

第327号井上公民館だより

2025  
(令和7年)  
11月発行

# いのうえ



## 【11月の行事】

6日(木) さざなみ大学講座「人権と SDGs」  
18日(火) 町スマホ教室  
22日(土) 井上地区ドッジビー大会

## 【12月の行事】

13日(土) おしゃれなしめ飾りづくり  
17日(水) ミニ門松づくり

## 井上地区文化祭

10月18日(土)19日(日)にわたり、井上地区文化祭が井上小学校体育館と井上コミュニティプラザで開催されました。

体育館では、井上の郷土文化を考える会による「プレ井上小学校創立150周年」展をはじめ、井上小学校児童の絵画や習字、公民館サークルや各種団体・一般作品、井上保育園年長児童の可愛い自画像などが展示されました。

18日は、奥野家でおきらくごの会による「落語」や、公民館で「ワークショップ」「子どもくじ引き」を開催。また和室では、茶道愛好会による「お茶会」も行われました。

午後は、「歌声喫茶」「声楽アンサンブル ALBIREO」「オカリナ・竖琴教室」のサークル発表が行われました。

19日の午後は、「井上民謡教室」の発表会が行われ、2日間とも沢山の来場者で賑わいました。

これも地域の皆様のご理解とご協力のおかげだと、心より感謝申し上げます。



# 井上地区敬老会

9月28日(日)、井上小学校体育館にて地区敬老会を開催しました。

当日は、川尻ちよんがり保存会による町無形文化財「ちよんがり踊り」が前座として披露され、その後、御供田幸子一座シヨが行われ、参加者の皆様は笑顔で楽しまれました。

また、参加者同士の交流や久しぶりの再会もあり、手を取り合って喜ぶ姿があちこちで見られ、温かな雰囲気にも包まれた一日となりました。

開催にあたり、ご協力頂きました地区民生委員・安全安心ネットワーク・公民館役員の皆様に心より感謝申し上げます。



## さざなみ大学講座の案内

今年も、新しい発見と楽しい出会いの場として、お気軽にご参加ください。

◎場所 井上コミュニティプラザ ◎対象 地区在住者

| 日時                     | 内容               | 講師            |
|------------------------|------------------|---------------|
| 11/6(木)<br>13:30~15:00 | 《閉講式》<br>人権とSDGs | 金沢地方法<br>務局職員 |



10月2日(木)、第6回目の講座では、元教員・洞庭昭彦氏を講師に迎え、「『義経記』に見る津幡の義経」と題して学びました。

源義経と弁慶の意外な一面に触れるとともに、津幡との関わり、

特にかつて荘園だった「井上の荘」にまつわる伝承を知ること、地域の歴史の奥深さを実感した貴重な時間となりました。

## いのうえ子ども教室より報告

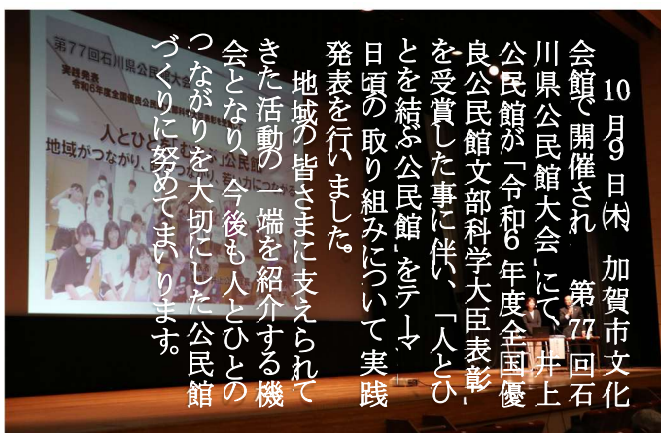
10月15日(水)、ミニトートバックに、ステンシルで絵を写したり、絵具で自由に描き世界で一つのオリジナルトートバックを作り地区文化祭に出展しました。



