



越前町生涯学習センターだより

福井県丹生郡越前町内郡13-19-3

Tel 0778-34-2000 E-mail gakusyu@town.echizen.lg.jp

令和4年

9月

VOL.
211

生涯学習センターだよりは10月から全地区で同じ記事になります

今まで越前町生涯学習センターと各分館で発行していたセンターだよりは、10月号から統一し、新「越前町生涯学習センターだより」として主に講座の開催についてお知らせします。今後もよろしくお願ひいたします。



越前町文化協議会朝日支部 街角美術館

越前町生涯学習センターの玄関ホールでは、「街角美術館」と称し、越前町文化協議会朝日部の団体が月替わりで力作を展示しています。センターへお越しの際は、ぜひご覧ください。

9月	すみれ会	1月	書岳会
10月	玄潮歩書道会	2月	紫水会
11月	あさひ川柳会	3月	己書
12月	フォート・アサヒ		



8月展示風景（“ぬう”の会）

講座・教室のご案内



えちぜん健康チャレンジ
対象講座

ロコモ予防体操講座 ~いつまでも元気に動ける体づくり~

いつまでも元気で自立した生活を送るためには、足腰の健康が大事です。加齢とともに低下していく筋肉やバランス機能を鍛えましょう。今回の講座では、「転倒予防」・「筋力低下予防」などに効果のある体操を学びます。自宅でも手軽にできる続けやすい体操で、元気な毎日を目指しましょう！

- 【日時】 9月22日（木）・29日（木） 午後1時30分～2時30分
- 【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 伊藤 紀恵氏 氏
- 【定員】 15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（ない人には当日お渡しします）
- 【申込先】 越前町生涯学習センター TEL 34-2000
- 【締切】 9月20日（火）





野菜と果物の栄養ぎっしり ヘルシー ジャムづくり教室



旬の野菜や果物をつかって2種類のジャムをつくりましょう。

砂糖の代わりにてんさい糖やはちみつを入れるのでとってもヘルシーです。

先生から栄養を逃さない野菜や果物の加工方法・保存のコツなども教えていただけますよ。

【日 時】 9月26日(月) 午前10時～11時30分

【会 場】 越前町生涯学習センター 2階 調理室

【講 師】 福岡 繭香 氏(栄養士・野菜ソムリエプロ)

【定 員】 10名

【受講料】 500円(材料代・瓶代として)

【持ち物】 エプロン、マスク、三角巾

【申込先】 越前町生涯学習センター

TEL 34-2000

【締 切】 9月20日(火)

【共 催】 e-とこ朝日



メニュー

・トマト&オレンジのジャム

(リコピンとビタミンCたっぷり! アンチエイジング)

・にんじん&りんごのジャム

(βカロテンとビタミンCたっぷり! 美肌・粘膜健康)



えちぜん健康チャレンジ
対象講座

～バランスボール教室～

座るだけで、身体のバランスを調整し、ゆがみを整えることのできるバランスボール。手軽に始められ、室内で行えるのも魅力の1つです。

インナーマッスルが鍛えられて基礎代謝が上がり、脂肪を燃焼しやすい身体づくりができます。他にも姿勢がよくなることで血行がよくなり腰痛が緩和するなどたくさんの効果があります。

先生からいろいろなエクササイズを習ってスポーツの秋を楽しみましょう。

【日 時】 10月15日(土) 午後1時～2時

【会 場】 宮崎コミュニティセンター アリーナ

【講 師】 松山 知世 氏

【定 員】 15名

【受講料】 無 料

【持ち物】 タオル、飲み物、健康チャレンジカード(ない人には当日お渡しします)

(ヨガマットがある人は、お持ちください)

【その他】 動きやすい服装でお越しください(裸足で行います)

【申込先】 生涯学習センター宮崎分館 TEL 32-7712

【締 切】 10月13日(木)



バランスボールは
当日貸出します

※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。

☆☆☆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☆☆☆

朝日地区総合文化祭関連のお知らせ

朝日地区総合文化祭を3年ぶりに開催します。
作品展示・芸能発表・フリーマーケットなどを募集しますので、ふるってご応募ください。

【今年のテーマ】

～楽しもう みんなでつなぐ あさひの文化～

期日：令和4年10月29日(土)・30日(日) 場所：越前町生涯学習センター

1. 展示・芸能発表会 一般参加者募集！

創作・芸能活動に励んでいるみなさん、日頃の成果を披露してみませんか。

【応募資格】 朝日地区にお住まいの人

【内容】 作品展示…書道、絵画、写真、工芸など / 芸能発表会…演奏、ダンスなど

【応募方法】 応募用紙を事務局まで提出してください

【締切】 9月16日(金)



2. フリーマーケット 出店者募集！

【開催日時】 10月30日(日) 午前10時～12時

【会場】 越前町生涯学習センター前 駐車場 ※雨天時：エントランスホール(予定)

【応募方法】 応募用紙を事務局まで提出してください

【締切】 9月30日(金)



【文化祭関連のお問合せ・応募先】

朝日地区総合文化祭実行委員会 (越前町生涯学習センター内)

TEL 34-2000 FAX 34-2720

町立図書館からのお知らせ

敬老の日 読書のすすめ

9月19日は敬老の日です。読書推進運動協議会では「心ゆたかに生涯学習」を目的に中高年の方に読書を楽しんでもらうため、毎年推薦本を選定しています。

『枯れてこそ美しく』 戸田奈津子/村瀬実恵子

『91歳。一步一步、また一步。必ず頂上に辿り着く』

道場六三郎

『崑ちゃん90歳 今が一番、健康です!』 大村崑

『世界でいちばん幸せな男』 エディ・ジェイク

『旅の絵本X』 安野光雅

『ちょうどいい孤独』 鎌田實

『老後とピアノ』 稲垣えみ子

『わたしのなつかしい一冊』 池澤夏樹

ほか

おりがみを折って、
貼って、絵を描いて
9月のオリジナル
カレンダー作り
～うさぎ～



2022年9月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

(カレンダー一例)



生涯学習カレンダー

(生涯学習センター・宮崎・越前・織田・系生分館 講座等)

日	月	火	水	木	金	土
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
				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	
9月4日	9月5日	9月6日	9月7日	9月8日	9月9日	9月10日
	図書館休館日			ピラティス体験教室 宮19:00~20:30		パン作り講座 織9:00~12:30
9月11日	9月12日	9月13日	9月14日	9月15日	9月16日	9月17日
	図書館休館日			ピラティス体験教室 宮19:00~20:30		
9月18日	9月19日	9月20日	9月21日	9月22日	9月23日	9月24日
	敬老の日 	図書館休館日		ピラティス体験教室 宮19:00~20:30 ロコモ予防体操講座 セ13:30~14:30	秋分の日	
9月25日	9月26日	9月27日	9月28日	9月29日	9月30日	10月1日
	図書館休館日 ヘルシー ジャムづくり教室 セ10:00~11:30			ロコモ予防体操講座 セ13:30~14:30		
10月2日	10月3日	10月4日	10月5日	10月6日	10月7日	10月8日
	図書館休館日					

※問合せ先

セ：生涯学習センター

TEL34-2000

宮：宮崎分館

TEL32-7712

力：朝日多目的ホール(カメラホール)

TEL34-2000

越：越前分館

TEL37-7712

系：生涯学習センター 系生分館

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