

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

令和5年 8月号 みぢかな華

『市民ラジオ体操デー』開催

7月15日(土) 4年ぶりに鯖江地区の“市民ラジオ体操デー”が西山公園芝生広場で236名が参加して開催されました。

鯖江地区青少協年育成協議会の石田加奈恵さん指導のもと、ラジオ体操第一と第二を参加者全員で行いました。

地域の子もたちの顔を知る機会にもなり、地域の関わりを強化し、子どもたちの安全・防犯につながるきっかけにもなりました。

雨上がりの芝生のグリーンが目によさしく、朝の爽やかな風を受けながらの体操は、とても気持ち良かったです。夏休み期間中、ラジオ体操を町内でも行います。ぜひ、みなさん参加してくださいね。

主催：鯖江地区青少年育成協議会



鯖江地区の人口 男：6,184人 女：6,651 計：12,835人(前月比：16名減)
世帯数 5,170戸(前月比：3戸減) 令和5年7月1日現在

【8月の休館日】1日(火)・6日(日)・11日(金・祝)・15日(火)・20日(日)・29日(火)

【お願い】 鯖江公民館をご利用されている皆さまに節電と省エネのご協力をお願いいたします。エアコンは、事務所にて一括管理となっておりますので、お部屋使用後にも事務所にお声がけくださいますようお願いいたします。また、熱中症予防のためにも、室内でもこまめに水分補給をお願いいたします。

◆育自楽習塾◆

日時 8月22日(火)
13:30~15:00
場所 鯖江公民館 3階大ホール
内容 歌を楽しもう♪
講師 声楽 新海 華子氏

※予定しておりました、鯖江中学校 合唱部は都合により変更になりました。

公民館学級

◆自習室開放◆

中学生以上の学生(大学・専門学校可)に休館日を除く毎日(9:00~21:00)開放しています。

◆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

※希望される方がありましたら、鯖江公民館までお知らせください。

◆脳トレコーナー◆

1階ロビーに問題用紙があります。

誰でもチャレンジできます。



まなべっ子支援事業

8月 おしらせ

子ども百人一首教室

8月の教室は、お休みです。
次回の教室は、9月4日(月)から始まります。
月曜日16:00~17:30



子ども抹茶教室

8月の教室は、お休みです。
9月は、1回です。
9月9日(土) 9:30~11:00



倉庫完成

区長会が建設を進めてきた倉庫がこのほど完成しました。倉庫は公民館第2駐車場に建設され、今後は防災備品等を収める予定です。



鯖江地区老人クラブ連合会スポーツ大会

「ワナゲ大会」



◎団体の部

優勝 舟津町5叔羅会A

2位 有定町有和会

3位 舟津町5叔羅会B

◎男性の部

優勝 前田利昭(舟津町叔羅会)

2位 重野 護(上鯖江町2楽笑会)

3位 坂井正己(住吉町寿会)

◎女性の部

優勝 河崎智嘉子(有定町有和会)

2位 三原まち子(深江町老人クラブ)

3位 黒田美代子(舟津町叔羅会)

6月18日(日) 惜陰小学校に選手役員70名程が集い和気あいあいと競技を楽しみました。初めての試みとして団体戦も行い、初代チャンピオンに「舟津5叔羅会A」が栄冠に輝きました。上位入賞者、団体は次のとおりです。(老人クラブ 藤田)

令和5年度鯖江市健康診査・がん検診

※受診には予約申込が必要です。

日時 令和5年8月27日(日)

8:30~10:30

場所 嚮陽会館

申込方法 LoGoフォームまたは、電話でお申し込みください。



申込先・問合せ先
鯖江市健康づくり課(アイアイ鯖江内)
TEL 52-1138

高齢者世帯の大型ごみ処理のお手伝いをします!

後期高齢者世帯において自己搬出が困難な家庭粗大ごみ・資源物を収集し、代行処理を行います。

※1. 同居家族がいる場合は対象となりません。

※2. 大型家電製品・テレビ・冷蔵庫は、回収できません。

※3. 申請用紙は公民館にあります。

※4. 申請は、地域の民生委員を通してお願いします。

申請期限 令和5年8月31日(木)

実施予定日 令和5年9月10日(日)

問合せ先 鯖江市壮年グループ連絡協議会
担当 山内(連絡先 090-7085-3415)

6月20日(火)に、令和5年度育自楽習塾の開講式が開催され、続いて、第1回目の塾がスタートしました。

「今年も、10月の校外研修を含めて7回の開催があります。毎回楽しみに参加してください。」と宇野館長より挨拶がありました。

今回のテーマは、“**身体をほぐしてリフレッシュ**”です。子ども身体運動発達指導士の宮本真由美氏指導のもと、参加者の皆さんは、指の運動、首のストレッチ、腹式呼吸等、身体全体を使って楽しく身体を動かしてリフレッシュしました。



【複式呼吸】 **448**

お腹周りに効果あり！

4秒で息を鼻から吸いながらお腹を膨らませます。

4秒息を止める。

8秒で息を吐きだしてお腹をへこませます。

【参加者の感想】

- ◎首こり、肩こりが痛かったが体操で、すごく首・肩が楽になりました。
- ◎ちょっとした時間を見つけて体を動かしたいと思います。



七夕に願いをこめて...

7月7日(金)の七夕の日、皆さんの願いが書かれた短冊や飾りをつけた笹竹を、松阜神社に奉納し、夜に開催された『七夕まつり』で、お焚きあげをしていただきました。

皆さんの願いが叶いますように。



子ども抹茶教室に来ている児童たちに、短冊に願いごとを書いてもらい、飾り付けを手伝ってもらいました。



来賓挨拶 佐々木鯖江市長

ひとり暮らし高齢者のつどい
笑顔でふれあい



主催：鯖江市・鯖江市社会福祉協議会・鯖江地区社会福祉協議会

7月4日(火)「鯖江地区ひとり暮らし高齢者のつどい」が開催されました。58名の方が参加され、音楽に合わせて座ったままでもできる簡単体操や鳴子をもったリズム体操など、皆さん生き生きと体を動かされていました。

また、マジックショーも感動の連続で、楽しいひとときを過ごされていました。長寿の秘訣は、周りの人とよく話し、体を動かすことです。これからも健康にお過ごしくださいね。ご協力いただいた団体の皆様、ありがとうございました。



簡単体操 講師：末吉洋美氏



マジックショー 講師：ロイヤル山口氏

第69回鯖江市民スポーツ大会

6月18日(日)から始まった市民スポーツ大会も、残すは、2月のスキー競技のみとなりました。鯖江地区は、多くの種目で、優勝や入賞することが出来ました。出場いただいた選手の皆さんお疲れさまでした。



マレットゴルフ

鯖江公民館の1階ロビーに、市民スポーツ大会の賞状を掲示しました。
公民館にお越しの際は、ぜひ、ご覧ください。

【結果報告】

優勝

- 卓球(男子)・卓球(女子)
- ソフトバレーボール(男子)
- 陸上競技(女子)
- 綱引(男女)
- マレットゴルフ

2位

バレーボール(男子)

3位

ソフトテニス
弓道
バトミントン(男子)



軟式野球

