

◇ 8月の行事予定 ◇

1日(金)	伝統文化子ども教室	9:00~
//	夢まつり準備	17:00~
2日(土)	第27回北中山夢まつり	
3日(日)	休館日	
4日(月)	子どもお抹茶教室	15:40~
//	老人クラブ役員会	19:00~
5日(火)	防災会議役員会	19:30~
6日(水)	伝統文化子ども教室	9:00~
//	民児協定例会	18:30~
//	東陽SC理事会	19:00~
7日(木)	区長会	19:00~
8日(金)	語り部の会	19:00~
9日(土)	伝統文化子ども教室	19:00~
11日(月)	休館日	
12日(火)	休館日	
17日(日)	休館日	
18日(月)	子どもお抹茶教室	15:40~
19日(火)	市長と語り合う会	19:00~
22日(金)	いきいき講座	13:30~
//	愛育会支部長会	19:30~
23日(土)	ウォーターフェス(東陽中)	10:00~
24日(日)	子ども生花教室	9:00~
25日(月)	子どもお抹茶教室	15:40~
26日(火)	休館日	
30日(土)	秋の防災セミナー	13:30~
31日(日)	あじさい重点地区草取り	7:00~

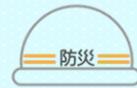
行事日程は都合により変更する場合があります

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

秋の防災セミナーご案内

- とき 8月30日(土)
- 時間 13:30~16:00
- 場所 北中山公民館 大ホール
- 内容 HUGで避難所運営体験
講師 防災士ネットワークさばえ



【北中山地区防災会議】

第3回 健康塾 ご案内

フレイル予防で健康長寿

日時 9月17日(水) 9:30~11:30
 場所 北中山公民館 1階 大ホール
 講師 指輪っかの会
 申し込みは公民館へ ☎65-1001

8月の短歌



【解説】畑に子猿が来ました。二、三匹なら「フ」!!と追い出すのですが、七匹もいると私もちよっとひるみます。早く行け!!と祈るのみでした。

七匹の子猿と三匹も集団で
向い来たれば我もひるみたり
角野よし子

【解説】暑い陽が傾くのを待って気になつていた柿の木の下の草とりをしました。柿の葉のすれ合う音がちよっと涼し気でした。

真夏日の陽の傾くを待ちおろして
柿の葉すれ合う下で草引く
前田よし子

8月 北中山

435号

公民館だより 令和7年7月25日発行

北中山地区の世帯・人口
 (先月との比較)
 世帯数 848世帯(+2)
 人口 2,545人(-1)
 男 1,224人(±0)
 女 1,321人(-1)
 (7月1日現在)

6/29 開催日 「オープンコウミンカン」開催!!

公民館を少しでも身近に感じて欲しいと、公民館敷地全部を使って、オープンコウミンカンを開催しました。藍のたたき染め体験や防災バッグづくりなどのワークショップが大人気!懐かしのWii sportsの体験もありました。また屋外で行われたシャボン玉パフォーマンスは、地区内外からたくさんの方が来てくださり、たいへん盛り上がりしました。



AWADAMAのパフォーマンス



藍のたたき染め体験



防災バッグづくり



Wii sports体験



体育館にエア遊具やワナゲを設置

第29回 東部地区文化講演会

6月28日【土】開催

6月28日(土)、東部地区文化講演会を北中山公民館で開催しました。福井新聞社の森瀬明氏を講師にお迎えし、約80名の参加がありました。

森瀬氏は、ふくい城巡りプロジェクトを企画されており、かねてより「北中山のまちづくり」との関わりが深く、北中山の取り組みについての紹介と共に、お褒めの言葉もいただきました。



《参加者の感想》

三峯城の歴史遺産を地域に知らせて、ふるさと北中山を大切にする運動を評価していただきました。また、御城印の発行や甲冑隊の編成などの活動を、先駆的事例として受け取っていただきました。これからも皆さんと一緒にまちづくり活動を続けたいです。



三峯甲冑隊も登場し、講演会を盛り上げていただきました。

東陽中学生企画! ウォーターフェス開催!

今年の夏は東陽中学生企画の『ウォーターフェス』で盛り上がりよう!!
ミニミニ縁日コーナーもあるよ!遊びに来てね!

