

# 第506号

発行者 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](mailto:tsubata-ph@m2.spacelan.ne.jp)  
 令和7年8月5日 発行

# まいたうん



# つばた

## 8月の行事

- 2\*放課後子ども茶道教室⑤
- 5\*まいたうん第506号発行
- 8\*熟年者学級⑤『eスポーツ体験』
- 27\*女性講座④『モルック体験』
- 27\*第2回運営審議会

## 9月の行事

- 4\*熟年者学級⑥『中華料理教室』
- 5\*まいたうん第507号発行
- 19\*女性講座⑤『町外研修』
- 26\*津幡地区敬老会

※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

## 休館日のお知らせ

8月13日(水)~17日(日) は休館とさせていただきます。  
 ご迷惑をおかけいたしますが、よろしくお願い致します。

## 学級・講座のご案内

※通年申込者対象

### ◎女性講座④ 健康講座『モルック体験』

【日 時】8月27日(水) 13:30~15:00

【場 所】津幡公民館

【持ち物】飲み物、内履きズック、動きやすい服装



### ◎熟年者学級⑥料理教室『中華料理』

【日 時】9月4日(木) 10:00~11:30

【場 所】津幡公民館 【定 員】16名 ※参加希望者多数の場合は抽選

【持ち物】参加費500円、エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル

## 津幡町 健診・がん検診のお知らせ

自身の健康管理のため年に1回は必ず受診しましょう!

【持ち物】受診券、自己負担金、健康保険の資格確認ができるもの

### ◀8月・9月の集団健診▶※要予約

8月	1日(金)
	20日(水) ♥
9月	6日(土)
	7日(日) ★
	25日(木)
	26日(金)

受付時間: 8:00~11:00

場所: 福祉センター

♥女性限定健診日

★歯周疾患検診日(無料)

予約は...  
Web予約(24時間受付)



または  
集団健診予約センター  
TEL: 0120-258-251  
(8:30~20:00)

### ◀個別健診▶※要予約

【実施期間】6月2日(月)~10月31日(金)

【予約先】各医療機関(診療時間内)

## 津幡中央地区自主防災クラブ

### 普通救命講習会

6月25日(水)と7月13日(日)の2日に渡り、津幡地区の防災士の方々26名が、津幡町消防本部で普通救命講習を受講しました。救命技能を維持向上させるために2~3年の間隔での受講が望ましく、津幡町消防署員を講師にお迎えして、講義の後、心肺蘇生法やAEDの使い方の実技を行いました。



## 緑が丘区

### 出前健康講座の開講

6月27日(金)

緑が丘区は現在、自治会活動においてジェネレーションギャップ及びジェンダー平等などのバランス感覚を意識しながらワンストップ、ワンチームとなって取り組んでいます。

今回も自治会、いきいきクラブ、シニアクラブ、民生児童委員の共同開催であり、更に今回は県立看護大学の看護学部の学生さんも特別参加され、大いに盛り上がりを見せました。次年度も新たな企画を計画し、地域福祉の活性化を図りたいと思っております。

今回の講座のテーマは ①津幡町の相談窓口ついて ②津幡地区の健康診断結果から ③成年後見制度について の3つでした。

特別参加して頂いた看護大学の学生さん達が、率先して前に出てこられて感想を述べ、地域の皆さんが町と共に地域に寄り添い醸成していることに感心していました。



## 津幡地区女性会 県婦人団体会長研修会

6月14日(土) 県女性センターで各市町から約350名が参加、津幡地区からは23名が参加しました。午前は、能登地震のこれからの創造的復興についての話や災害時のLPガスなどの話がありました。午後は落語家の桂福丸さんの講演で、ご自身の阪神淡路大震災の体験をもとに、災害時には【近くの人たちの絆が大切】と話されました。最後に「落語 時そば」が披露され、心から笑いました。



