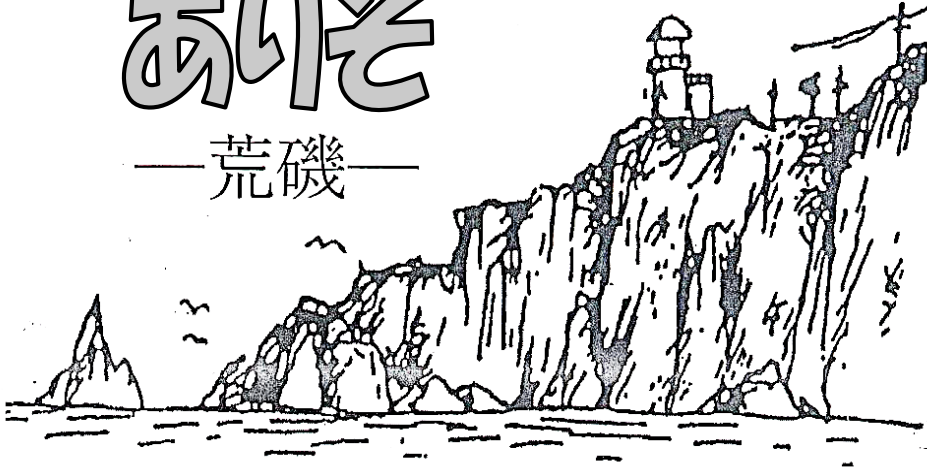


# あいそ

— 荒磯 —



令和4年8月1日  
第302号

編集発行 越前町生涯学習センター  
越前分館  
福井県丹生郡越前町道口1-24-1  
TEL0778-37-7712 / FAX0778-37-1301

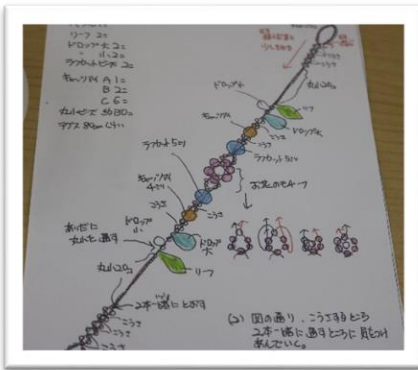
越前地区の人口(7月1日現在)  
4,026人(男 1,959人、女 2,067人)  
前月より6人減  
世帯数 1,575世帯



## 放課後子ども教室事業



### 第3回 青少年塾えちぜん 「ビーズアクセサリー作り」



✦この図案を元に作ります✦

今回はビーズアクセサリー(ブレスレット)作りに挑戦しました。小さなビーズに糸を通していくのですが、交差で編むことによりかわいいブレスレットが完成しました。

✿講師：玉置 琴美先生 ✿ビーズクラブ：中橋さん、仲保さん



糸がなかなかとおらない!!



涼しげなブレスレットができました✿

#### ★塾生からの感想★

- かんたんなところもあるけど、むずかしいところもありました。
- きれいに作れてよかったです。
- むずかしかったけれど、かわいいアクセサリーができました。

### 越前町スポーツ協会越前支部 水泳教室

6月25日、7月2日、3日の3日間、アクティブハウス越前にて、越前町スポーツ協会越前支部主催の水泳教室が開催されました。

四ヶ浦・城崎小学校の1、2年生9人が参加し、イルカクラブ稲沢万里子先生の指導を受け3回の教室で楽しく泳ぎをマスターできるようにがんばりました。浅いプールで浮き方や手や足の使い方の練習をして、流れるプールや深いプールで先生の補助を受けながら泳ぎました。

参加した児童のみなさん、よくがんばりましたね!!



## ～代謝アップ・エクササイズ講座～



えちぜん健康チャレンジ  
対象講座

年齢とともに低下していく基礎代謝。日常的に身体を動かす習慣がなければ、筋肉は減っていき、そのぶん、脂肪が増えやすくなります。ストレッチや筋トレで血流と筋肉量を増やせば、脂肪が燃焼し、代謝アップの効果が期待できます。ボクシングの動きを取り入れたエクササイズもあります。先生からいろいろな運動を学んで、代謝をアップし健康な体をつくりましょう。



- 【日時】 8月26日(金)・9月2日(金) 19:00～20:00
- 【会場】 越前町生涯学習センター 1階 学習室3
- 【講師】 NPO法人生涯体育学習振興機構 インストラクター 加藤 勇輝氏
- 【定員】 10名
- 【受講料】 無料
- 【持ち物】 内ズック、タオル、飲み物、健康チャレンジカード(ある人)
- 【申込先】 越前町生涯学習センター TEL 34-2000
- 【締切】 8月24日(水)

ボクシングの動きを取り入れたエクササイズもあります

## ～手づくりアロマオイル講座～

100%天然素材の精油(エッセンシャルオイル)をブレンドして、アロマオイルを手づくりしてみませんか? いろいろな香りや効能からお好みのものを選んで、自分だけのオイルをつくることができ、マッサージ方法も先生から教えていただけます。

日常生活にアロマを取り入れて、心身ともにリフレッシュしましょう!



