

2025



十三公民館だより

発行 十三公民館 ☎・FAX 91-1755

謹賀新年

あけましておめでとうございます。皆様には新年をお健やかに迎えになられたことと存じます。心よりお慶び申し上げます。

昨年は、1月元旦に発生した能登半島地震で新年を迎え、震源に近い氷見市は県内で最も多く被害に見舞われました。土砂崩れや家屋の倒壊など自然の猛威になすすべ

も無く愕然と立ち尽くす、県内外のそんな映像がテレビニュースに流れました。誰もが予想もし得なかった大地震は、一人一人の心に恐怖を与え家屋被害、農地災害や水道の断水をはじめ生活インフラの機能をマヒさせ、しばらく通常生活に戻れない方もおられました。

地震発生直後から被災地に赴き、氷見市独自の復旧支援策を打ち立てると共に、国や県と連携しながら復旧・復興の道筋をたてた林正之市長が昨年11月で退任されました。平成29年4月に望まれ市長に就任され、人口減が避けられない氷見市であることから、少子化対策やU I J ターンの推進により減少幅を緩やかに、そして減少しても幸せに暮らせる社会をつくるため、「住みたいまち」、「働きたいまち」、「育てたいまち」の3つの理念を掲げて市政運営を努めるなかで、新たに震災からの復旧・復興が課題として押し掛かって来ました。

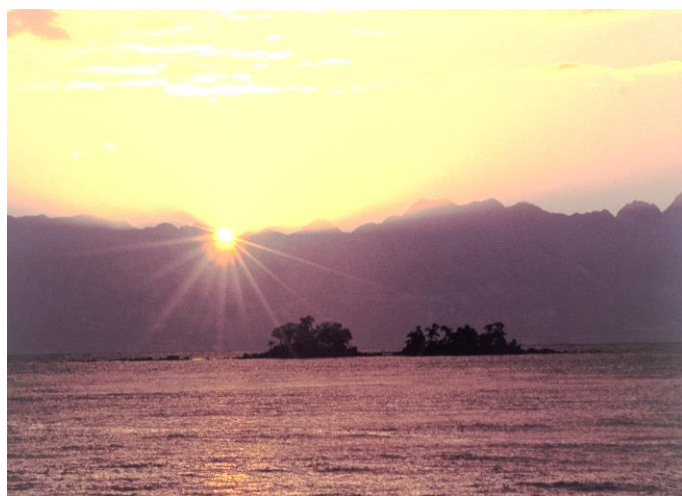
発災以後、生活インフラの復旧をはじめ、農地災害などは仮復旧工事により市内のほとんどで無事作付けができました。現在、被災農地の本格工事が市内各所で実施されています。また、被災家屋の公費解体なども進んでおり、市民が住みたいまちに成りつつあります。私は、林正之前市長に対し、「あとは、菊地正寛市長にお任せしてゆっくりしてください。ご苦労様でした。」と7年間余りのご労苦に対し感謝とお礼を申し上げたいと思います。

十三校区には小学校と中学校があります。小学校入学当初から地域との繋がりを大切にすることを学んでいます。子供の頃から地域に根差し地元を愛し深く理解した郷土愛を育んだ子供たちが多く居ます。このことが、将来の氷見市をつくる上で必須と思っています。

十三公民館では、生涯学習の場として地域と密着した数々の事業を実施し、皆さまからご協力をいただき、地域コミュニティを活性化して地域の連帯感を深めていきたいと考えています。本年も皆様のご協力、ご支援をいただき明るい地域づくりの一翼を担う覚悟を新たにしています。

令和7年元旦

十三公民館長 杉 守 忠 典



男性料理教室

11月13日(水)、十三公民館調理実教室において、『令和6年度男性料理教室』を開催しました。布勢、神代及び仏生寺地区老人会会の方々が参加し、布勢地区食生活改善推進員支部長の山下陽子さん、同推進委員の古野周子さん、仏生寺地区支部長の竹田真知子さん及び神代地区支部長の廣瀬美喜子さんの指導のもと低栄養を予防するためフレイル予防料理にチャ



レンジしました。フレイルとは虚弱のことで、加齢とともに心身の活力が低下し、生活機能障害、要介護状態、死亡などの危険性が高くなった状態のことで、食欲低下や運動量の低下、低栄養も原因のひとつです。

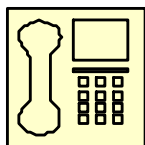
高齢期は、加齢により少食になったり、食事が偏ったりして気が付かないうちに栄養が不足しがちなので、筋肉や血液などからだをつくるもとになるたんぱく質や、エネルギーを食事ですっかり補給することが大切です。献立は、和風ドライカレー、じゃがいもとキャベツの塩こんぶ炒め、根菜の豆乳みそ汁などでした。



1月の講座案内

講座名	曜日	実施日	時間	講師名
詩吟	月	6日・13日・20日・27日	10時30分～	平井静子先生
詩吟	月	20日・27日	13時30分～	大賀さよ子先生
手芸	火	14日・21日・28日	13時00分～	
茶道(保育園)	火	21日	10時30分～	みどり保育園
三味線	木	9日・23日	19時30分～	山下茂昭先生
バランスボール	日	26日	10時30分～	浦野 司先生
オカリナ	金	10日・24日	14時00分～	尾崎春夫先生

公民館までお問い合わせください。☎ 91-1755



- * 趣味のサークル活動をしている方々で、もっとその輪を広げたいと思ってい
らっしゃる方でも、空いている曜日であれば公民館をご利用ください。
- * 受講したいと思っておられる方で、既受講生とのレベル差を気にして受講を迷
っておられる方もおいでとは思いますが、そのような心配は全く無用です。
- * お申込みはお電話で結構です。