

第 5 1 7 号

編集・発行 津幡町津幡公民館

津幡町字清水リ123番地3 <LINE>

TEL 289-2266

FAX 289-6799

E-mail tsubata-ph@m2.spacelan.ne.jp

令和8年7月3日 発行

まいいたうん



つばた

7月の行事

- 3*まいいたうん第517号発行
- 4*放課後子ども茶道教室④
- 10*熟年者学級④『体力チェックと講話』
- 15*女性講座④『和菓子作り』
- 22*親子教室①海洋プラスチックの話と万華鏡作り
- 25*放課後子ども茶道教室⑤お披露目会

8月の行事

- 5*まいいたうん第518号発行
- 女性講座⑤『女性のための健康づくり応援講座』
- 7*熟年者学級⑤『モルック』
- 8*親子教室②『生け花教室』
- 19*女性講座⑥
- 『マイライフ&エンディング』を考えよう
- 26*第2回運営審議会
- ※行事は状況により中止または延期になる場合があります



津幡区安心ネットワーク委員会 講演会のお知らせ

どなたでもお気軽にご参加ください♪



日時	7月8日(水) 13:30~	7月25日(土) 13:30~
場所	津幡公民館 (津幡地域交流センター)	
演題	今日からできる熱中症対策(仮)	大地震 かえりみて今(仮)
講師	河北中央病院 内科医、管理栄養士	元珠洲市仁江区长
内容	熱中症の発生時期、症状や特徴、 予防対策など	地震や豪雨の被害状況、避難所生 活の状況や課題など

津幡公民館の
Instagram
始めました♪



津幡地区食生活改善推進協会からのお知らせ

ヘルシー&デリシャスクッキング 参加者募集!

【日 時】7月29日(水) 10:00~13:00

【場 所】津幡公民館

【定 員】15名 ※定員に達し次第締め切ります

【参加費】300円

【講 師】津幡地区食生活改善推進員

【締 切】7月17日(金)まで

【持ち物】エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル

お申し込みは・・・津幡公民館 TEL 289-2266まで



学級・講座のご案内 ※通年申込者対象

<女性講座>

④『和菓子作り』

【日 時】7月15日(水) 13:30~15:00

【講 師】小泉菓子舗 小泉明洋さん

【持ち物】エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル

⑤『女性のための健康づくり応援講座』

【日 時】8月5日(水) 13:30~15:00

【講 師】明治安田生命

【持ち物】飲み物



<熟年者学級>

④『体力チェックと講話』

【日 時】7月10日(金) 10:00~11:30

【講 師】町福祉課職員、町健康推進課職員、介護予防メイト

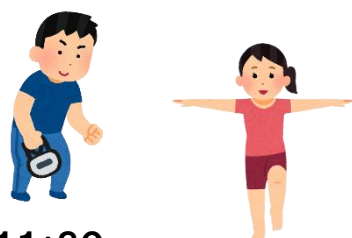
【持ち物】内履きズック、タオル、飲み物、動きやすい服装

⑤『モルック』

【日 時】8月7日(金) 10:00~11:30

【講 師】石川県レクリエーション協会 前田優子さん

【持ち物】内履きズック、タオル、飲み物、動きやすい服装



津幡地区グラウンド・ゴルフ協会からのお知らせ 第71回津幡地区グラウンド・ゴルフ大会

【日 時】7月15日(水)

受付: 午後1時~、開始: 午後1時30分

【場 所】あがた公園

【参加費】300円

【予備日】7月16日(木)



ヨガ教室 サークル活動開始♪

4月30日(木)5月28日(木)の2回に渡り行ったヨガ教室。講師の明星杏奈さんのご指導の下、延べ39人の方にご参加いただき、日頃の運動不足解消や肩こり・腰痛を和らげるポーズでみなさんスッキリ、いい顔が印象的でした。

そしてこの度、津幡公民館のサークルとして承認され、7月から「からだ整えヨガ」サークルとしてスタートします。

【活動日時】第2・4木曜日 19:00~19:45
(月により多少変動あり)

【会費】1回につき1,000円

【指導者】明星杏奈さん

【代表者】矢田こころさん TEL 080-2402-0905

参加希望の方は、サークル代表者または津幡公民館まで!



