

◇ 10月の行事予定 ◇

2日(木)	文化祭打ち合わせ	19:00～
3日(金)	語り部の会	19:00～
4日(土)	大人の遠足ミステリーツアー	
5日(日)	休館日	
6日(月)	子どもお抹茶教室	15:40～
//	老人クラブ役員会	19:00～
7日(火)	鳥獣害対策学習会	19:30～
8日(水)	ハーフバースデイ事業	10:00～
//	民児協定例会	18:30～
9日(木)	ごぼう掘り体験 (北中山小5年)	13:30～
//	区長会	19:00～
10日(金)	北中山元気クラブ合唱団	10:00～
//	いきいき講座	13:30～
11日(土)	中学生まなび場「ボドゲ×教育」	13:30～
12日(日)	健康体操と健康ランチ	9:00～
13日(月)	休館日	
14日(火)	休館日	
16日(木)	ゴミ減量化講習会	19:30～
17日(金)	愛育会支部長会	19:30～
19日(日)	休館日 三峯山さんぽ	
20日(月)	子どもお抹茶教室	15:40～
21日(火)	足形アート・離乳食相談会	10:00～
23日(木)	市健康診査(がん検診)	13:00～
24日(金)	北中山元気クラブ合唱団	10:00～
//	いきいき講座	13:30～
//	公民館運営協議会	19:00～
27日(月)	子どもお抹茶教室	15:40～
28日(火)	休館日	
29日(水)	花まち倶楽部	10:00～
30日(木)	レザークラフト教室～31日	13:30～
//	子ども生花教室	15:45～

行事日程は都合により変更する場合があります

北中山公民館

〒916-1115 鯖江市落井町41-33-1

TEL 0778(65)1001

FAX 0778(65)0832

E-mail SC-CC-Kitanakayama@city.sabae.lg.jp



北中山地区 みんなきてね!

文化祭

開催日 11月2日(日)

※詳しくは10月の通送にて配られる
プログラムをご覧ください



第6弾 笑顔の写真展

テーマ 「ほっこり幸せな笑顔」
「笑顔」の写真はもちろん、かわいい
ペットの写真や自慢の料理でもOK。
皆さんの「ほっこり」する写真をお待
ちしています。

応募期間 2025.9.25(木)～10.24(金)

応募資格 北中山地区民ならどなたでも!

応募規格 応募された作品はラミネートして
文化祭にて展示します。終了後、
参加賞と一緒に返却します。
台紙は公民館にあります。

こちらからも申し込み可



主催：北中山まちづくり委員会

タイムカプセル開封!

11月2日(日)北中山公民館で行う文化祭で、
平成11年に北中山小学校中庭に埋められたタイムカプ
セルの開封式を開催します。この際には、該当者への内容物
の譲渡も行う予定です。当時の幼稚園・小学校の在園・在
校生の方は、ぜひご参加ください。



10月短歌

【解説】雨やどりのいる間に、つがいらしい
カラスが、お互いづろいしているではありませんか。見ていてほのぼのとした気持ちに
なりました。

雨やどりの間も互にづろい
連れ合い想いのカラスに出会う

山崎 忠夫

【解説】雨の降らない暑い陽が続きましたが、
お陰様で今年も一等米でした。
家族が力を合わせた絆の賜物です。
ありがたい!!

この一年も一等米のお印に

力合わせた家族の絆

木下 豊子

10月

437号

北中山

公民館だより 令和7年9月25日発行

北中山地区の世帯・人口
(先月との比較)

世帯数 849世帯(-1)
人口 2,534人(-10)
男 1,220人(-3)
女 1,314人(-7)
(9月1日現在)

北中山地区 祝敬老会

いつまでも
お元気で



9月21日(日)、敬老会を開催しました。式典後は『すまいる
あい・ケア』の大森弘子氏・井波裕美氏の指導の元、音楽療法
が行われました。音楽に合わせて手を動かしたり楽器を鳴らし
たりして、楽しい時間を過ごしました。また、お楽しみ抽選会
では、番号が呼ばれるたびに歓声があがり大いに盛り上がりまし
た。

最後は参加された皆さんで、北中山名物「笑いの三笑」を行
い、これからのますますの健康をお祈りしました。これからもど
うぞお元気で過ごしてください。お手伝いいただいた皆様、どうも
ありがとうございました。

