

豆腐プリン

片上地区食生活改善推進より

【作り方】★ふくい100彩ごはん大豆料理100より

1. 粉ゼラチンは分量の水でふやかしておく。
2. 絹ごし豆腐はキッチンペーパーで包み、耐熱容器にのせて電子レンジで1分30秒加熱して、水切りし、プレーンヨーグルト状に裏ごしする。
3. 鍋に牛乳、メープルシロップを入れ中火にかけ、沸騰直前に火を止める。1のゼラチンを加えて余熱で溶かす。
4. 裏ごしした豆腐を加えてよく混ぜ合わせ、もう一度裏ごしして、なめらかにする。
5. 器に流し入れ、冷蔵庫で2～3時間冷し固める。仕上げにメープルシロップ(ソース用)をかける。

材料	絹ごし豆腐	150g
4人分	牛乳	300cc
	メープルシロップ	50cc
	粉ゼラチン	大さじ3
	水	大さじ3
	メープルシロップ(ソース用)	50cc

エネルギー177kcal 食塩相当量0.1g
【一人分の栄養価】
たんぱく質11.1g 脂質4.3g 炭水化物25g
食物繊維0.3g カルシウム138mg 鉄0.6mg

片上おむすび

日時

10月18日(土) 第3土曜日
13:30～15:30

会場 片上公民館

「草刈り機使用講習会」開催!! 片上地区の草むら無くそう!! プロジェクト始動。是非ご参加ください。
申込書は回覧しています。ご希望の方は、申込書にご記入の上、公民館までご提出ください。

令和7年度 鯖江市健康診査

片上地区の皆さまぜひ、ご利用ください。
なお、**受診には予約が必要です。**

(日付) 令和7年10月23日(木)

(時間) 13:00～14:15

(会場) 北中山公民館

(予約方法) QRコードの申込 ↑

または、電話【アイアイ鯖江内:52-1138】

(検診項目) 大腸がん、乳がん、子宮がん

(問合せ先) 鯖江市健康づくり課

(アイアイ鯖江内) TEL 52-1138



October

館報
第480号

久殊



2025年9月25日発行

【片上地区の人口1,704(男845人 女859人)世帯575世帯 9月1日現在】

片上公民館
〒916-1102 鯖江市大野町6-8-1
電話 51-4801
FAX 51-8947
E-mail: SC-CC-Katakami@city.sabae.lg.jp
お問合せアドレス <https://logoform.jp/f/u35vT>

お問合せ
QRコード



優秀賞

花によるまちづくりコンクール

主催：鯖江市区長会連合会

片上まちづくり協議会が取り組んだ花壇が、今年も【小さめ花壇部門】で『優秀賞』を受賞しました。
花壇のデザインは、福井で発掘された恐竜「フクイラプトル」で、恐竜部分は土を盛って少し立体的にしました。
今年も猛暑で、生育面で難しい点もありましたが、うれしい結果となりました。お世話くださった皆様ありがとうございました。



今北山古墳整備を行いました

主催：「今北山古墳群・磯部古墳群・弁財天古墳群」保存会

9月7日(日)に、今北山古墳整備作業を実施しました。

整備は毎年、年に2回、北中山地区と合同で実施します。

暑い中、汗だくになりながら熱心に草刈りに取り組んでくださいました。このような皆さんの努力によって「地区の宝は守られている」のだと改めて思いました。



片上地区 文化祭

日時：11月3日(月・祝)

場所：片上公民館

中学生のボランティアを募集します! 中学校から募集ちらしを配布するのでみてね!

MOLKKY

モルック大会開催!

日時 10/12 (日)
午前8:30-正午

会場 片上公民館 体育館

★参加費無料(参加賞あり)

申込方法 QRコードか
片上公民館へご連絡ください。

主催：片上地区スポーツ協会

参加者大募集

★10月行事予定★

- 10月 1日(水) 子育て広場10:00～
放課後：囲碁・将棋15:00～
 - 10月 2日(木) 放課後：太鼓教室16:10～
文化祭企画実行委員会19:30～
 - 10月 3日(金) 放課後：生花教室16:30～
 - 10月 6日(月) 防災協議会：役員会19:00～
 - 10月 7日(火) 学級：懐×ロダツス10:00～
 - 10月 8日(水) 子育て支援：第4回委員会10:00～
放課後：百人一首15:00～
 - 10月 9日(木) 放課後：お茶教室16:15～
 - 10月10日(金) 区長会：定例会19:30～
 - 10月11日(土) 高齢者クラブ：定例会9:00～
 - 10月12日(日) スポ協：地区スポーツふれあいDay
モルック大会8:30～
 - 10月15日(水) 子育て広場10:00～
放課後：囲碁・将棋教室15:00～
 - 10月16日(木) 赤ちゃんとおふれあい教室10:00～
放課後：太鼓教室16:10～
愛育会：定例会19:30～
 - 10月17日(金) 防災協議会：防災教室(片上小にて)
 - 10月18日(土) 片上おむすび13:30～
 - 10月22日(水) 子育て支援:手形足型ペったんて10:00～
 - 10月26日(日) 高齢者スポーツ大会10:00～
 - 10月30日(木) 放課後：太鼓教室16:10～
- ※変更する場合があります。ご了承ください。

