

# マンスリーわくら11月号

令和5年 11月 2日 発行  
 和倉地区コミュニティセンター  
 (開館8:30~17:00/日曜・祝日休み)  
 TEL 62-2084 / FAX 62-2086  
 E-mail k-wakura@pub.city.nanao.ishikawa.jp  
 発行 和倉地区地域づくり協議会

日	月	火	水	木	金	土
 	<b>6</b> 【小】4年お祭り会館見学 スカット	<b>7</b> 燃えるゴミ 和楽会(和楽会集会所9:00) 【こ】田鶴浜こども園との交流会 【子】お話なあに 【中】第1回地域学力調査(~8日)	<b>8</b> リサイクルゴミ 【ゆ】健康体操・カラオケ 	<b>9</b> なごまんかいね(守宅10:00) 【子】歌と手遊び 卓球	<b>10</b> 燃えるゴミ・小型家電 コミセン100歳体操(10:00) 【民】定例会(19:00) なごまんかいね100歳体操(守宅10:00) 【こ】ダンス教室 テニス	<b>11</b> コミセン周辺草刈(7:00) 学習支援教室(13:00) 【高】聞法会(信行寺11:30) 【こ】親子陶芸教室 【放】りんご狩り 
<b>12</b>	<b>13</b> 生花教室(13:30) 【こ】プール活動 スカット	<b>14</b> 燃えるゴミ 切り絵教室(14:00) 和楽会(和楽会集会所9:00) 【こ】英語であそぼう 【小】1.2年ふれあい集会	<b>15</b> 広報部会(10:00) 【こ】りんご狩り 【子】歌と手遊び 【放】避難訓練 【ゆ】シルバーリハビリ体操 テニス・WISH	<b>16</b> なごまんかいね(守宅10:00) 卓球	<b>17</b> 燃・びん・乾電池等 介護予防講演会(10:00) なごまんかいね100歳体操(守宅10:00) 【こ】4年生との交流会 【小】4年こども園訪問 テニス・ヨガ	<b>18</b> コミセンまつり準備(13:00) わいわいカフェわくら(東町集会所10:00~14:00)
<b>19</b> コミュニティセンターまつり (10:30~14:00) 	<b>20</b> 休館日 【こ】お茶作法日/わくわくランチ 【小】1.2年ポローニャ展見学	<b>21</b> 燃えるゴミ 和楽会(和楽会集会所9:00) 【こ】ダンス教室 【子】身体計測	<b>22</b> 【ゆ】健康体操・カラオケ WISH	<b>23</b> 	<b>24</b> 燃えるゴミ・埋立 コミセン100歳体操(10:00) なごまんかいね100歳体操(守宅10:00) 【小】卒業写真撮影日 テニス	<b>25</b> 健康福祉講習会「生活習慣から起こる病気を予防しましょう」(10:00) 学習支援教室(13:00) バドミントン
<b>26</b>	<b>27</b> 生花教室(13:30) 【こ】避難訓練 【中】期末テスト(~28日) スカット	<b>28</b> 燃えるゴミ 切り絵教室(14:00) 和楽会(和楽会集会所9:00) 【子】作ってあそぼう 【小】6年小中交流授業・中学校説明会/4年認知症サポーター講習	<b>29</b> 【こ】【子】【放】お誕生会 【ゆ】健康体操・カラオケ 	<b>30</b> なごまんかいね(守宅10:00) 【小】クラブ活動 卓球	<b>12.1</b> 燃えるゴミ・金物 コミセン100歳体操(10:00) なごまんかいね100歳体操(守宅10:00) テニス・ヨガ	<b>12.2</b> 【健】定例会(10:00) 学習支援教室(13:00) バドミントン
<b>12.3</b>	<b>12.4</b>	<b>12.5</b> 燃えるゴミ 和楽会(和楽会集会所9:00) 	お知らせ 11/20(月)終日休館します ◎詳細については各種団体にお問合せいただき、ご確認ください。変更・中止になることもあります。 ◎貸館利用がない時間帯にコミセン和室と図書室を開放しています。8:30~17:00利用可能です。 宿題やお勉強、お友だちとのおしゃべりの集いなどご利用ください。利用後は後片付けとゴミの持ち帰りをお願いします。 			

【社】社会福祉協議会 【健】健康まちづくり 【高】高砂会 【民】民生委員 【中】能登香島中学校 【小】和倉小学校 【こ】和倉こども園 【子】子育て支援センター 【放】放課後児童クラブ 【ゆ】ゆうかりの郷  
 スカットボール(9:30~11:00) ギターサークル(19:30~21:00) フレッシュテニス(19:30~21:30) WISH合唱(19:30~21:00) 卓球クラブ(14:00~16:00) ヨガ(19:00~20:00) バドミントンサークル(17:00~19:00)

