



## 北中山公民館学級 大人の遠足 ミステリーツアー



毎年夏休みに小学生向けに開催している『ミステリーバス』。大人向けにも実施して欲しいなあという声にお応えし、初めて計画してみました。子どもと一緒に先行はナイショです。皆様のご参加をお待ちしています。

開催日 令和7年10月4日(土)  
7:15 北中山公民館集合  
7:20出発 18:30到着予定

行先 ナイショ

お昼はホテルのランチbuffet予定

対象 北中山地区在住の成人男女

参加費 8,000円(当日集金します)

申込み 9月1日よりQRコードから

定員 先着25名

(定員になり次第締め切ります)



問い合わせ 北中山公民館 65-1001

## 伝統文化こども教室



北中山小学校の児童が参加し、伝統文化こども教室を開催しました。

講師に井波裕美氏を迎え、最初に浴衣の着付けを習いました。「北中山夢まつり」に向けて、子どもたちは、帯結びを一生懸命学んでいました。



この伝統文化こども教室では、浴衣の着付けやたたみ方の他、ふすまの開け方、食事のマナーなど礼儀作法についても教えていただきました。

### ラジオ体操

やっています!!

原則毎日(休館日以外)※雨天でも開催  
8:30~ウォーキング 8:45~ラジオ体操

参加費無料 申込不要  
どなたでも参加できます!

## 第3回 高齢者学級 交通安全教室

日時 9月10日(水) 9:30~  
会場 北中山公民館 大ホール  
講師 鯖江警察署交通課

KYT(危険予測トレーニング)を行い、高齢者の方の運転改善をめざします。これからの「事故なし安全運転」のために、ぜひご参加ください。

北中山地区老人クラブ連合会

## 高齢者スポレク (公式ワナゲ)大会

スポーツの秋をまもなく迎え、身体を動かすにも良い季節になってきます。今年も高齢者スポレクは『公式ワナゲ大会』が開催されます。ワナゲで一喜一憂してみませんか。なかなか楽しくて、でも結構ムズカシイですよ!チャレンジしてみてください。

■日時 9月27日(土) 9:00~11:00

■場所 北中山公民館 体育館

## ミステリーバス わくわくドキドキ!



7月29日(火)、北中山小学校4・5・6年生22名が参加し、「ミステリーバス」を実施しました。

わくわくドキドキしながら着いた先は、岐阜県の「味の素冷凍食品 中部工場」。ギョーザやエビ寄せフライ・中華丼などを作っています。製造ラインの見学のあと、ギョーザやケーキの試食をさせていただきました。



## 第3回健康塾のお知らせ (第4回 高齢者学級)

### フレイル予防で健康長寿

いつまでも元気に楽しく毎日を送るためには、元気なうちから「フレイル」をよく知り、予防していくことが大切です。

9/17(水) 9:30-11:30 北中山公民館 大ホールにて

◇講師 指輪っかの会

◇持ち物 タオル(汗拭き用) 飲み物(水分補給)  
運動できる服装 屋内用運動靴

## 敬老会のお知らせ

■日時 9月21日(日) 9:00~

■場所 北中山公民館 体育館

日程 9:00~ 式典  
9:30~ アトラクション  
音楽療法 スマイル・あい・ケア  
10:25~ お楽しみ抽選会  
11:00~ 笑いの三笑  
11:05 終了予定



## 第6弾 笑顔の写真展



今年も写真を募集します。

テーマは「ほっこり幸せな笑顔」

素敵な笑顔、幸せいっぱいの写真、ほっこりした瞬間、気持ちが和むかわいいペット等々...見ていて「ほっこり」する写真を募集します。北中山がステキな笑顔でいっぱいになりますように。詳しくは、9月25日発行の公民館だよりでお知らせします。

みんなで歌って健康に♪

## 「北中山元気クラブ合唱団」 を結成しました!!

練習日 原則毎月第2・4金曜日

時間 10:00~11:00

場所 北中山公民館 大ホール

講師 田中幸一氏(磯部町)

参加希望の方は練習日に 9月の練習日  
直接お越しください。 12日(金)  
26日(金)

地域支え合い  
推進員だより

こんにちは!地域支え合い  
推進員の山田幸代です。



~みんなで語ろう、認知症と福祉のこと~

現在、65歳以上の4人に1人が認知症になるといわれており、認知症について正しく理解することがますます重要になっています。「認知症ってどんなこと?」「福祉って何だろう?」そんな疑問や思いをみんなで気軽に話し合ってみませんか?

福祉とは「ふだんの生活のくらしをしあわせにすること」。身近な地域での支え合いについて、一緒に考えてみましょう。

第1回の集まりは 9月19日(金)午前9時から  
北中山の福祉について、みんなで語り合う場を設けます。  
どうぞお気軽にご参加ください!

★北中山地区社協だより★

『一語一縁』第6号が発刊されました。

是非 回覧 をご覧ください。