



第67回 中河地区 市民体育大会

日時 6/4（日） 開会式 8:00～

場所 中河小学校グラウンド 競技開始 8:30～

4年ぶりに体育大会が開催されます！！
久しぶりにご近所の皆さんが集まる機会ですので、競技に出場
する方も、テントで応援する方も交流を楽しんでくださいね。
競技内容などは同日配布のプログラムをご覧ください。

雨天中止

サマースクール(合宿通学事業)

野菜提供のお願い

7月8日（土）中河小学校4年生を対象にサマース
クールを行います。地区の皆様で野菜を提供いただけ
る方がおられましたら、中河公民館までご連絡くださ
い。（Tel51-3102）よろしくお願ひいたします。

提供いただきたい野菜

キャベツ・たまねぎ・ピーマン
きゅうり・トマト



学生応援!! (小学生・中学生・高校生)

自習スペースと 体育館開放 します!

- ◆利用日◆公民館のお部屋または、体育館が空いている時間帯
 - ◆利用場所◆中河公民館 および 体育館
- ※利用の際は、**事務所に**て受付をお願いします。体育館開放の
場合、利用できないスポーツもあります。

予約不可

東部地区文化講演会

イクメンたちの働き方

と子育て術

日時 6/24（土）13:30～15:00

場所 中河公民館体育館

- ・ユニークな子育て術とは？
- ・仕事と育児の両立のコツは？
- ・家事分担は？

詳しくは同日配布のチラシをご覧ください。



パネラー
江澤 隆輔 氏
(中学校教諭)



パネラー
大森 治幸 氏
(宇宙キッズパパ)



ファシリテーター
波多野 翼 氏
(子育てコミュニケーション
アドバイザー・絵本作家)



地元の中学生がボランティア!

5月9日(火)『東陽中クリーン作戦』で、13名の生徒の皆さんが公民館周りの草取りをしてくださいました。



公民館に来られていた地域の方が「あらあ、中学生がボランティアしているのね。いいねえ。」と感心されていました。

支え合い推進員 通信

5月9日(火)のおしゃべりカフェでは、参加者の方から『チラシを丸めて作る肩たたき棒』の作り方を教えていただきました。チラシを丸めながらおしゃべりをして楽しい時間を過ごしました。

今後も参加者が楽しく教えたり、学ぶ機会が増えていくと素敵ですね。

このような、“ちょっと教えてくださるボランティア講師”を随時募集中です。興味のある方は、お気軽にご相談ください。

肩たたき棒



6月の おしゃべり カフェ

日時	6月6日(火)、20日(火) 13:30~15:00
会場	中河公民館
持ち物	内ブック
参加費	100円(飲み物、他)

【健康講座】 運動不足を解消しよう!

コロナ禍や冬の間、縮こまっていた体を動かし、代謝のよい体を目指しませんか。全4回の体を動かす講座を開催します。申込みは不要ですので、お気軽にご参加ください。

第1回	脂肪を燃焼させる歩き方
日時	6月9日(金) 9:00~
会場	中河公民館 体育館
持ち物	内ブック、飲み物、タオル
第2回	むくみを撃退する体操
日時	6月23日(金) 9:00~
会場	中河公民館 体育館
持ち物	内ブック、飲み物、タオル

第3回と第4回は7月に開催します!

【座談会】 市長とのふれあい座談会

市長に「伝えたいこと」や「聞きたいこと」はありませんか??

年齢に関係なく、どなたでも参加することができます。堅苦しくなく、和やかな雰囲気で開催しますので、気軽にご参加ください。皆様のご来場を心からお待ちしております。

※途中参加、途中退席可能

日時	6月19日(月) 19:00~20:00
会場	中河公民館 大会議室
問合先	鯖江市秘書広聴課 (53-2202)



【子育て支援ネットワーク委員会】 トイレトレーニング講座

トイレトレーニングって、何から始めればいいのか?何が必要で、いつから始めればいいのか? いろいろと悩んで、いつから始めればいいのか? いろいろと悩んで、いつから始めればいいのか?

ちょっとしたコツをお教えします! 楽しく習慣づけましょう。

日時	6月10日(土) 10:00~
会場	中河公民館 2階大会議室
対象	未就学児のお子様とその保護者
申込	右のコードからどうぞ ▶▶



習慣! ラジオ体操 開催中!!



毎朝 8時30分より
(休館日のぞく)

※事業等で休みになる
場合もあります。

2023年 6月 休館日のお知らせ

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11 休館	12	13 休館	14	15	16	17
18 休館	19	20	21	22	23	24
25	26	27 休館	28	29	30	1

※都合により休館日が変更する場合がありますので予めご了承ください。