グループデイなごまんかいね 毎週木曜10時より(参加費100円)・毎週金曜10時より100歳体操 場所・・・守宅(中町) お問合せ:守(62-2271)  
 わいわいカフェわくら ランチ&カフェ500円(こども300円)・カフェ(お茶・お菓子)200円 ※お食事希望の場合はお申込みください 場所・・・東町集会所 お問合せ:本田(62-2446)



<環境ISO・わたしたちのエコライフ目標！>

冷蔵庫の設定温度は季節によって適切な温度にしましょう。冬は「強」から「中」にするとエコになります！

### コミュニティセンターまつり

遊びに来てね！  
別紙チラシもチェック！



日時 11月19日(日)  
10:30~14:00

場所 和倉地区コミュニティセンター・和倉体育館・グラウンド

…作品を出品される方へ…

11/8(水)までに和倉コミセンまで直接お持ちください

※作品によっては展示が難しい場合があります ※運搬が難しい場合はコミセンまでご連絡ください

…来場者のみなさまへ…

お買い物をする方は小銭を準備し、お釣りの無いようご協力ください

駐車スペースが限られていますので、予めご了承ください

…和倉地区社会福祉協議会よりバザーご協力をお願い…

ご家庭にある未使用のものや、期限が十分にある食品などがあればご提供をお願いします

提供いただける方は11/11(土)までにコミセンまでご持参ください

売上金は共同募金として七尾市社会福祉協議会へ納めます

### 令和6年 七尾市はたちのつどいのご案内

日時 令和6年1月7日(日) 10:30~

場所 七尾市文化ホール

対象 平成15年4月2日から平成16年4月1日生まれ

…新成人の保護者の方へご確認ください…

◆案内状は七尾市に住民票がある方に12月上旬に発送予定です

◆七尾市に住民票が無い方でも式典に参加できます

進学や就職などで市外に転出した方で、七尾市の成人式への出席を希望する方は案内状を発送しますのでお早めに和倉コミセンまでご連絡ください(62-2084)



### コミセン利用に関してのお知らせ

コミュニティセンターと和倉体育館のLED電気工事のため、下記期間は利用できません。

コミセン 12/4(月)~12/9(土) 8:30~17:00 ※夜間は利用可

和倉体育館 12/8(金)~12/16(土) 終日



### コミセン体操教室のご案内

申込不要  
お気軽に

毎週金曜日に和倉コミセンで体操教室を開催しています。時間は10時から11時までです。内履きズックをご持参ください。

◇100歳体操とかみかみ体操◇

11月10日(金)、11月24日(金)、

12月1日(金)

※11/17(金)の体操教室はお休みし

介護予防講演会を開催します(※要申込)



### 介護予防講演会

#### 「今から始めるフレイル予防

~いつまでも自分らしく生活するために~

定員あり  
要申込み

いつまでも健康で自分らしく暮らすために、これからの介護予防について一緒に考えてみませんか？

日時 11月17日(金)

10:00~11:30

場所 和倉地区コミュニティセンター

講師 石川県理学療法士会 会長 北谷 正浩 氏

定員 20名

申込み 11/14(火)までにコミセンまで

※定員になり次第締め切ります

### コミセン周辺草刈 ご協力をお願い

コミセンまつり前の草刈りを実施します。ご協力お願いいたします。

日時 11月11日(土)

7:00より(約1時間) ※小雨決行

本降りの場合は翌日11/12(日)に延期

場所 コミセン周辺及びグラウンド

持ち物 カマや草刈機ある方はご持参ください

軍手・混合油はこちらで準備します

Information

### 健康福祉講習会

#### 「生活習慣から起こる病気を 予防しましょう」

定員あり  
要申込み

特定検診の結果などから生活習慣病の予防(食事・飲酒・たばこ・歯など)を説明します。

日時 11月25日(土)

10:00~11:30

場所 和倉地区コミュニティセンター

講師 七尾市健康推進課職員

定員 20名

申込み 11/21(火)までにコミセンまで

※定員になり次第締め切ります

Information

…お花のワークショップ…

### 能登ヒバ香るしめ飾りづくり教室

定員あり  
要申込み

日時 12月9日(土)

10:00~11:15

場所 和倉地区コミュニティセンター

講師 さいだ花店

会費 2000円

※当日集金します

持ち物 エプロン

定員 10名

申込み 11/13(月)9時より

受付開始します

11/30(木)までにコミセンまで

※定員になり次第締め切ります

※1家族につき1つとさせていただきます



完成イメージ

和倉温泉商店連盟よりお知らせ

### 和倉温泉商店連盟 元気まつり

日時 11月4日(土)

11:00~15:00

場所 総湯前広場

内容 ◎ いで湯太鼓

◎ よさこい

◎ 甘酒ふるまい

◎ おもちふるまい

※13時から

数に限りがあります

◎ その他いろいろ

販売あります!