## 秋のまちづくり美化大作戦

10/5(日)、当日は雨の影響で一部の地区では中止となりましたが、実施された皆様、お疲れ様でした。

また、準備に携わってくださった各地区の方々に、心より感謝申し上げます。





# 大人気！ ミニ門松づくり教室

日時 **12月17日(水)**

午後7時～約1時間

◇場所 井上コミュニティプラザ

◇講師 前やち造園さん

◇対象 井上地区住民

**先着 25名**

※定員になり次第締め切り

◇参加費 1,000円(当日徴収)

◇持物 ハサミ・軍手

◇申込み 井上公民館 ☎289-2436

※11月17日(月)

午前9時～受付します。



◇日時 **12月13日(土)**

午前10時～約1時間

◇場所 井上コミュニティプラザ

◇講師 PoPo flower  
林 恵美子さん

◇対象 井上地区住民

先着 20名

※定員になり次第締め切り

◇参加費 1,500円(当日徴収)

◇持物 ワイヤークッターが切れるハサミ

◇申込み 井上公民館

☎076-289-2436

※11月17日(月)

午前9時～受付します。



しめ飾りづくり

井上地区健康づくり推進委員よりお知らせ

## 井上地区 冬季健康学習会の案内

健康で元気な井上地区を目指し、健康づくり推進委員会を中心に、令和7年度健康教室を開催いたします。

ご近所のお友達を誘ってご参加下さい！

会場：井上コミュニティプラザ

◆12月1日(月)10:00～11:30

・血圧測定・体脂肪測定・健康相談

「血管を守ろう」

津幡町管理栄養士 石黒 久美氏



◆1月20日(火)10:00～11:30

・ボールを使った介護予防体操  
井上地区介護予防メイトさん

◆2月18日(水)10:00～11:30

・みんなで笑顔木のおうち 出前講座  
「姿勢改善、日常生活動作のコツ」  
みんなで笑顔木のおうち 理学療法士さん

◆3月12日(木)10:00～11:30

・軽体操 ストレッチ 筋トレなど  
トレーニング指導士 洞庭 洋子氏

※コロナ感染予防のため、お食事はありません。

飲み物は用意しますが、必要に応じて筆記用具、タオル・内履きをご持参ください。

インフルエンザ等感染予防の為、マスク着用をお願いいたします。

主催 井上地区健康づくり推進委員

共催 井上シニアクラブ



## 井上地区ドッチビー大会

ドッチビー大会のほかに、ディスクッターナインとディスクッターフープゲームもあるよ～

☆日時 **11/22(土)** 受付8:30～開始9:00～

☆対象 小学生から大人

人数が集まらなくても参加できます。

大人が1人だけや子どもが1人だけの申込み

OK。親子での参加も大歓迎です。

※上位入賞チームには賞状及び賞品

参加者全員に参加賞があります！

申込:井上公民館窓口に申込用紙設置

主催:井上地区体育協会・井上公民館



## お知らせ

## 相撲のお話とストレッチ体操

日時 **11月19日(水)**

午後1時30分～3時

場所 井上コミュニティプラザ ホール

講師 生涯教育課 長井 恒輝さん  
(津幡町少年相撲教室指導者)

内容 いま話題の相撲のお話と  
やさしいストレッチ体操です！

※どなたでも参加できます。

お気軽にお越しください！

主催 公民館サークルゆったり体操  
協力 井上公民館





みんなで

SDGs?! SDGs 目標達成のために③

第 23 回

## 二酸化炭素 (CO<sub>2</sub>) を減らそう

『地球温暖化』が『気候変動』を引き起こし、極端な気候が災害の原因となります。二酸化炭素などの『温室効果ガス』が排出され、地球を温室のように囲むことで地球が温まります。これが『地球温暖化』です。これを止めるために私たちは、二酸化炭素が出ない行動を心掛けましょう。