★10月休館日★

5日(日)、13日(月)、14日(火)
19日(日)、28日(火)

ウォーターフェス

東陽中学生企画運営〈東部4地区公民館合同事業〉



8月23日(土)東部4区の小・中学校の児童・生徒を対象にウォーターフェスを開催しました。同校の中学生で実行委員会を立ち上げ、企画・運営をしました。小学校高学年以上の部「水鉄砲バトル」で

は3人1チームで相手チームの体についている的を撃ち抜きその数を競いました。小学校低学年の部「水風船の玉入れ」では5人1組で1人に与えられた20個の水風船が何個残ったかを競うゲームでした。最後はみんなで水鉄砲や水爆弾を投げ合って、歓声を上げて楽しんでいました。

実行委員会打合せ

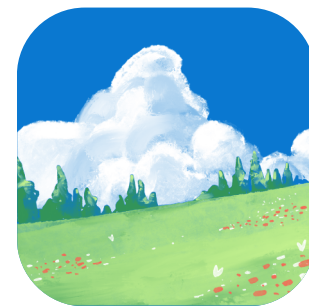


小学校高学年以上の水鉄砲バトル



地域の大人による縁日コーナー
片上地区：ゲッターナイン

小学校低学年の水風船玉入れ



涼み処(すずみどころ)ご利用ありがとうございました。

今年も大盛況で延べ52名の方が利用してくださいました。利用された皆さん、8月の電気代、お安くなりましたか？アイスおいしかったですか？今年は、市のクーリングシェルター施設としての役割も兼ねました。

涼み処での公民館に対するご意見として次のものがありました。

「夏休みなどに、小中学生から利用できる居場所があるとよい。宿題したり本読んだりお弁当食べたり」これに対してお返事しますね。

中学生・高校生のみなさんへ

公民館の一室を自主スペースに。また、体育館の利用者空き時間を運動する事に開放しています。是非ご利用ください！
みなさん、どんどん公民館をご利用くださいね！

【利用時間について】

平日：放課後～21時

土日：9時～21時

春・夏・冬休み：9時～21時



しゅくだい塾



今年度、新しい取り組みとして、小5～中3年生を対象に、片上しゅくだい塾を開催しました。延べ人数6名の中学生と、教える側として地区の大人の方4名が参加してくれました。

中学生からは「おかりやすかった」、大人の方からは「中学生と話をするのは久しぶりで楽しかった」という感想がありました。

今回、参加人数は少なかったのですが、学校や塾以外の学びの場として、来年度は対象学年を広げて取り組みたいと思います。来年度もご期待ください。

夏休み特別企画 放課後子ども教室

楽しい♡お菓子づくり教室



講師：五十嵐 菜季さん(管理栄養士)
内容：すいかゼリー作り&おやつについての話

原電わんぱく★サイエンス講座



講師：日本原子力発電(株)さん
内容：「ランプシェード作り」

パステルアート教室



講師：味寺 美和子さん(パステリア書インストラクター)
内容：カラフルなパステルを用い、円を基本にして好きな絵を描く

ボードゲームで楽しい！教室



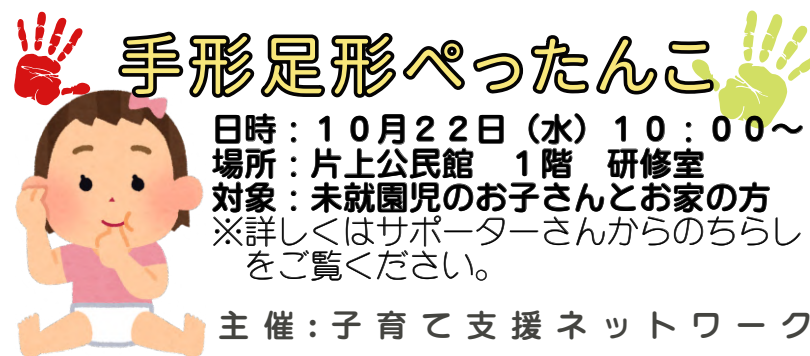
講師 上坂 嘉崇さん
内容 10種以上のボードゲームを使用し、ゲームを通して楽しみながら知性を養う

ハーフバースデー



8月27日(水)片上地区の生後6か月をむかえた赤ちゃん達のお祝いをしました☆親子体操や、手形足形ぺったんこ、絵本の読み聞かせなど楽しい時間を過ごしました♪

主催：子育て支援ネットワーク



手形足形ぺったんこ

日時：10月22日(水) 10:00～
場所：片上公民館 1階 研修室
対象：未就園児のお子さんとお家の方
※詳しくはサポーターさんからのちらしをご覧ください。

主催：子育て支援ネットワーク

赤ちゃんとは片上小学校とのふれあい教室

赤ちゃんから保育園・幼稚園に入る前のお子さんと、そのお家の方が対象です。小学6年生の児童とのふれあいの時間です。お気軽に遊びに来てください♪

日時：10月16日(木) 10:00～
場所：片上公民館 2階会議室

※詳しくはサポーターさんからのちらしをご覧ください。申込が必要です。

