

マンスリーわくら10月号

令和6年 10月 4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		
6 【中】全能登新人大会(バレー、パド)	7 【ゆ】スカットボール	8 燃えるゴミ 切り絵教室(14:00) 和楽会(和楽会集会所9:00) 【子】お話なあに 【中】3年校内実力テスト(~9日)	9 【こ】プール活動 【小】6年連合運動会 【ゆ】健康体操・カラオケ	10 なごまんかいね(守宅10:00)	11 燃・びん・乾電池等 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) 【こ】親子バス遠足 【子】歌と手遊び 【小】全校集会/委員会活動	12 【中】全能登新人大会(ソフトテニス~13日)		
	スカットボール		WISH合唱	卓球クラブ				
13 七尾市はたちのつどい式典(七尾市文化ホール10:30) 和倉地区はたちのつどい祝賀会(コミセン13:30)	14  スポーツの日	15 燃えるゴミ 和楽会(和楽会集会所9:00) 【こ】英語であそぼう	16 【こ】総合避難訓練 【放】避難訓練 【ゆ】健康体操・カラオケ	17 なごまんかいね(守宅10:00) 【こ】サッカー教室 【子】歌と手遊び 【小】クラブ活動	18 燃えるゴミ・埋立 はつらつ健康講座(9:30) シルバーリハビリ体操(10:00) 身近な福祉相談窓口(10:00) 連合町内会会議(19:00) なごまんかいね100歳体操(守宅10:00) 【中】レクリエーション大会	19 【健】健康ウォーク&体力測定会(10:00) 学習支援教室(13:00) わいわいカフェわくら(東町集会所10:00~14:00) 【中】NOKA Culturte Day		
			WISH合唱	卓球クラブ	ヨガ			
20 和倉地区防災の日 (9:00訓練開始/10:00防災講習会)	21 【こ】わくわくランチ 【小】6年ふるさと七尾SDGs教育 【中】振替休日	22 燃えるゴミ 切り絵教室(14:00) 和楽会(和楽会集会所9:00) 【小】マラソン大会	23 リサイクルゴミ 【こ】【子】お誕生会 【小】3年器械運動交歓会/5.6年和倉トーク 【中】中間テスト(~24日) 【ゆ】秋のドライブ/避難訓練/健康体操・カラオケ	24 なごまんかいね(守宅10:00) 【子】健康相談	25 燃えるゴミ・小型家電 コミセン100歳体操(10:00) コミセン避難訓練とAED講習会(10:50) コミセンまつり全体会議(19:00) なごまんかいね100歳体操(守宅10:00)	26 学習支援教室(13:00) 【こ】よさこい祭り参加 【小】よさこい祭り		
	スカットボール		WISH合唱	卓球クラブ				
27 七尾市長選挙(投票時間7:00~20:00)	28 生花教室(13:30) 【放】お誕生会	29 燃えるゴミ 和楽会(和楽会集会所9:00) 【こ】ダンス教室 【子】作ってあそぼう 【小】5年サッカー交歓会	30 【小】6年大学生と小学生による協同学習事業 【ゆ】健康体操・カラオケ	31 なごまんかいね(コミセン10:00) 【こ】ハロウィンランチ 【小】5年オレンジリボンキャンペーン/1~4年いきもの道場/6年こころの劇場 【放】ハロウィンお楽しみ会	11.1 燃・びん・乾電池等 健康アップ講座(10:00) なごまんかいね100歳体操(守宅10:00)	11.2 学習支援教室(13:00)		
	スカットボール		WISH合唱	卓球クラブ	ヨガ			
11.3  文化の日	11.4  振替休日	11.5 燃えるゴミ 和楽会(和楽会集会所9:00)	<p>◎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。</p> <p>◎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をご利用ください。 利用後は後片付けとゴミの持ち帰りをお願いします。</p>					和倉地区地域づくり協議会 Facebook 

【社】社会福祉協議会 【健】健康まちづくり 【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(9:30~11:30) 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!> 食欲の秋! ご飯やおかずを残さず食べましょう。食品ロス削減につながります。

10/20(日)和倉地区防災の日

避難訓練 9:00 開始 避難場所:和倉小学校または和倉地区コミュニティセンター
大地震発生・大津波警報発令を想定し、避難訓練を行います。
当日は屋外放送による訓練案内もあります。
別紙チラシで詳細をご確認ください。

