

あれこれ お知らせ 伝言板



◇ 11月の行事予定 ◇

- 1日(木) 花のまちクラブ 9:30~
- 2日(金) 語り部の会例会 19:30~
- 3日(土) 文化祭準備 9:00~
- // 区長会 10:30~
- 4日(日) 文化祭 8:30~
- // 新成人のつどい打合せ 19:00~
- 5日(月) 子ども抹茶教室 16:00~
- 7日(水) 民児協例会 19:30~
- 8日(木) 市長と語り合う会 19:00~
- 10日(土) 囲碁大会 9:00~
- 12日(月) 介護予防いきいき講座 9:30~
- // 子ども抹茶教室 16:00~
- 14日(水) 婦人会支部長会 19:30~
- 17日(土) テーブルマナー(和食) 10:30~
- // 愛育会支部長会 15:00~
- 19日(月) 子ども抹茶教室 16:00~
- 21日(水) ITに親しむ講座 10:00~
- 23日(金) お餅っいちまち北中山 10:00~
- 25日(日) ノルディックウォーク 9:00~
- // バドミントン・ソフトバレー・卓球大会 10:00~
- 26日(月) 介護予防いきいき講座 9:30~
- // 子ども抹茶教室 16:00~
- 28日(水) ITに親しむ講座 10:00~

11月の短歌

【解説】子供達がキャッキョツと騒ぎながら夢中で遊んでいます。そんな子供達を秋の陽ざしが柔らかく赤くつつんでいます。スクスク育つてネ!

時間忘れ 夢中で遊ぶ子供らの
背中に秋の陽 柔らかく赤い
前田まゆ子

【解説】秋が深まってきました。木々に絡まる鶯がきれいに紅葉し、ガラス戸から見るこまると一枚の画を見ている様です。

裏山の 樹木に絡まる 鶯紅葉
玻璃戸の中に 秋を描けり
前田まゆ子

11月の休館日

- 6日(火)・11日(日)・13日(火)
- 18日(日)・27日(火)

※休館日を変更していますので、お間違いのないように!!

北中山健康塾終了しました!
健康北中山を目指して
みんなで頑張りましょう!



7月から4回シリーズでスタートした「北中山健康塾」も、先日最終回を迎えました。今年度は「生活習慣を考える」というテーマで取り組んできました。

特に印象深かったのが「肺がん」をテーマにした回で、タバコの煙には3大有害物質が含まれているほか、放射性物質も少量入っていることから、肺に入ると内部被ばくすることのお話でした。タバコの怖さを痛烈に実感しました。



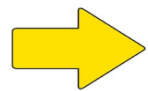
その他にも、食事や運動が生活習慣に大きくつながるという話を、4回通してお聞きしました。規則正しい生活習慣は健康の源であり、食事をバランスよく摂ることの大切さや、運動の大切さを指導していただきました。学習したことを継続することで生活習慣が改善され、少しでも病気の予防ができたらと思います。

次年度も、福井県済生会病院のご協力をいただき開催する予定です。皆様のご参加をお待ちしております。



鯖江市落井町41-33-1 TEL 0778(65)1001 FAX 0778(65)0832
公民館のHP アドレス <http://www.city.sabae.fukui.jp/pageview.html?id=855>
E-mail SC-CC-Kitanakayama@city.sabae.fukui.jp

公民館サイト 



11月 北中山

354号

公民館だより 平成30年10月25日発行

北中山地区の世帯・人口
(先月との比較)
世帯数 823世帯(-1)
人口 2,868人(-2)
男 1,361人(-1)
女 1,507人(-1)
(10月1日現在)

北中山地区



文化祭

～みんなで咲かそう
文化の花～

日時・会場

11月4日(日)
午前8時30分～
北中山公民館・体育館

発表・展示など
催しがたくさん!

みんなで行こう
地域の文化祭!

今年も **大** 抽選会があるよ!
みんなで遊びにきてね!



※詳しくはプログラムをご覧ください。

子どもからお年寄りまで一緒に 多世代交流

お餅 いまち北中山

餅つき&ゲーム大会

11月23日(金祝)

午前10時スタート

北中山公民館 体育館

参加費は
無料ですよ



餅つき大会の他にも、子どもからお年寄りまで一緒に楽しめるゲームがあります。ご家族、ご近所みんなで遊びにきてね!

