

12月行事予定

★放課後子ども「将棋教室」

12/11・25(土) 午前9時～11時

★放課後子ども「華道教室」

12/11・25(土) 午後1時30分～3時

★放課後子ども「茶道教室」

12/18(土) 午前9時～10時

★活き活き手芸教室

12/6・20(月) 午前9時30分～

各種団体等予定

- 子育て支援「ママさん交流会」 12/ 3(金)
- 民生委員会 12/10(金)
- 愛育会 12/15(水)
- 老人クラブ 12/16(木)
- 子育て支援「ハーフバースデイ」 12/17(金)

※行事予定は変更になる場合があります。ご了承下さい。
 ※開放学校は年末年始の利用が停止となります
 (12/28(火)～1/4(火)まで)

地域の助け合い応援講座開催【全2回】

住み慣れた地域で安心して暮らし続けるために、地域とのつながりや助け合いが大きな力となります。これからの助け合い活動について考えてみませんか。

開催日	1回目 12月 8日(水)
	2回目 12月15日(水)
時間	午前10時～12時
会場	吉川公民館(Tel62-1020)

1回目	○地域の支え合いとは？ 市の現状 ○自分や家族がもし認知症になったら？ (演習・体験談・話し合い)
2回目	○市の支え合い実践紹介・・・ 鯖江地区 ボランティア隊「でこぼこ」 ○フリートーク 高齢者の困りごとを通じ、住み慣れた地域で安心して暮らし続けるにはどうしたらよいか話し合ってみましょう

- 対象：地域活動に興味がある人 ●定員：20人
- 申込締切：12月4日(土)まで ●料金：無料
- 問合せ・申込先：吉川公民館・長寿福祉課(☎53-2265)

募集中



いきいき講座参加者募集!

Withコロナ生活を送る中、元気で過ごせるように、健康を管理する術(すべ)を学びましょう!

A:おたっしやコース...楽しく介護予防に取り組みたい方におすすめです。

B:アクティブシニア貯筋コース...運動をがんばりたい方におすすめです。

※新型コロナウイルス感染症の影響により事業が中止になる場合があります。



	吉川公民館 大ホール 第2・4木 13:30～15:30	
コース	A	B
残数	4名	9名
12月日程	9	23
1月日程	13	27
2月日程	10	24
3月日程	10	24

- ◆対象：おおむね65歳以上の市民
- ◆参加費：無料
- ◆要申込：長寿福祉課(☎53-2265)



交通安全協会より

お酒を飲んだらそこで運転終了ですよ!
 県内で死亡事故が発生しております。規制が緩和され、飲酒の機会もありますが、飲んだら乗るな!!を徹底するようにしましょう。

吉川地区事故件数(10月1日～31日)
 ・人身事故0件 ・物損事故9件

12月の休館日

- 5日(日)・14日(火)
- 19日(日)・28日(火)
- 29日(水)～1/3(月)
- (年末年始休館日)

よしかわだより 12月号



令和3年11月25日発行
 吉川公民館 大倉町5-14-1
 TEL (0778) 62-1020 FAX (0778) 62-0700
 E-mail SC-CC-Yoshikawa@city.sabae.fukui.jp

吉川地区の人口 7,050人
 (男3,457人 女3,593人)
 前月比 11人増

世帯数 2,330世帯
 (前月比 7世帯増)
 (11月1日現在・外国人含む)

アドレスQRコード

公民館学報「ヘルスアップセミナー」3回シリーズ開催

健康第1! 毎日の習慣を大切に!

第1回目「眼の健康」



「生活を守る目の健康」講座では「NPOみるみえる」から副代表の高橋有希子氏にお越しいただき、目の構造や体の仕組みについてのお話をお聞きしました。

朝夕の寒さが身に沁みる季節となり、お家の中で過ごす時間が増えてきました。今年も10月～11月の間3回シリーズで健康講座を開催しました。

第2回目「口の健康」



「お口の健康と病気予防」では、歯科衛生士の佐々木雅代氏より唾液の働きや歯ブラシの仕方、顔や首の周りの簡単な体操を教えてくださいました。

第3回目「体の健康」



「10秒ポーズ健康法で一生涯元気な体づくり」講座では理学療法士の福田裕子氏から、毎日の生活の中で10秒間動きを止めることによる、簡単な体操を教えてくださいました。

鯖江市ワーク・ライフ・バランス賞

【個人部門】受賞

若林みゆき さん(田村町)

この賞は、やりがいを感じながら働き、プライベートも充実して、バランスのとれた生活を推進している方に贈られる賞です。

若林さんは3人の子育てと仕事、家事の両立を図った生き方をされていて、自身のサロンを子育てママの働く場として提供し、自分の経験を伝えながら、自立した働き方の後押しを行うとともに、ママが健康を保ちながら笑顔で子育てしてほしいことも伝えている。

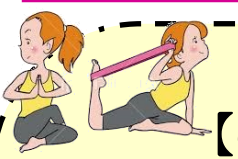
また、地区の子育て支援ネットワークの会長を務め、地域ぐるみで安心して子育てができるよう仲間を増やしなが、子育て学習会の企画・運営などの活動を行っている。



