

公民館便り

さわやか崎浦

発行：崎浦公民館／編集：崎浦公民館広報部
小立野2-41-36／TEL・076-231-6851/fax:076-263-5842

https://sakiura.jp
発行日 令和7年2月25日

公民館サイト
QRコード



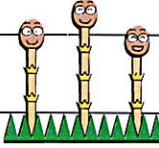


2025

3

March

2025年3月（弥生）のおもな行事

| | | | |
|--------|---|--------|--|
| 1 (土) |  | 16 (日) | |
| 2 (日) | | 17 (月) | いこいの広場 「脳活プログラム」 太鼓 |
| 3 (月) | いこいの広場 「膝・腰痛予防」 太鼓 | 18 (火) | |
| 4 (火) | 民生委員・児童委員協議会定例会 | 19 (水) | 囲碁 空手 |
| 5 (水) | 囲碁 空手 | 20 (木) | 春分の日  |
| 6 (木) | | 21 (金) | |
| 7 (金) | 子ども会連合会定例会 | 22 (土) | 「浅野川七つ橋渡りと地獄極楽絵図を拝観」 ～カルチャー部～ |
| 8 (土) | | 23 (日) | |
| 9 (日) | | 24 (月) |  太鼓 |
| 10 (月) | 太鼓 | 25 (火) | |
| 11 (火) | | 26 (水) | 囲碁 空手 |
| 12 (水) | 囲碁 空手 | 27 (木) | 子育てサロンすくすく 「閉会式 親子体操」 |
| 13 (木) | 閉級式と講演会「誤嚥性肺炎予防」 ～さわやかSDGs崎浦～ | 28 (金) | |
| 14 (金) | | 29 (土) | |
| 15 (土) | 公民館委員総会 | 30 (日) |  |
| | | 31 (月) | 太鼓 |

公民館委員のみなさまへ

令和6年度総会のご案内

☆日時 3月15日(土) 午後7時から

☆場所 崎浦公民館 ホール



《崎浦地区社会福祉協議会》 地域サロン「いこいの広場」

- 65歳以上の方ならどなたでもご参加ください
- 会場…公民館ホール



能登震災により、崎浦地区で避難されている（65才以上）の方も是非お越し下さい。

「膝・腰痛予防」 ～ひざや腰痛を予防するためのお話をいっしょにききましょう～

講師 あんしんケアーズ・リハビリステーション24
理学療法士 小松 謙太 先生



◎日時 令和7年3月3日（月） 10時～
◎場所 崎浦公民館 2F ホール
※申し込みは公民館まで。

【地域包括支援センターみつくちしんまち 共催】

「脳活プログラム」 ～脳活をして認知症を予防しましょう～

講師 ソフィアメディ訪問看護ステーション
作業療法士 上村 先生



◎日時 令和7年3月17日（月） 10時～
◎場所 崎浦公民館 2F ホール
※申し込みは公民館まで。

【地域包括支援センターみつくちしんまち 共催】

子育てサロンすくすく

「閉級式・親子で体操」

講師 スポーツインストラクター 川上 享代 先生
～音楽に合わせて体を動かしたり、親子で一緒にできる体操をします～



◎日時 令和7年3月27日（木） 10:00～11:00
◎場所 崎浦公民館 和室
◎定員 15組

※申し込みは公民館まで、定員になり次第締め切ります。

泉野福祉健康センターの保健師さんも毎月来てくれます！
体重測定や相談もできますよ。

涌波いきいき元気教室

「あたまとからだのいきいき体操」

講師 寿リハ小立野 職員の方
◎日時 令和7年3月19日（水） 午後1時30分～2時30分
◎場所 涌波会館 2F ホール
◎服装 動きやすい服装

申込不要

どなたでもお越し下さい！！

【地域包括支援センターみつくちしんまち 共催】

崎浦公民館から行事のお知らせ

さわやかSDGs 崎浦・鶴寿会共催 講演会 「誤嚥性肺炎予防」

食事中にせき込んでつらい…

「誤嚥性肺炎」の予防法を学び健康に過ごしましょう！！

どなたでも
参加ください

- ☆日 時 令和7年3月13日(木曜日) 10:00 ~ 11:30
- ☆場 所 崎浦公民館 2F ホール
- ☆講 師 浅野川総合病院 認定看護師
- ☆定 員 50名
- ☆申し込みは公民館まで