- 【日時】 9月1日(木) 19:00～20:30
- 【会場】 織田コミュニティセンター 1階 会議室2
- 【講師】 NPOジャパンハーブソサエティ上級インストラクター 稲葉 美智子氏
- 【定員】 10名
- 【受講料】 1,100円(アロマオイルおよび容器代として)
- 【持ち物】 筆記用具
- 【申込先】 生涯学習センター織田分館 TEL 36-7712
- 【締切】 8月26日(金)

講座当日に顔用・体用のどちらかを選んでつくることができます

## ～ピラティス体験教室～



えちぜん健康チャレンジ  
対象講座

ピラティスはもともとリハビリのために開発された運動であるため、体力がない人や激しい運動が難しい人でも取り組みやすいエクササイズです。

体幹やインナーマッスル(深層筋)を鍛えてバランスのとれた体をつくるほか、下記の効果があります。日々の健康づくりのために体験してみませんか。

- 【日時】 9月8日(木)・15日(木)・22日(木) 19:00～20:30
- 【会場】 宮崎コミュニティセンター 小ホール
- 【講師】 FTP JAPANピラティスインストラクター 碓子 尚美氏
- 【定員】 10名
- 【受講料】 無料
- 【持ち物】 タオル、飲み物、ヨガマット(ある人)  
健康チャレンジカード(ない人にはお渡しします)
- 【申込先】 生涯学習センター宮崎分館 TEL 32-7712
- 【締切】 9月6日(火)  
※定員になり次第締め切らせていただきます

### \*ピラティスの効果\*

- 姿勢を正すことで体の動きを正常化し「基礎代謝アップ」
- 呼吸法を覚えることで「ストレス解消」
- 「体の引き締め効果」
- 「太りにくい疲れにくい体づくり」etc



☆☆☆マスクの着用や手指の消毒などの感染症対策の徹底をお願いします☆☆☆

※新型コロナウイルス感染症の影響により、行事等の全部または一部を中止や変更する場合があります。



# ～地場産野菜を使った～

# パン作り講座



自宅でも簡単に作れる手ごねパンの作り方を教わりましょう。

- 【日時】 9月10日(土) 9:00～12:30
- 【会場】 織田コミュニティセンター 1階 調理室
- 【講師】 野菜ソムリエプロ 水嶋 昭代氏
- 【定員】 10名
- 【受講料】 800円(材料代として)
- 【持ち物】 エプロン、マスク、三角巾、タッパー
- 【申込先】 生涯学習センター織田分館 TEL 36-7712
- 【締切】 9月2日(金)  
※定員になり次第締め切らせていただきます

\*メニュー\*

- ・あんぱん
- ・クリームぱん
- ・カレーぱんなど...

当日のお楽しみです!!

## 越前町文化協議会越前美咲支部からのお知らせ

### ～第40回 夏の陽の音楽祭～

- 【日時】 8月7日(日) 12:30 開場  
13:00 開演
- 【会場】 越前コミュニティセンター  
1階 ふれあいホール



♪皆さまのご来場をお待ちしております♪

♪ 出演 ♪

1. トロピカーナ越前
2. 尺奏 楓の会
3. 音楽ボランティアさくらんぼの会
4. フジ オカリナ演奏
5. 越前町民混声合唱団
6. 越前中学校吹奏楽部



## 越前地域コミュニティ運営委員会 ～みんなで作る地域コミュニティ～



### ～ママ友倶楽部～



この「倶楽部」は、コミュニティセンターの一室を子育て中のお母さんに開放するものです。  
 ☆赤ちゃんがグズってお散歩に出掛けたいけど、お天気が悪くてダメな時  
 ☆ママ友とおしゃべりしたいけど、家にお邪魔するのはちょっと気を使ってしまう時  
 ☆育児の悩みを誰かに相談したいなあという時・・・こんな時に、ぜひご利用ください。