いつ 8月23日(土) 10:00~12:00

どこで 東陽中学校グラウンド

だれが 東部4地区に住む中学生・小学生

(※小学3年生以下は保護者同伴)

★詳しくは、学校から配られたチラシをご覧ください。
地区外の学校に通われてる方で、チラシをご希望の方は北中山公民館までご連絡ください。



第27回 北中山 夢まつり 8月2日(土)
 北中山公民館 駐車場
 (雨天の場合は体育館で開催)
 詳しくは7/25放送のプログラムをご覧ください。

健康塾

**認知症を知る
～あったか見守り声かけ講座～**

7月9日(水)第2回目の健康塾が開催されました。鯖江東地域包括支援センターとおしどり荘の方々に来ていただき、認知症の症状や対応について学習しました。「声かけ寸劇」を鑑賞し、対応の心得として以下の3つのポイントを学びました。
1.驚かせない 2.急がせない 3.自尊心を傷つけない
これらを参考に、グループに分かれての声かけ模擬訓練や「どこシル伝言板」の読み取りにチャレンジしました。
また、川端駐在官より、近年の行方不明者の保護事例や、東部地域での一人歩き事例についてお話しいただき、「まずは110番に連絡を」と、対応の基本を教えてくださいました。
参加者からは、「声かけ体験ができて良かった」「とりあえず声をかけてみようと思った」など、積極的な感想が寄せられ、認知症への理解が深まる有意義な時間となりました。



防災訓練



7月20日(日)北中山地区の防災の日に、各町内にて防災訓練を実施しました。
参加した皆さんは、真剣に訓練に取り組んでいました。



令和7年度花のまち倶楽部 始まりました!

花市場の渡辺寛幸氏を講師にお迎えし、ペンタス、シャーロットやセントレア、バラ、ぶどう、斑入りポチュラカ、トウガラシなどを使った涼しげな夏の寄せ植えを教えてくださいました。



**子ども生け花教室
参加者募集!!**

お家に自分で生けたお花を飾ってみましょう!
*日時 8月24日(日) 9:00~10:00
*場所 北中山公民館 1階 調理室
*講師 小林 靖嗣先生
小林 恵子先生
*参加費 800円 当日集金します。
*持ち物 花ばさみ
*定員 先着15名
(定員になり次第、締め切ります)

8月15日(金)までにQRコードからお申込みください。



鯖江市民ラジオ体操デー

7月12日(土)北中山小学校グラウンドにて、市民ラジオ体操デーが行われました。
約200名の参加者は、元気に体操していました。



ぐるっとさぼえ公民館スタンプラリー

市内10地区公民館をめぐるスタンプラリーを実施します。公民館内に設置のオリジナルスタンプを集めながら地域の「イイネ!」をたくさん見つけよう。
5地区以上のスタンプを集めた人全員に参加賞をプレゼント。さらに抽選で素敵な鯖江産品がもらえます。10地区すべてのスタンプを集めた人にはパーフェクト賞を進呈します。
期間: 8月1日(金)~11月30日(日)
問合せ: 生涯学習課 ☎53-2256

ひよこ広場 6月29日(日)

親子ふれあいあそび



北中山地区子育て支援ネットワーク委員会

北中山幼稚園で七夕会 7月7日(月)



北中山地区食生活改善推進員より

《「省塩」で適切な食塩摂取》

「省塩」とは「減塩」と同じく、食事から摂取する食塩を減らすことを言います。
「減塩」と聞くと、「美味しくなさそう」や「物足りなさそう」などのイメージを持っている人もいないでしょうか。福井県の指導により「減塩」を「やってみよう」と前向きに取り組んでもらうよう、「省エネ」とかけて「省塩」という言葉を使って、食生活改善推進員は適切な食塩摂取に向けた取り組みを行います。
食塩を摂りすぎると、血圧が高くなり、その状態が続くと高血圧になります。高血圧は動脈硬化を起こしやすくし、さらには脳卒中や心筋梗塞といった病気のリスクが高まるため、生活習慣病の予防には省塩(減塩)して適切な食塩摂取が重要です。
「省塩」
・家は省エネ。食事は省塩。
・地球環境にやさしいのは省エネ。体内環境にやさしいのは省塩。
・省エネは家計を救う。省塩は家族を救う。
・省塩で育った子は、省塩で育てる親になる。

