

◇ 10月の行事予定 ◇

1日(木)	文化祭打合せ	19:00～
2日(金)	語り部の会	19:00～
4日(日)	休館日 三峯草刈	
5日(月)	子どもお抹茶教室	15:30～
6日(火)	鳥獣害対策学習会	19:30～
7日(水)	ハーフバースデー	10:00～
//	ごぼう掘り体験(北小5年生)	13:30～
//	民児協定例会	14:00～
8日(木)	レザークラフト教室～9日	13:30～
//	区長会	19:30～
9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(日)	健康体操と健康ランチ	9:30～
12日(月)	休館日	
13日(火)	休館日	
15日(木)	健康診査(がん検診)	13:00～
//	ゴミ減量化講習会	19:30～
16日(金)	幸齢者学級「己書」に挑戦!!	9:30～
//	愛育会支部長会	19:30～
17日(土)	足形アート・親子ふれあいあそび	10:00～
//	中学生まなび場 ボドゲ×教育	13:30～
18日(日)	休館日 三峯山さんぽ	
19日(月)	子どもお抹茶教室	15:30～
23日(金)	北中山元気クラブ合唱団	10:00～
//	いきいき講座	13:30～
26日(月)	子どもお抹茶教室	15:30～
27日(火)	休館日	
28日(水)	花まち倶楽部	10:00～
31日(土)	文化祭会場準備	9:00～

行事日程は都合により変更する場合があります

北中山小学校・幼稚園 PTA

資源回収

日時 10月17日(土) 小雨決行

※雨天の場合 10月18日(日)
詳しくは、7月にお配りしたチラシをご覧ください。

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1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7弾 笑顔の写真展 今年も開催します。

笑顔というジャンルにはこだわりません。親子のふれあい、動物とのふれあい、自然とのふれあいなどほっこりする作品をお寄せ下さい。何かにチャレンジしている姿なども大歓迎です。

応募期間 2026.9.25(金)～10.23(金)

応募資格 北中山地区民ならどなたでも！

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。写真をプリントアウトして持ち込みされる場合はA4サイズをお願いします。

申込みはこちらから

主催 北中山まちづくり委員会



北中山小5年生、古着を集めています！

総合的な学習でのSDGs活動の一環で子ども服の回収に取り組んでいます！ご協力をお願いします！

【回収対象】子ども服のみ(60cm～160cm)

・洗濯済みの服(ポケットは空)

・下着/靴下/小物/迷彩・ドクロ柄NG

【回収期間】10月21日(水)～11月1日(日)

【回収場所】北中山公民館玄関

※集まった服は難民キャンプ等の子どもたちへ届けます！

10月短歌

眠る前今日の良きことを考えて

小さき喜び夢に持ち込む
前田 やよ子

母様がおわさぬ里は広々と

秋風が撫でる今日一周忌
角野 よし子

【解説】母様が亡くなった里は なんとなく
広々としたもの淋しいです。今日はその母の
一周忌。秋風が私の頬をやさしく撫でてゆき
ます。

【解説】今日一日終わった。色々あったけど、
小さいながらもよかったなあと感じた事を
思い出して、その喜びを夢に持ち込んで眠る
ことに致しましょう!! おやすみなさい...

10月

449号

北中山

公民館だより 令和8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 845世帯(-1)
人口 2,479人(-2)
男 1,198人(-2)
女 1,281人(±0)
(9月1日現在)

全力疾走！

8月22日(土)北中山公民館にて、東陽中学生が企画した「逃走中」が開催されました。

44名の参加者は3つのクラスに分かれ、「逃走中」やミッションに挑戦しました。

また、ミニミニ縁日やボードゲームもあり、かき氷やお菓子すくいを楽しみました。



“ミッション”をクリアして復活カードをゲット！

ボードゲームも楽しみました

ミニミニ縁日



実行委員は、公民館に集まって10回以上打合せをしました





北中山 鳥獣害対策学習会

日時 10月6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

公民館学級 レザークラフト

携帯ショルダーを
作ります

教室



●日時 10月8日(木)ー9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

●講師 高松 夏代氏

●定員 5名先着順

●参加費 3,000円(材料費・当日集金)