### 8月の開放日 毎週水曜日 <開放時間>10:00～15:00

※10日の開放はお休みです。いずれの講座も状況により中止となる可能性がありますので予めご了承ください。


**足つぼ・脚もみ体験**  
第2の心臓ふくらはぎを揉んで老廃物を流してスッキリ♪

日時 8月3日(水) 10:30～  
講師 小瀧 祐子 氏  
定員 先着5組【要予約】




**ハンドケア講座**  
オイルマッサージで血行を改善♪

日時 8月17日(水) 13:30～  
講師 古川 梓 氏  
定員 先着5組【要予約】




**ママのためのヘッドSPA体験**  
日頃の疲れもすっきりリフレッシュ♪

日時 8月24日(水) 10:30～  
講師 関 幸美 氏  
定員 先着5組【要予約】




**ベビーヨガと足形アート(夏ver.)**  
親子スキンシップの後は赤ちゃんの足形で可愛くアート♡

日時 8月24日(水) 13:30～  
講師 山崎 美芽 氏  
持ち物 パスタオル・赤ちゃんの飲み物  
参加費 500円(材料代) ※額希望の方は+100円



**オイルフットマッサージ体験**  
オイルケアで日頃の疲れを軽減♪

日時 8月31日(水) 10:30～  
講師 古川 梓 氏  
定員 先着5組【要予約】



★ご利用の際は★ コミュニティ窓口にお声掛けいただき、検温と利用者名簿の記入とマスクの着用にご協力をお願いします。  
 【申込み・問合せ先】越前地域コミュニティ運営委員会(ふれあい部会) ☎37-7710





# 生涯学習カレンダー

(生涯学習センター・宮崎・越前・織田・糸生分館 講座等)

日	月	火	水	木	金	土
7月31日	8月1日	8月2日	8月3日	8月4日	8月5日	8月6日
	図書館休館日	福井ライフ・アカデミー共催講座 マジックと心理学 セ10:00～11:30				
8月7日	8月8日	8月9日	8月10日	8月11日	8月12日	8月13日
	図書館休館日			山の日 	図書館休館日	
8月14日	8月15日	8月16日	8月17日	8月18日	8月19日	8月20日
	図書館休館日					
8月21日	8月22日	8月23日	8月24日	8月25日	8月26日	8月27日
	図書館休館日				代謝アップ・エクササイズ講座 セ19:00～20:00	
8月28日	8月29日	8月30日	8月31日	9月1日	9月2日	9月3日
	図書館休館日			手づくりアロマオイル講座 織19:00～20:30	代謝アップ・エクササイズ講座 セ19:00～20:00	

## ※問合せ先

セ：生涯学習センター

TEL34-2000

宮：宮崎分館

TEL32-7712

カ：朝日多目的ホール(カメラホール)

TEL34-2000

越：越前分館

TEL37-7712

糸：生涯学習センター 糸生分館

TEL34-5001

織：織田分館

TEL36-7712

バックナンバーと他の地区の生涯学習センターだよりが町のホームページでご覧いただけます  
越前町公式ホームページ → 広報 → 生涯学習センターだより

## 越前町立図書館 越前分館だより

### 8月の展示特集



季節や時事に応じた本を紹介する特集コーナーを設けています。

- ◆おやこdeコーナー『つくろう★ひんやりデザート』デザートが登場する絵本や料理本を特集します。
- ◆ティーンズコーナー『知っておきたい 気象災害』夏休みに、お天気や津波について学んでみませんか。
- ◆つるかめコーナー『お盆にまつわる小説・怪談小説特集』夏にぴったりの小説はいかがでしょう。

## コミュニティセンターの利用について

利用者の皆さまには、引き続き下記の対策等についてご理解いただきご利用をお願いします。

- ・使用後は、後片付け、清掃を行い、机・椅子等を移動した場合は、元に戻してから退出してください。
- ・マスクの着用、手洗いや手指の消毒、咳エチケットを徹底し、体調不良の方は、利用を控えてください。
- ・3密（密集・密接・密閉）を回避し、ソーシャルディスタンス（1～2m）を確保してください。
- ・1時間ごとに10分程度窓を開けて換気を行ってください。 ・飲食を伴う利用はできません。（水分補給可）
- ・施設、附属設備、備品等を毀損・汚損、又は滅失したときは、事務所にご連絡ください。故意または過失により毀損・汚損、又は滅失した場合は、損害賠償をしていただきます。 ・発生したゴミは、必ずお持ち帰りください。