
30	木	有酸素運動教室 10:00～