レッツゴー！ とうだ！公民館に行こう！

文化講座 Part.5 紹介コーナー

吉川公民館で元気に活動中の文化講座を順番にご紹介します。コロナ禍ですが、感染防止対策をとりながら、いつも楽しそうな声が響いています。心と体の健康の為、公民館での自主講座に参加してみませんか！
お問い合わせは、吉川公民館まで (Tel62-1020)



【のびのびストレッチ】

毎週金曜日午前10時～11時まで第1和室で行っております。

講師曰く、無理せず、体に合ったストレッチをモットーに行っております。

時々の水分補給時には、健康に関するお話、日常の出来事等々、ユーモアあふれるお話で心もリフレッシュ！終了する頃には、講座名どおりの身も心ものびのび！！身体にも心にも新鮮な空気が入ります。



【バドミントンクラブ】

私たちのクラブでは、毎週金曜日バドミントンの練習で、汗を流しております。メンバーは、高校生から、この道40年以上のベテランまで幅広い年代で楽しく活動中！市民大会では何度も優勝経験があり、昔は強かったです、が…

東京オリンピックを見て久しぶりに“羽”を打ってみたいな～という方の見学をお待ちしています。毎週金曜日午後8時～9時30分まで吉川公民館で活動中です。



鯖江市総合防災訓練 開催

11月13日(土) 町内別防災訓練の後、吉川小学校にて、吉川地区避難所運営訓練や防災マップ作り研修会を開催しました。町内から徒歩で避難後、停電を想定した避難所にて、少ない明かりを頼りに、パーテーションや簡易ベッドの組み立て等を体験しました。



防災マップ作り研修会では、防災士ネットワークさばえや吉川地区防災協議会の協力を得て、災害時を想定した避難経路についての研修を行いました。

その他に会場には非常持ち出し袋や非常食の展示等もあり、災害時にはどのように行動したら良いのかを考える、とても良い機会となりました。



公民館学級のお知らせ

「お正月の寄せ植え講座」

日時	12月8日(水)午後1時30分～
会場	吉川公民館 大ホール
講師	小林農園 小林鈴子氏
定員	先着20名
参加費	当日実費をご負担ください
持ち物	・移植ごて・手袋・持ち帰る袋

「歴史勉強会」

鯖江藩間部家の歴史を学ぼう！

日時	12月16日(木)午後6時～
会場	吉川公民館 第2会議室
講師	鯖江市まなべの館 館長 前田清彦氏
定員	先着30名
締切り	12月8日(水)

「公民館学級」の申し込み・問い合わせは吉川公民館 (Tel62-1020) までお願いします。
皆様のご参加お待ちしております！

公民館年末大掃除

感染症予防につき、今年度は区長会・体育協会役員・公民館協力委員会さんにご協力いただき、大掃除を行います。
文化講座の皆さんは、今年最後の講座使用日に各使用場所の清掃をお願いいたします。

日時 12月12日(日) 午前9時～
場所 吉川公民館および旧館
持ち物 雑巾・ゴム手袋・軍手など

吉川地区社会福祉協議会より

11月25日の区長てい送に合わせて、【地域福祉に関するアンケート調査】を配布いたします。今後の福祉活動に活かしていきたいと思っておりますので、お手数ですがご協力よろしくをお願いいたします。

自然栽培麴の手作りみそ講習会

今年もマルカワみそさんの有機大豆・自然栽培米の麴を使って健康に考慮した手作りみそ講習会をします。

みそ作りは発酵がゆっくり進み、雑菌の少ない大寒の時期がいいそうです。大豆の煮方やカビの防止方法などについて説明をしますので、初心者でも安心してご参加いただけます。事前説明会を行いますので、参加希望の方は必ずご参加下さい。

★事前説明会 12月8日(水)午後6時30分～8時

手作りみそ講習会	
開催日	令和4年1月22日(土)・23日(日)
時間	午前9時～午後4時
会場	吉川公民館 調理室 
参加費	5,000円前後(みそ約8kg)
定員	15名(予約制、所要時間約1時間)
持ち物	マスク、エプロン、三角巾、タオル、容器
締切り	12月10日(金)

フードドライブにご協力ください！

フードドライブとは家庭で余っている食べきれない食品を必要とする人へ提供する活動です。食品ロス削減にもつながります。

1 開催日時(当日会場まで持参ください)

- 各地区公民館 鯖江市役所 →11月29日(月)～12月12日(日)
- ハーツさばえ ハーツ神中 →12月10日(金)～12日(日)

2 寄付いただきたい食品

1か月以上賞味期限が残っていて常温保存可能なもの、未開封のもの

- ・お米(精米した米 2年以内)
- ・パスタ・そうめんなどの乾麺
- ・缶詰・レトルト・インスタント食品
- ・海苔・お茶漬け・ふりかけ
- ・粉ミルク・離乳食・お菓子
- ・調味料(醤油・食用油など)



3 おふくわけ

鯖江市役所で12月18日(土)・19日(日) 25日(土)・26日(日)の午前9時から16時まで。食品を必要とする方はエコバックを持ってください。【問合せ先】市民相談課 53-2204