防災講習会 10:00~10:40 会場:和倉地区コミュニティセンター
能登半島地震における避難所の状況報告、災害の備えについてお話しします。



里山里海体験教室「のと鉄道語り部列車」参加者募集

令和6年1月1日の能登半島地震発災以降、お互いを気遣い助け合いながら、穏やかで忍耐強い生活を続けてきた能登の人々。そこで何が起き、人々は今、何を思い、考え、生きているのか。車窓からの景色と共に、震災を経験したガイドが、能登の今をお伝えします。

日時 11月10日(日) 10時30分集合
集合 和倉温泉駅
参加費 無料
定員 30名
申込み 10月8日(火) 9時より受付開始 コミセンまで電話で申込み
締切り 10月31日(木) ※定員になり次第締め切ります
注意事項 穴水駅で解散となります。穴水駅から和倉温泉駅までの復路運賃は各自負担となります。
穴水駅解散後は穴水駅周辺で食事や買い物などをされたり、折り返し和倉温泉駅へ向かうなど各自でお選びできます。
※職員は折り返し電車で和倉温泉駅まで同行します(穴水12:12発/和倉温泉12:48着)
和倉温泉駅に駐車できる台数には限りがあります。



コミセン体操教室のご案内

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◇
10月11日(金)、10月25日(金)
- ◇シルバーリハビリ体操◇
10月18日(金) 健康講座「骨折予防」を9時30分から開催します あわせてご参加ください
- ◇健康アップ講座◇
11月1日(金) 血圧・握力測定をして講座を聞き、最後に体操をします



はたちのつどい式典・祝賀会について

日にち 10月13日(日)
式典 七尾市文化ホール
受付9:00~9:30 式典10:30~11:30
祝賀会 和倉地区コミュニティセンター
受付13:00~13:15 開始13:30

◇式典会場へはご家族の方は9:30より入場できます
◇祝賀会会場にご家族のお席を用意しています
お気軽にご参列ください

コミセンまつり出展(店)者募集中!

- ①展示作品【締切り 11/6(水)】
※展示スペースは最大長机1つ分と
パネル1枚分(175×120cm)です
※作品によっては展示が難しい場合もあります
- ②出店【申込締切り 10/18(金)】
※出店は屋外テント、ワークショップなどは
屋内を予定しています
※出店希望者が多数いる場合は
早めに締め切る場合があります

Information

はつらつ健康講座と 身近な福祉相談窓口のご案内

どこへ相談していいのかわからない…
「お悩み・困りごと」を身近な場所で相談できます。

日時 10月18日(金)
健康講座 9:30~10:00
相談窓口 10:00~11:30
場所 和倉地区コミュニティセンター
講座 骨折予防について
問合せ 七尾市地域包括支援センター
53-5789

…個人情報・相談内容・プライバシーは守られます
電話相談、訪問などの個別での対応も可能です…

和倉地区健康まちづくり推進連絡会 健康ウォーク&体力測定会

申込み不要
参加費無料

日時 10月19日(土)
9:30受付/10:00スタート
※雨天中止
集合 和倉地区コミュニティセンター
コース ①七福神巡りコース(2キロ)
②和倉半周コース(4キロ)
問合せ 健康まちづくり推進連絡会
代表・三室 090-2035-0661



ウォーキングの後は、体力測定で自分自身を
チェック! 握力・5m歩行・開眼片足立ちの
3項目を測定します。

七尾市長選挙

令和6年11月6日任期満了に伴い実施します。
ただし、候補者数によっては無投票となる場合があります。

投票日 10月27日(日)
投票時間 7:00~20:00
問合せ 七尾市選挙管理委員会 53-1111

~期日前投票・不在者投票はお早めに~

相馬ながれやま踊り Junior の会による演舞

「相馬流山踊り」は福島県南相馬市にて鎌倉時代末期より伝わる、相馬藩の軍歌として出陣の前に舞われたものです。
能登半島地震で被災された人々が一日でも早く日常を取り戻すことができるようお願い、演舞をします。

日時 11月3日(日) 13時~
場所 和倉温泉総湯前広場