親子教室①海洋プラスチックのお話&万華鏡づくり

日時 7月22日(水) 10時～12時 津幡公民館にて
講師 いしかわ海洋環境保全の会 代表 川崎朱美子さん
対象 津幡・太白台小学校の児童と保護者
児童のみの参加も大歓迎♪

定員 親子15組(30名程度) 先着順
参加費 1人300円 持ち物 飲み物

申込開始 7月6日(月) 9:00～

申込方法 津幡公民館へ申込書を持参、電話、QRコード
(申込受付時間 平日9時～17時)

QRコードからの申込みは
こちらから↓



公民館清掃 & まちづくり美化大作戦

6月7日(日)公民館を利用されるサークルや運営審議委員の皆さん45名で、公民館周辺の除草にご協力いただきました。

6月14日(日)には住みよい地域づくりを目指し、町内各地でまちづくり美化大作戦を実施。津幡地区でも区民の方々、老人クラブ、女性会、青年団、子ども会など約1,650名が参加し、地域の除草やゴミ拾いに汗を流しました。

皆様のおかげで見違えるほどきれいになりました。ご協力ありがとうございました。



区民運動会 報告

庄区

5月24日(日)

住吉公園



緑が丘区

5月31日(日)

緑が丘3・4丁目公園



横浜区 6月21日(日) 残念ながら中止となりました。

津幡区 太白山神社例大祭



6月20日(土)太白山神社例大祭があり、雨の中でしたが、獅子舞・子供神輿の巡行、野点などが行われました。



放課後子ども茶道教室

5月23日(土)6月6日(土)飯田宗規先生(茶道裏千家教授)のご指導のもと、放課後子ども茶道教室が始まりました。津幡小学校と太白台小学校の児童10名が参加し、挨拶の仕方、歩き方、床の間の拝見、お菓子のいただき方、お茶の飲み方、ふくさのたたみ方等たくさん教えて頂きました。「お菓子とお茶の頂き方を初めて知り、次が楽しみです。」「お茶を点てて、小さい泡がたくさん出てきてよかった。」という感想がありました。



熟年者学級

①開講式、交通安全教室

5月29日(金)開講式の後、津幡警察署交通課の山本さんと町生活環境課の下地さんを講師にお迎えし、交通安全と特殊詐欺についてお話いただきました。特に「補償運転」。夜は見えにくくなったと気づいたら、夜間の運転はしない、など自分で振り返ることが大切とのこと。意識して安全運転に努めましょう!



②寄せ植え教室

6月5日(金)花の山崎、山崎英之さんを講師にお迎えし、夏の寄せ植えを行いました。素敵な舟形の植木鉢に5種類の花苗を思い思いに植えていき、個性の光る作品ができました。「説明が分かりやすく、大変勉強になりました。」「大事に育てたいです。」との感想がありました。



女性講座

①開講式、スカットボール

6月3日(水)開講式の後、スカットボールを行いました。参加者26名が3チームに分かれて2回戦行い、合計点数の高さで順位を競いました。あちこちで歓声や笑い声が起こり、すばらしい交流の場となりました。

見事入賞された皆様、おめでとうございます!



②バランスボール

6月17日(水)講師に真柄美佳さんをお迎えし、バランスボール教室を行いました。20名が参加し、有酸素運動やストレッチ、さらには脳トレの要素も交えた運動に挑戦しました。

「初めての体験で面白かった!ストレッチで体が軽くなりました」「かなりの運動になり汗をかいた。背筋が伸びてスッキリ!」「楽しかったけれど、80代の自分には少しきつかったかな」との感想がありました。