※詳しくはチラシをご覧ください。

アジサイのまち北中山！今年も植えました！ 800本



9月29日(土)今年も「あじさいのまち北中山」を目指してアジサイの植栽を行いました。戸トンネル法面と福井今立線の県道、川島町の鞍谷川堤防、そして北中山児童センター跡地の4か所に植えました。また、各町内にも植栽し、今年もあわせて800本のアジサイを植えます。整然と植栽されているアジサイ苗がとても綺麗で、見ていると気持ちがいいです。



↑雨の中作業を行う委員さん↓



現在北中山アジサイマップ作成中です。来年の開花時にはマップを見ながら「アジサイのまち北中山」を訪れてみてください。



また10月10日(水)には、北中山小学校の児童たちが北中山児童センター跡地に植栽を行いました。北中山まちづくり委員会の玉村部会長から、植栽の仕方・ポイント等をお聞きし、児童たちは作業を行いました。苗木が大きくなり、綺麗なアジサイが咲くのが楽しみです。



玉村部会長から説明を聞き、一本一本丁寧に植栽しました。



サロン紹介コーナー ～上戸町～

こんにちは！地域支え合い推進員の山田幸代です。今回は上戸町のサロンを紹介します。



まず初めに、上戸町公民館で毎月1回第4木曜日10時～開催している、「野菊の会」をご紹介します。

サロンの運営はサロンリーダーの土井福祉委員さんを中心に活動しています。先日行われたサロンでは、講師に井上葉子氏



を迎えて転倒予防体操をしました。頭と体を一緒に動かせることで脳を活性化させる運動を行い、一緒に参加した私も含め、皆さんうまく出来ずに失敗して大笑い！失敗することで脳に刺激をあたえ、脳を活性化させるそうです。体操の後は、美味しい自家製のスイカを頂きながら、おしゃべりタイム！皆さん月1回のサロンを楽しみにしていらっしゃいます。



上戸町で発見！男性版‘おしゃべりカフェ’

上戸町の綾川さんの声掛けで、3年前から始まった男性版サロンですが、社会福祉の先進地へ研修に行った際に、その必要性を感じたようです。その地域では、男性が積極的に参加しているという話を聞き「女性と一緒に参加するサロンだと恥ずかしくて行けない、男性だけのサロンがあったらなあ・・・」ということから始まったようです。上戸町でも、女性は町内のサロンに参加しているのに、男性の参加が無く、男性の集いの場の必要性を感じ始められたそうです。今後、多くの男性参加者が集える場になるといいですね。



シリーズ
NO. 43

北中山の昔ばなし 赤橋の今昔② 磯部町

この貴重な赤い岩は、磯部の山王山中腹に七堂伽藍(しちどうがらん)を備え、大きな勢力をもっていたという山王神社の拝石であったらしいのです。その大きさ、その形や姿から、そのように伝えられています。

拝殿の前におかれたこの大きな岩の上に、氏子たちは正座し、さまざまな祈りを行っていたのでしょう。それが、いつの頃からか、赤橋と呼ばれる片上用水に架かる橋として、住民を守っていた時もありましたし、現在は弁財天頂上の忠霊塔横に赤い歌碑として静かに磯部を見守っています。時の流れの中で、生きる赤い岩には「やすらかに、ねむれとそおもふ、君のため、いのちささげし、ますらをのとも」皇后御歌(昭和17年建設磯部区、謹書、金柏寿石、山本初五郎刻)と刻まれています。～磯部の古老からの聞き取り、ふるさと北中山より～



お知らせ ITに親しむ講座 受講者募集！

タブレット端末(iPad)の使い方、及び便利なお役立ちアプリについて教えていただきます。タブレット初心者の方大歓迎！初心者向け講座となっていますので、お気軽にご参加ください。

- 日時 第1回 11月21日(水)
「タブレット端末の使い方」
- 第2回 11月28日(水)
「便利なお役立ちアプリの紹介」
- ※各回ともに、10:00～11:30 開催。

- 対象 18歳以上男女(市内在住または在勤者)
- 会場 北中山公民館 1階 会議室
- 問合せ (株)システムグラフィ (☎51-7132)
担当:藤堂さん・鈴木さん

※各地区公民館にて開催していますので、日程が合わない方はご相談下さい。



電源の入れ方から始まり、基本的な操作を学びます。第1回目のみ受講ということでも大丈夫です。



タブレット端末(iPad)をお持ちの方は、ご持参下さい。持っていない方には、こちらで用意します。

第18回北中山地区老人クラブ連合会長杯 グラウンドゴルフ大会 結果

10月20日(土)に川島町公民館グラウンドにて北中山地区グラウンドゴルフ大会が行われました。結果は下記の通りです。

| | | |
|----|--------|-----|
| 優勝 | 竹内 誠 | 55点 |
| 2位 | 酒井 千代子 | 59点 |
| 3位 | 木下 貞義 | 61点 |

おめでとうございます！

会員も随時募集中です！
ルールがすごく簡単なので、初心者の方でもすぐに始められます。生涯スポーツとして、健康の維持・増進にもつながりますよ。一緒に楽しく活動しましょう。興味のある方は北中山公民館(65-1001)までお問合せ下さい。