



三谷公民館だより

題字は小田善一氏

発行日 令和7年8月25日
発行所 蒲郡市三谷公民館
電話 67-1763 休館日:月曜

「第6回三谷ふれあいフェスティバル」 11月30日(日)の午前中の開催 ~三谷地区のみなさんの応援と積極的なご参加をお願いします~



今年も「防災」のテーマでは、各地区から徒歩で、三谷小まで、集団での移動訓練を企画し、消防第二分団の防災指導や、分団による実技も予定しています。

また「ふれあい」のテーマでは、かけっこ・玉入れ・綱引き・各区対抗リレー等、ミニ運動会を企画しております。



三谷地区青少年健全育成協議会
三谷地区総代会

三谷地区では、今年も実行委員会を立ち上げて、開催に向け準備を進めております。今回が6回目、三谷地区の住民が一同に会して「ふれあい・防災訓練」を実施すると共に、親睦を深め、住民同士の絆(きずな)を強くし、地域の力を高めることを目標に開催されます。

実行委員会では、市スポーツ推進委員会を中心に、「防災」「ふれあい」の二つをテーマにして、安心・安全なフェスティバル開催に向け、現在準備に入っています。

防災体験とミニ運動会

今年も「防災」のテーマでは、各地区から徒歩で、三谷小まで、集団での移動訓練を企画し、消防第二分団の防災指導や、分団による実技も予定しています。

三谷祭

今年の三谷祭については、三谷まつり祭典委員会が協議の結果、「10月18日(土)・19日(日)二日間執行します。もちろん、海中渡御・各区練り(おどり)も含めた祭礼行事は例年どおり行います。

「三谷祭のお知らせ」は、回覧板で、「祭典時間割・交通規制図」は、各家庭に来月配布予定です。



残暑お見舞い申し上げます！ 三谷高砂会会長 池田知之



会員の皆さん、この猛暑の中いかがお過ごしでしょうか。連日・連夜本当に暑いです。

お盆も終わり、いよいよ高砂会の行事が多くなります。

8月19日(火)「寿楽荘夏祭り」に参加いただき、ありがとうございました。そして、24日(日)「三谷公民館サマーフェスティバル」が開催されました。布そりの店も大盛況で、お疲れさまでした。

9月2日(火)には、第4回高齢者教室において「三谷の歴史」と題した本を自費出版する平野仁也氏による講演を開催します。

「老人の日・社会奉仕の日」の活動につきまして、9月15日から21日までの間に地区公園清掃などの奉仕作業を、地区役員からご協力願いがありましたら、お力添えを願います。

ニユースでは今年の残暑は、まだまだ10月近くまで続くそうなので、クーラーと扇風機を併用して賢く涼しく生活してください。それと、室内でも水分補給はもっとも大事です。

健康が一番なので体調管理に心がけてお過ごしください。

7月の乗車人数は合計289人でした。1便当たり平均乗車人数は2.5人です。9月に入り暦の上では「秋」ですが、まだまだ暑い日が続きますね。お出かけの際は熱中症対策を忘れず、涼しくて快適な「おもしろバス」をご利用ください。

バスの車内で10回分の料金で12回乗車できるお得な回数券(1,000円)を販売しています。回数券は全路線共通で使うことができます。バスが安全に駐車している時間に購入ください。

※人数等資料提供は 市交通防犯課



おもしろバスだより

今年の敬老記念品贈呈者は昭和20年生まれの80歳以上の方が対象です。そして、今年の敬老の日(祝)は9月15日(月)になります。

※平野仁也氏のプロフィール

「三谷の歴史」の本を出版する平野氏は三谷公民館だよりに平成31年4月が第1号から第50号まで4年間近くコラムを掲載した方です。現在は東海学園大学の准教授です。



「野菜がたくさん収穫できました！」 三谷東保育園園長 市川智子



「この夏、年長児が育てた野菜がたくさん収穫できました。春に植えた野菜の苗に、毎日水をやって、草取りも頑張っていました。時には、枯れてしまったり、カラスに実をかじられてしまったりしたこともありましたが、そのたびに、なぜかな？ どうしたらいいかな？と、みんなが知恵を絞って考えました。

収穫した野菜を使って、ピザを作りました。いつもは苦手で野菜も、自分で育てた野菜は少し違っていました。



「自分で作るおいしいね」と、言っている子もいました。

野菜の栽培を通して子どもたちは、自然や季節を感じ、食への興味関心が高まります。また、命の大切さも学んでいます。

これからも、いろいろな経験を通して子どもたちの学びが深まるようにしていきたいと思っています。

※育てた野菜 スイカ・ピーマン きゅうり・トマト・コーンなど



こんにちは！ 三谷のヘルスメイトです

☆今日の献立 「チキンハンバーグ」

《材料》・4人分

- A 鶏ひき肉・・・200g
- 充てん豆腐・・・75g
- 玉ねぎ・・・60g
- しその葉・・・4枚
- 片栗粉・・・8g
- サラダ油・・・適宜
- B 醤油・・・10cc
- みりん・20cc / 水・・・20cc
- レタス・60g ミニトマト・8個

【作り方】 ①玉ねぎとしその葉はみじん切りにする。②ビニール袋にAの材料を入れてしっかり混ぜる。③手に少しサラダ油をつけて、8個に分けた円に成型する。④フライパンにサラダ油を引いて温め、3のハンバーグを入れて焼く。⑤4の両面がきつね色になったら、Bの調味料を入れてふたをして弱火にする。⑥2分間蒸し焼きにし、その後ふたを開けて煮詰める。⑦レタスは洗って、食べやすい大きさにちぎる。トマトも洗っておく。⑧レタス・トマト・ハンバーグを盛り付ける。