- ① 冷房温度を 28℃、暖房温度を 20℃にしましょう。  
冷暖房の温度を 2℃下げると、CO<sub>2</sub> を 1 日当たり 90g 年間当たり 31 kg 減らすことができます。そして年間約 2,000 円の節約になります。
- ② 車の運転を減らし、自転車や公共交通機関を使おう。  
月に 60km の車の運転を減らすと、年間 185kg の CO<sub>2</sub> が減り、約 8,000 円の節約になります。
- ③ 主電源を消しましょう。(待機電力を減らす)  
電化製品を使わない時は、コンセントを抜きましょう。  
省エネの電化製品を使いましょう。

④ シャワーの時間を 1 日 1 分短くしましょう。  
お湯を流しっぱなしにせず、1 分間短くすることで、1 日当たり 70g の CO<sub>2</sub> を減らせます。

⑤ お風呂の残り湯を利用しましょう。  
洗濯や庭の水やり、トイレの水などに使いましょう。  
お風呂に水を貯めておくことは、防災にも役立ちます。

⑥ エコバックを使いましょう。  
レジ袋が有料になりました。レジ袋を使わないことでも、CO<sub>2</sub> を減らすことができます。

⑦ ゴミの分別、プラスチックのリサイクルをしましょう。  
物を大切にすることも、CO<sub>2</sub> を減らすことになります。

二酸化炭素を減らすことで、地球を救うことになります。  
私たちの工夫や行動で、二酸化炭素を減らせます。

(代市光男 記)

## 公民館サークル

### 川尻会獅子舞響の紹介

日時: 毎週木曜日 19:30~21:00

場所: 井上コミュニティプラザホール

内容: 川尻地区に受け継がれてきた獅子舞の伝統を大切に守りながら、次の世代へと繋ぐ新たな活動に取り組んでいます。

地域の皆さんとともに、これからも獅子舞の魅力を広げていきたいと思います。

申込・問合せ (090-2093-0418 村上)  
または、井上公民館まで



## 井上小学校PTAより

### 秋の資源回収のお知らせ

11月9日(日) 午前8時~9時 (小雨決行: 予備なし)

【回収するもの】紙類のみ (下記のとおりです)

○新聞紙 紙袋などに入れる場合は、大きく新聞と書いてください。

○ちらし 紙袋などに入れる場合は、大きくちらしと書いてください。

※新聞紙と回収先が異なるため、しっかり分別します。

○古本・雑誌 ○段ボール

☆午前8時までに自宅玄関前(わかりやすい場所)にお出しになるか、午前9時までに井上小学校にお持ちください。(できる限り小学校にお持ちいただけるとたすかります)

☆上記時刻に遅れますと回収できない場合がありますので、ご了承ください。

資源回収の収益は、子ども達の為に有効に使われます。  
ご理解とご協力の程、よろしくお願いいたします。

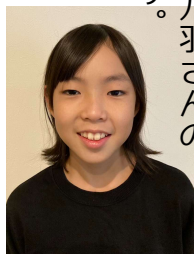
## 井上保育園より 資源回収のお知らせ

11月19日(水) 当日朝9時30分までに保育園玄関前までお持ちください。

【回収するもの】新聞・雑誌・牛乳パック・ダンボール・アルミ缶(紙箱・封筒・包装紙・パンフレット等も可)

## 表紙の題字は

井上小学校 4 年  
坂本 菜乃羽さんの  
作品です。



坂本さん、今年 1 月に井上公民館事業で行われた、新春書初め展の 3 年生の部で、最優秀賞を受賞されました。  
今後、書初め展で受賞された方に、表紙の題字をお願いし、掲載していきます。

## 井上公民館では、地域の皆様から

いろいろな情報をお待ちしております。



@INOUEKOUJINKAN0319

井上公民館の Instagram です。  
井上公民館の様々な講座や井上地区の話題をお届けしています。

〒929-0334 津幡町川尻 7-1  
津幡町井上公民館  
tel: 076-289-2436 / fax 076-289-2408  
mail: inoue-ph@m2.spacelan.ne.jp

【井上公民館だより「いのうえ」制作者: 井上公民館】