


まなべっ子支援事業
子ども抹茶教室 
日時 3月9日(土) 9:30~11:00

“ご家族お招き会”
3月23日(土) 10:00~11:30
※奨励証授与式も行います。

子ども百人一首教室


※令和6年度、子ども百人一首の参加者を募集します。詳しくは、学校から配布されるチラシをご覧ください。



自習室開放中!

自習室をご利用の学生さんは、事務所までお声がけください。

中学生以上の学生(大学・専門学校可)さんに自習スペースとして開放しています。
※3月10日(日)は、公民館大掃除のため午前11時までは使えません。

「おしゃべりテレフォン」 高齢者対象
水曜日 9:00~12:00 
電話番号 51-3020
携帯電話からは0778-51-3020

「脳トレコーナー」
1階ロビーに脳トレ問題用紙があります。
誰でもチャレンジできます。

Spring Concert 2024

サクソフォンの演奏
~音色を楽しもう~

奏者 煙谷 惇氏

開催日 3月10日(日)

開演 14:00
(終演予定 15:00)

場所 3階 大ホール

【演奏曲目】
・協奏曲第1番「春」より(ヴィヴァルディ)
・さくら(森山直太郎)・卒業写真(荒井由実)他

入場整理券が必要です。

【主催・問合せ先】鯖江公民館 TEL 51-3010

令和5年度
鯖江地区スポーツ少年団退団式

日時 3月22日(金)
18:00~

場所 嚮陽会館 

主催 鯖江地区スポーツ少年団

お知らせ



おたのしみ交流会は
(6年生対象)
中止になりました。

主催 鯖江地区青少年育成協議会

福祉タクシーチケット交付受付

日時 3月25日(月)

13:30~14:30

場所 鯖江公民館 1階 ロビー

問合せ先 市社会福祉課 ☎53-2217

公民館大掃除について

日時 3月10日(日)

9:00~10:00 

持ち物 雑巾 ひとり1枚

内容 各部屋の窓ふきなど
皆さまのご協力をお願いします。

鯖江公民館

令和6年

みぢかな華 
3月号

令和6年2月25日発行 第617号

発行者 鯖江公民館

〒916-0027

鯖江市桜町1丁目1-16

TEL 0778-51-3010

FAX 0778-51-3011

↑メールアドレス



【公民館学級】

アイシング
クッキー
づくり

2月12日(月・振休)に、「アイシングクッキーづくり体験」を開催しました。

JSAアイシングクッキー認定講師である竹本久美子氏にご指導いただき、2月14日のバレンタインデーに向けて心を込めて作りました。親子での参加もあり、家族に贈るすてきなプレゼントが出来ました。



鯖江地区福祉合同研修会の開催(ご案内)

昨年9月24日に実施した「鯖江市総合防災訓練」や本年元日におきた「能登半島地震」から、市民一人ひとりをはじめ町内会や地域および各種団体が連携して、災害に強いまちに備えるために何ができるかをみなさんと一緒に考えていきたいと思ひます。

たくさんの方の参加をお待ちしています。

日時 3月11日(月) 19:00~20:40

会場 鯖江公民館 3階大ホール

内容 【講演会】「災害に強いまちにするためには」

講師 福井工業高等専門学校 嘱託教授 岡本 拓夫氏

【体験談】「能登半島地震の支援活動をとおして、伝えたいこと」

鯖江市防災危機管理課 棟田 崇仁氏

【3月の休館日】

3日(日)・12日(火)・17日(日)

20日(水・祝)・26日(火)

【鯖江地区の人口】

男:6,161人 女:6,629人 計12,790人
前月比23名減

【鯖江地区の世帯数】

5,173戸 前月比 11減

(令和6年2月1日現在)

SABAEスノーフェスタ2024

つく きすな とも ゆうじょう
 “創ろう絆 灯そう友情のあかり”



イルミネーション点灯!

イルミネーションは1000個のLEDで飾られました。



冬の絵作品展示

1月27日(土)、鯖江公民館にてSABAEスノーフェスタ2024が開催されました。『冬の絵作品展』には、惜陰小・進徳小・鯖江地区の未就学児の皆さんからアイデアいっぱいの冬の思い出の絵が380枚集まりました。また、昔あそびコーナーでは、ふく笑いやこままわし・羽子板・坊主めくり(百人一首)など、お友達や親子と一緒に楽しく遊びました。すごろく大会においては、25名の参加児童で予選会を行い、勝ち抜いた8名の児童が、**巨大すごろく**で決勝戦を行いました。みごと優勝した高田雫香さんには賞状と副賞が贈られました。

イルミネーション点灯式に全員が集まり、会場いっぱいに飾られた雪の結晶・鯖江の産業の眼鏡・漆器を形どったきらきらした光に「わぁ きれいー」と歓声をあげていました。

ご協力いただいた皆様ありがとうございました。

昔あそびコーナー



あやとりで“田んぼ”できたよ!



ゴール目指して
あつーい戦いが続きました。

さばえすごろく大会

田吾作さんもすごろくに
参加しました。



主催:スノーフェスタ実行委員会



大人気のレッサーパンダのふく笑い!



ごえん 誤嚥を予防するために

「シニア・生きがいクラブ」(鯖江地区老人クラブ)の2月例会が2月6日に開催され「介護医療院かがやき」の言語聴覚士の佐々木大介先生に「危険!誤嚥!」をテーマに講演をしていただきました。そのあと参加者と一緒

に唾液腺のマッサージと誤嚥予防体操を行いました。高齢者の肺炎の原因で高い割合を占める誤嚥性肺炎ですが、予防には栄養や運動のほかに、口腔内を清潔に保つことがとても重要だと話されていました。話のあと、佐々木先生の指導で唾液腺のマッサージと誤嚥予防体操を行いました。皆さん、お口の中を清潔に保ちましょう。



誤嚥予防体操

<p>① 姿勢</p> <p>リラックスして腰掛けた姿勢をとります。</p>	<p>② 深呼吸</p> <p>お腹に手をあてて、ゆっくり深呼吸します。</p>	<p>③ 首の体操</p> <p>ゆっくり後ろを振り返る。左右とも行う。</p>	<p>④ 肩の体操</p> <p>両手を頭上に挙げ、左右にゆっくりとさげる。</p>
<p>⑤ 口の体操</p> <p>口を大きく開けたり、口を閉じて歯をしっかりと噛み合わせたりを繰り返す。</p>	<p>⑥ 頬の体操</p> <p>頬をふくらませたり、すぼめたりする。</p>	<p>⑦ 舌の体操</p> <p>舌をべーと出す。舌を喉の奥の方へ引く。</p>	<p>⑧ 発音の練習</p> <p>「パ・ピ・プ・ポ」「パ・タ・カ・ラ」をゆっくり、はっきり、くり返す。</p>
		<p>⑨ 咳ばらい</p> <p>お腹を押さえてエヘンと咳ばらいをする。</p>	