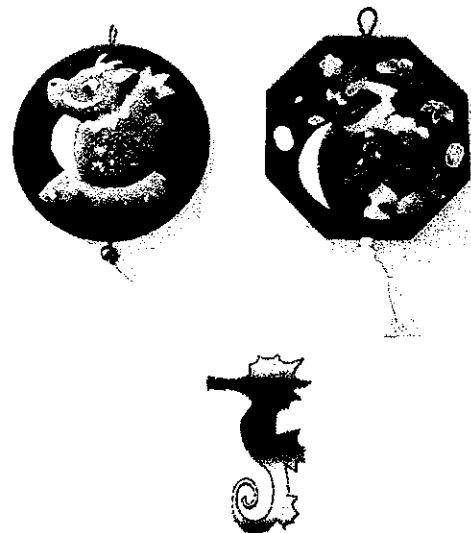


11/23(木) 公民館部長・老人会、ボランティア有志による公民館周辺清掃を行いました。

除草・落ち葉集めなど作業し、公民館周辺スッキリしました。皆様にはご協力いただきありがとうございました。



剪定講座 今回は時節柄、雪吊りも習いました



年末の交通安全県民運動

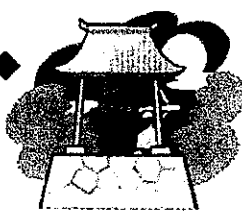
少しの油断が 事故につながる

12/11(月)~20(水)

- ・高齢者の交通事故防止
- ・夕暮れ時と夜間の交通事故防止
- ・飲酒運転等の悪質・危険な運転の根絶
- ・冬道での安全走行の徹底
- ・冬道はゆとり運転を心がけましょう

「慣れた街 いつもの道でも みぎひだり」

◆◆◆地域の皆様には本年もあたたかいご支援・ご協力をいただき誠にありがとうございました。よき新年をお迎えください。◆◆◆



輪島市立阿岸公民館 ☎&Fax 43-1063



◆◆◆◆ 12月予定 ◆◆◆◆



『あぎしこぎく会 転倒予防教室』

*転ばない・閉じこもらないように集まりましょう

◎ 今月は手工芸~~ お正月に向けて干支飾りをつくります

日 時 12月14日(木) 午前9時40分~

場 所 阿岸公民館 和室

参加費 200円(昼食:新そば 予定)

持ち物 めがね(必要な方)



『新そば打ち体験』

山芋入りの門前そばを手打ちしましょう。お気軽にご参加ください。

日 時 12月16日(土) 午前9時~

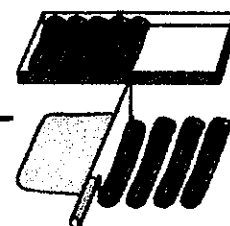
場 所 阿岸公民館

参加費 大人500円

申込締切 12月13日(水)

持ち物 エプロン、マスク、三角巾等

(道具等は公民館で準備します。)



『ミニ門松づくり』

福を呼ぶ縁起物の「ミニ門松」を作ります。材料は準備しますので皆様の参加をお待ちしています。

日 時 12月23日(土) 午前9時~

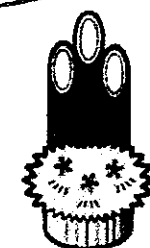
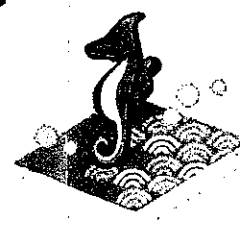
場 所 阿岸公民館 ホール

参加費 無料

申込締切 12月20日(水)

持ち物 花切り鋏(剪定ばさみ) ..お持ちの方

小学生も参加できますので申し込んでください



『茶道教室』
 日時 12月4日(月)午後1時～
 場所 阿岸公民館 和室
 *お点前の見学やお抹茶をいただく
 作法から体験しませんか。



『阿岸の踊り教室』
 日時 12月12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など習います

『いきいき百歳体操』
 12/21(木) 午前9:30～ 10:00～ ストレッチ
 10:30～ ニュースポーツ
 *持ち物 飲みもの(水分補給)
 ・ウェイト

『薙菜教室 JA女性部』
 日時 12月13日(水)
 午前9:00～
 場所 阿岸公民館
 持ち物 カッター・マット
 (女性部から借りることもできます)
 ・めがね(必要な方)

『ストレッチ&ニュースポーツ』
 日時 12月21日(木)
 午前10時～
 場所 阿岸公民館 ホール
 指導 もんぜんスポーツクラブ
 持ち物 室内シューズ・
 水分補給の飲みもの

公民館の卓球台は体力づくりに
 活用できますのでお問い合わせ、
 ご利用ください

『カラオケ教室』
 『着付け教室』
 *お休みします

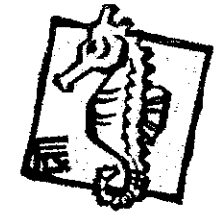
... 活動予定は状況により変更・中止になる場合もありますのでご了承ください ...

< 年末・年始 休館のお知らせ >
 令和5年12月29日(金)～令和6年1月3日(水)まで 休館 致します。ご了承ください。

*なお公民館使用など、緊急連絡は、 45-1370(高田館長)

1月予告

阿岸地区新年互礼会
 令和6年 年始の新年互礼会は行いません。



『令和6年 輪島市二十歳の集い』のご案内
 ◇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
 ◇問合せ 生涯学習課 23-1176



◆◆◆ 11月の行事から ◆◆◆

11/4(土) 歩こう会 ～門前

本山にて首山三十三観音をめぐり全
 て巡礼しました。これにて本年最終。
 → 次回は3月下旬に雪割草の猿山
 岬へウォーキング。

11/3(金)～4(土) 市民文化祭

～門前東小学校体育館

百歳体操 理学療法士より指導

シャッフルボード

空気が乾燥し、風邪もひきやすいこれからの時期も
 “換気” “手洗い” “うがい” “咳エチケット” “間隔を保つ”
 など予防対策を心がけながら、活動します。