申込先 北中山公民館 ☎65-1001



秋の防災セミナー



8月29日(土)に「防災セミナー」が開催されました。今回は、大規模災害が発生すると北中山公民館が指定避難

所になるので、事前に、避難者の受付場所、生活スペースや発熱者の隔離スペース、支援物資の保管場所等をBNS(防災士ネットワークさばえ)の指導のもと「避難所運営マップ」として整理しようとの目的で開催されました。

各町内から区長、副区長、民生児童委員、日赤奉仕団、福祉委員等37名の皆さんに参加いただき、4班に分かれて意見を出しあいました。

今後BNSにて4班の意見をまとめ区長会に説明されます。

また、出来上がったマップは「指定避難所運営マニュアル」に掲載される予定です。



健康体操と健康ランチ

★日時 10月11日(日)
9:30～受付
10:00～健康体操と
糸巻き競馬レース
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

足形アート・ 親子ふれあいあそび

日時 10月17日(土)
9:30～受付 10:00開始

場所 北中山公民館 大ホール

内容 ・はらぺこあおむしアート作り
・親子ふれあいあそび
・大型絵本読み聞かせ
・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〕



幸齢者まなび塾 交通安全教室

9月10日(木) 鯖江警察署交通課から担当者に来ていただき、交通安全教室を実施しました。

生活道路の制限速度引き下げや、自転車に乗るときのヘルメット着用義務について、また、シニアカーの交通ルールについてなどのお話をうかがいました。

その後、参加者は「交通安全神経衰弱ゲーム」を楽しみました。



健康塾 フレイル予防で めざせ100歳!

9月16日(水)に健康塾「フレイル予防教室」が開催されました。

参加者からは「昨年の結果と比べて数値が落ちていたが、歳だからと言わないで頑張りたいと思う」「自分では若いと思っていたが、もっと日々の鍛錬をしないといけないと思った」など感想が聞かれました。



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15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】



秋の寄せ植え講座

～花のまち倶楽部～

●日時 10月28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1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。



秋の味覚 さつまいのかんたんスイーツ 北中山地区食生活改善推進員

『さつまいもち』 作り方

材料5人分

さつまいも…200g
玉ねぎ…150g
砂糖…大さじ1杯と
1/2杯
片栗粉…大さじ1杯と
1/2杯
塩…1つまみ

一人分の栄養価

エネルギー…74 kcal
たんぱく質…0.5g
食塩相当量…0.06g

- ① さつまいもは皮をむき、1センチぐらいの厚さに切り水に5分くらい浸す。
- ② 鍋にさつまいもと水を入れて火にかけ、柔らかくなるまで茹でる。(電子レンジで加熱してもOKです)
- ③ 柔らかくなったさつまいもを鍋から出し潰す。(ゆで汁は捨てる)。
- ④ 冷めないうちに砂糖・片栗粉・塩を入れてよく混ぜる。
- ⑤ 食べやすい大きさに丸め、フライパンで両面をきつね色に焼く。

さつまいもはいも類の中でも食物繊維が豊富に含まれています。食物繊維は腸内細菌のエサになって腸の環境を整え、腸を刺激して排便を促してくれます。また、ビタミンCを多く含むので肌や粘膜を強くし風邪予防に効果があります。寒さや疲労などのストレスでビタミンCが消費されて、免疫力が落ちやすくなるので意識して摂りましょう。

三峯 山さんぽ 2026



秋の三峯を堪能しましょう

■日時 10月18日(日) 小雨決行
■集合時間 9:20 12:00頃終了予定
■集合 上戸町三峯銀杏広場
■申込 詳細は9月25日逡送の
回覧チラシをご覧ください。

主催 三峯城跡保存会

共催 区長会・鯖江市教育委員会・まちづくり委員会
壮年会連絡協議会・北中山公民館

幸齢者まなび塾 第6回「己書」に挑戦!

日時 10月16日(金) 9:30～11:30

講師 己書縁福道場 市橋 由迦里氏

詳しくは全戸配付のチラシをご覧ください

～楽しく学んで元気な体を目指しましょう～

健康体操教室

日時 4回シリーズ

① 11月6日(金) ② 1月15日(金)
③ 2月19日(金) ④ 3月 5日(金)
13:30～15:00

講師 NPO法人 生涯体育学習振興機構
理事長 漆崎 由美 先生

詳しくは全戸配付のチラシをご覧ください