「浅野川七つ橋渡りと地獄極楽絵図を拝観」

～言い伝えによる、浅野川七つ橋渡り、体験ウォーキングと

照円寺地獄極楽絵図を拝観～

- ☆日 時 令和7年3月22日(土)
 - ☆集合場所 浅野川、天神橋詰右岸緑地
 - ☆集合と終了時間 集合 午前9時20分 終了 12時頃
 - ☆行き先 常盤橋から下流昌永橋まで七つ橋を渡り
笠市町照円寺
 - ☆参加費 無料
 - ☆定 員 30名(少人数に分かれて巡ります。)
 - ☆申込み締切 定員になり次第締め切ります。
 - ☆講 師 観光ボランティアガイド「まいどさん」
 - ☆お願い 約3キロ歩きます、歩きやすい靴で参加ください。
- [当日連絡先 070-3896-0351]



《カルチャー部》

2025年2月16日(日)

於 金沢市文化ホール

第62回 金沢市公民館大会 公民館フェア “楽集”

次の方々が金沢市公民館永年勤続役職員表彰を受けました。

- ◎優良役職員表彰 … 出口制子
- ◎25年 … 北村克巳
- ◎20年 … 浦野政則・船 哲夫
- ◎15年 … 朝日千恵・川 裕一郎・谷口憲弘
- ◎10年 … 岩村有希子・上田哲男・加藤和夫・中西和智・森 貴晴

🌸 崎浦公民館・教室案内 🌸

新しいことを始めてみませんか！ いろいろな教室があります。お気軽に見学ください。

| 教室名 | 講師 | 受講日 | 会費(円) |
|-----------------------|-----------|--|------------------------------|
| フォークダンス 教室 | 江岸 美和子 先生 | 毎週 水曜日 13:00～15:00 | 月 3,000 令和7年4月より |
| 音楽 教室 | 鰐目 洋子 先生 | 毎週 火曜日 15:00～17:30 | 受講により段階あり 月 6500～ |
| 自 彊 術 教室 | 橋本京子 先生 | 毎週 火曜日 10:00～11:30 | 月 3,000 |
| 健康太極拳 教室 | 大井 洋子 先生 | 毎週 火曜日 13:00～14:30 | 月 3,000 |
| オカリナ 教室 | 竹川 尚子 先生 | 毎月 第1・3 火曜日 9:30～11:00 水曜日 9:30～11:00 | 月 3,990 |
| 生 花 教室 フラワーアレンジメント | 三浦 雅子先生 | 毎月 第1・3 火曜日 10:30～12:00 | 1回 アレンジメント 3,450 生花 2,950 |
| 健康体操 教室 | 嶺 春 恵 先生 | 毎週 水曜日 (女性のみ) 10:30～12:00 | 月 3,000 |
| カラオケ 教室 | 沢田 玲子 先生 | 毎月 3回 木曜日 13:30～15:30 | 月 4,000 |
| パッチワーク 教室 | 西村 京子 先生 | 毎月 第2・4 木曜日 10:00～12:00 | 月 2,500 (材料費は実費) |
| ヨ ガ 教室 | 山本 幸永 先生 | 毎月 3回 土曜日 10:00～11:00 | 月 3,300 |
| 歌 唱 教室 | 角谷 晋平 先生 | 毎月 第1・3 土曜日 13:00～17:00 ※第1・3土曜日が基本ですが月によって変更あります。(楽譜作成代含む) | 月 4,000 |

♪お問い合わせ・お申し込みは、崎浦公民館まで♪
(☎ 2 3 1 - 6 8 5 1)