## 横浜市女性会 🚌 研修バス旅行

梅雨入り前にと6月12日(木)に企画したバス旅行。今年は梅雨入りが早くなり心配しましたが、梅雨の晴れ間の良い天気でした。まずは飛騨高山に9時30分到着です。高山陣屋、日本三大朝市の自由散策、三の通りの高山の街並みを今回はゆっくり見学できました。昼食は本陣平野屋別館で豪華に飛騨ステーキ。口の中でとろけて本当に美味しかった。朴葉味噌を焼いてご飯にかけて食べるととても美味でした。次は郡上八幡へ。郡上踊りの実演見学。踊りの唄がたくさんあるのにびっくり。下駄踊りはテンポもありリズムカル、下駄がこわれないくと思うほど。ひのきで作られた下駄とは初めて知りました。ひるがの高原ではさわやかな風の中、ソフトクリームを食べ、旅行を満喫!! 楽しい一日もあっという間に過ぎ家路に着きました。皆様ご苦労様。ゆっくり疲れを取り、また頑張りましょう!



## 🍵 放課後子ども茶道教室 🍵



6月28日(土)と7月19日(土)に飯田宗規先生(茶道裏千家教授)のご指導のもと、放課後子ども茶道教室を行いました。津幡小学校と太白台小学校の児童9名が参加し、茶道具の名前をおさらいし、お菓子のいただき方、お茶の飲み方、ふくさのさばき方、お茶をたてる練習もしました。次回がいよいよ最終回。保護者の方にお点前を披露するので、みんな一生懸命取り組みました。「姿勢よくお茶をたてれました」「自分のたてたお茶が美味しかったので次はお母さんたちに飲んでほしい」という感想がありました。

## 津幡地区グラウンド・ゴルフ協会

### 第68回津幡地区グラウンド・ゴルフ大会

7月9日(水)第68回津幡地区グラウンド・ゴルフ大会があがた公園で開催され、参加者52名でした。成績は以下の通りです(敬称略)。おめでとうございます。

		＜男子の部＞		＜女子の部＞	
優勝	3位	小島 文雄	北川 若信	猪村 英子	喜澤 喜美子
準優勝	4位	北川 世古	喜澤 春男	喜澤 喜美子	吉田 亜津子
	5位	世古 正人	北村 廣幸	北川 三代子	木綿 たき子



## 🌈 熟年者学級 🌈

### ③「町外研修」羽咋市

6月27日(金)町外研修に28名が参加しました。曇り空のおかげで涼しく、研修日和となりました。妙成寺ではガイドの案内でゆっくり境内を見て回り、国際朱鷺保護交流資料館では、館長で100歳になられた村本さんの元気で貴重なお話を聞きました。昼食の後は羽咋市歴史民俗資料館へ向かい、学芸員による気多大社や能登の地形の解説のあと、



展示を見学しました。「トキの館長の熱意が心に響いた」「個人では聞けない話をたくさん見聞きできてよかった」などの感想がありました。

### ④「体力チェックと講話」

7月11日(金)町福祉課地域包括支援センター・健康推進課・介護予防メイトの方々を講師にお迎えし、高齢者の健康教室を行いました。体力測定の意味と方法の説明を受け、参加者23名は握力・開眼片足立ち・10m歩行の3つの測定を行いました。そのあと血糖値の上昇を食い止める食事の仕方についての講話を聴きました。「食生活や運動の大切さがわかり、勉強になりました」「昨年と比べて体力が落ちていたので運動していきたい」などの感想がありました。



## 🌈 女性講座 🌈

### ②「ヘルシークッキング」

7月9日(水)津幡地区食生活改善推進員の方を講師にお招きし、参加者16名でヘルシークッキングを行いました。最初に食べ物に含まれる塩分についてクイズ形式でお話があり、そのあとは調理実習です。メニューは鶏肉とえのきの照り焼きつくね、人参とオクラの梅おなか和え、小松菜としめじのとりスープ、酢イートマトでした。参加者からは「お汁は具沢山で栄養満点!」「栄養面を考えた献立で色とりどりも良く、参考になりました」という感想がありました。