笑いの三笑

お楽しみ抽選会



町内ごとに受付

北中山 鳥獣害対策学習会

日時 10月7日(火) 19:30～

場所 北中山公民館 体育館

イノシシ・クマ・鹿・猿の被害が増えつつあります。みなさんと一緒に、動物との共存について真剣に考えてみましょう。

主催 北中山まちづくり委員会

共催 JA 福井県・北中山幼小 PTA・東陽中 PTA
北中山公民館

足形アート・離乳食相談

日時 10月21日(火)

9:30～受付 10:00開始

場所 北中山公民館 大ホール

内容
・大型絵本読み聞かせ
・はらぺこあおむしアート作り
・育児相談
・絵本貸し出し

申込 QRコードから申し込み
ください

〔子育て支援ネットワーク委員会〕



秋の防災セミナー

8月30日(土) 秋の防災セミナーを実施しました。防災士ネットワークさばえ9名の方を講師に迎え、各町内から区長をはじめ54名の参加がありました。HUG(避難所運営ゲーム)を行い、避難所となる小学校の図面を使って、さまざまな出来事にどう対処していくかを疑似体験しました。



参加された皆さんは、真剣に取り組まれ、実際に災害が発生した場合への対応に意見を出し合っておられました。いざというときに、きっと貴重な体験となると思います。

健康体操と健康ランチ

★日時 10月12日(日)

9:00～受付

9:30～語り部の会

10:00～健康体操

11:00～健康ランチ

★場所 北中山公民館 体育館

★健康体操講師

鯖江市理学療法士 山本進氏

主催 北中山まちづくり委員会

主管 北中山地区スポーツ協会

協力 食生活改善推進員・語り部の会

～花のまち倶楽部～ 秋の寄せ植え講座

◎日時 10月29日(水)

10:00～11:00

◎場所 北中山公民館 会議室

◎講師 花市場 渡辺 寛幸氏

◎材料代実費徴収(3,000円程度)

☆制作した作品は、11月2日の文化祭に
展示いたします。
ぜひ、皆さんご参加ください。



ゴミ減量化講習会

ダンボールコンポストやトラッシュを使用し、家庭の生ゴミを堆肥化します。そして出来た堆肥を肥料として、畑などで利用しましょう。

●日時 10月16日(木)

19:30～

●場所 北中山公民館 大ホール

【北中山地区女性会・

北中山まちづくり委員会】



公民館学級

レザークラフト 教室



◎日時 10月30日(木)～31日(金)

13:30～15:30 2日間通しての製作です。

◎場所 北中山公民館 大ホール

◎講師 高松 夏代氏

◎定員 10名先着順

◎参加費 1,000円(材料費・当日集金)

申込先 北中山公民館 ☎65-1001

キーケースの予定

健康診査を受けましょう

健診を受けるには予約が必要です。電話または下記QRコードからお申込みください。

日時 10月23日(木)
13:00～14:15

会場 北中山公民館

健診等
項目 大腸がん検診
乳がん検診
子宮頸がん検診

予約・
問合せ先 健康づくり課
電話 52-1138



まろやかスパイシー! 北中山地区食生活改善推進員より

『豆乳カレースープ』 材料3人分

鶏もも肉…120g
玉ねぎ…150g
かぼちゃ…120g
ほうれん草…1/2束
サラダ油…大さじ1杯
水…300cc
豆乳(無調整)…200cc
カレー粉…大さじ1杯
固形コンソメ…1個
塩コショウ…少々

*市販のカレールウを使わずにカレー粉を使っているので、塩分もカロリーもカットできます。

一人当たりの栄養価

エネルギー…200 kcal
タンパク質…11.4g
食塩相当量…0.9g

作り方

- ① 玉ねぎは5mmのくし形、かぼちゃは2cm角切り、鶏肉は小さめの一口大に切る。茹でてから2cmの長さに切る。
- ② 鍋に油を入れ、鶏肉を炒める。鶏肉の色が白く変わったら玉ねぎとかぼちゃを入れ、玉ねぎがしんなりしたら水とコンソメを入れる。
- ③ 材料がやわらかくなったらカレー粉と豆乳を入れ、塩コショウで味を整える。ほうれん草を入れて火を止める。

一料理のポイントー

- ・豆乳を入れたら沸騰させない。
- ・ほうれん草の代わりに小松菜でもOKです。