1人分の栄養価：エネルギー 157kcal 塩 0.4分g
蒲郡市健康づくり食生活改善協議会 (三谷地区)

「長寿おめでとう」「おめでとうございます」
三谷地区内の80歳以上
1,478人

健康で、楽しい趣味を持ちながら充実した毎日を過ごしていただきたいと願っています。

そのためには、何でも話し合える仲間が必要です。一番大切なのは、「一人とのつながり。社会参加できる環境づくり」です。そんな仲間づくりを、ご近所や公民館でやってみませんか。

※公民館に「教室・クラブ」の一覧あります。

各区ごとの人数

各区	80歳以上	うち100歳以上
東区	204人	3人
松区	211人	3人
上区	370人	4人
中区	195人	1人
北区	229人	3人
西区	270人	2人
合計	1,479人	16人

※7月末現在の調査ですが、敬老の日までには若干の変更があります

敬老の日

今年80歳以上の皆さん、ご長寿おめでとうございます。

今年度の三谷町内の80歳以上の方は、昭和20年12月31日以前にお生まれになった方で、7月末調査で1,479人、満100歳以上の方は16人(最高齢は103歳3人おみえです)。

幸せを呼ぶ 四葉のクローバー

健康で、楽しい趣味を持ちながら充実した毎日を過ごしていただきたいと願っています。

そのためには、何でも話し合える仲間が必要です。一番大切なのは、「一人とのつながり。社会参加できる環境づくり」です。そんな仲間づくりを、ご近所や公民館でやってみませんか。

※公民館に「教室・クラブ」の一覧あります。



三谷公民館 9月の学習室

9月						
月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					



利用できない日



1F ロビー 9:30~16:30
利用できる人 中学・高校生

日時 9月8日(月) 午前9時
場所 若宮公園(雨:公民館)
内容 モルック体験会
※申込みは不要当日直接集合場所へ

健康づくり
ついでにやろまい会

【公民館1階ロビー展示】

♡♡♡♡♡♡♡♡
1 三谷東保育園みどり組
期間: 8/5(火)~8/23(土)



夏野菜

2 三谷の歴史(出版記念)

期間: 8/5(火)~9/27(土)
平野仁也氏の公民館だより
過去掲載記事より



抜粋展示



3 今年の三谷祭り

資料委員会の作品
期間: 9/30(火)~10/26(日)



初めての子どもヨガ体験教室

前回、諸事情により開催できませんでした。改めて開催しますので、再募集することとします。

- ・とき 11月8日、15日、22日
全て土曜日 10:00より 全3回
- ・場所 公民館2F和室
- ・会費 3回分 1,000円
- ・募集 15人 10月26日(土)まで
- ・条件 4歳以上から小学生



ヨガマットは公民館で用意します

問い合わせ: 三谷公民館 67-1763 生涯学習講座

八劔神社「観月会」ご案内

八劔神社氏子崇敬会 主催



日時 9月27日(土曜日)午後4時~8時30分(雨天決行)
場所 八劔神社境内広場・拝殿内
駐車場 神社下駐車場(直来参加の方はお車でのご来場は禁止)
受付 境内内。午後3時30分より
★太極拳・居合道・紙芝居・日本の名作朗読・コカリナ・
シャンソンの夕べ・雅楽・箏曲・チンドン等 公演有り

「中秋の名月」、秋の涼風を感じながら氏神様と一緒に月見を楽しみましょう。多くの町民の方々のご参加をお待ち致します。
全員月見団子お茶接待、子供さん菓子袋、露天出店、大人の方簡単な直来用意いたします。



第20回公民館館長杯 市民ダーツ大会

- ・日時 令和7年9月20日(土) 9時30分受付 10時00分開始
- ・場所 三谷公民館 3階 大集会室
- ・種目 ダーツ個人戦 1ラウンド3本投: 10回
- ・部類 小学生の部、大人の部
- ・申込 指定用紙に8月31日(日)までに公民館に申込ください

募集中!



「子ども工作教室 ミニリース作り」8月2日(土) 参加者13名

【三谷公民館生涯学習講座・三谷地区小学校放課後子ども教室】

今年も三谷公民館生涯学習講座は「子ども工作教室ミニリース作り」を放課後子ども教室と昨年同様にタイアップして開催しました。
参加した子どもたちは初めての体験の子や、常連の子まで、公民館からお願いした講師の石田奈保美さんの指導を受けながら、楽しくリース作りをすることができました。



「綺麗に出来ました」

「ミニ四駆 3Ko・G/P 工作」8月10日(日) 参加者26名

【三谷公民館生涯学習講座・三谷地区小学校放課後子ども教室】



参加したお友だち! (優勝した田中くん)

今年も三谷公民館生涯学習講座は第3回目の「ミニ四駆 3ko・G/P 工作」を開催しました。
みんな、力作なマシンに気合を感じた楽しい講座でした。アンケートでも、「また来年、絶対参加します」の声が多くありました。

9月 三谷公民館行事予定

※会場名のないものは全て三谷公民館です。

- 2日(火) 13:30 高齢者教室④(平野仁也氏講演)
- 5日(金) 14:00 公民館連合会主事会
- 19日(金) 19:00 第2回ふれあいフェスティバル会議
- 20日(土) 10:00 第20回公民館館長杯ダーツ大会
- 20日(土) 12:00 第2回公民館事業推進委員会
- 26日(日) 7:30 秋の交通安全県下一斉監視活動
- 27日(土) 10:00 親子料理教室(カレー&ナン) 生涯学習講座

図書館分室 9月の開館日

開館時間 14:00~17:30
絵本と紙芝居の読み聞かせは、
土曜日の 13:30~14:30

9月						
月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

休館日