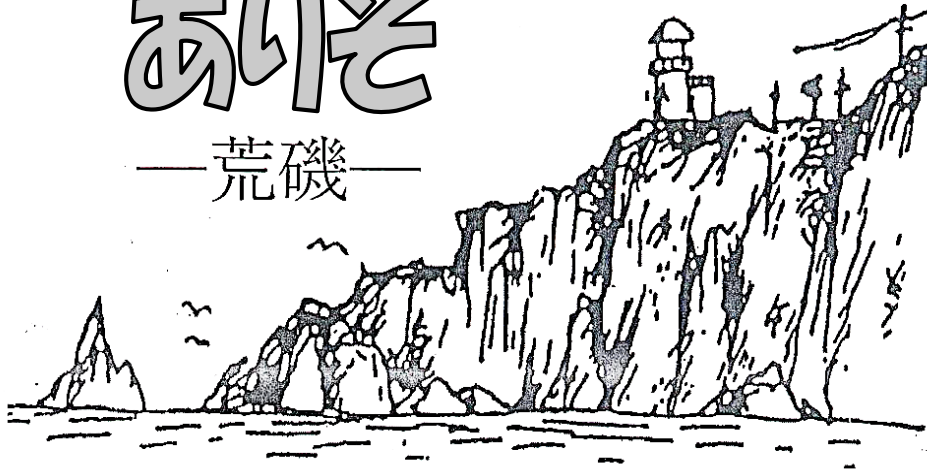


# あいそ

— 荒磯 —



令和4年9月1日  
第303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(8月1日現在)  
4,021人(男 1,960人、女 2,061人)  
前月より5人減  
世帯数 1,576世帯

## 体験学習事業「ふるさとラーニング」

8月5日、越前コミュニティセンターで、体験学習事業「ふるさとラーニング」が行われ、四ヶ浦小学校・城崎小学校4年生15人が参加しました。

段ボールベッドの組み立てや、身の回りにあるものを使ってつくる応急担架づくりなど、地域ボランティアのみなさんのご指導の下、自分の手や身体で体験しながら楽しく学びました。



【防災テントづくり】



【段ボールベッドづくり】



【簡易担架づくり】



【ロープワーク体験】



【模擬せり体験】

地元漁師のみなさんからは、漁や船で実践しているロープの結び方を教わり、これらの結び方が災害時の避難や救助の際にも役立つことを知りました。

「模擬せり体験」では、プロの競り人(町漁協職員)から競りの方法を教わり、実際に行われている競りを楽しみながら体験しました。遊びながら「地元 越前町」のことを知る・学ぶことができ、水産業をより身近に感じられる一日となりました。

## 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、足腰の健康が大切です。  
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) 13:00~14:30
- 【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
- 【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)

## ～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) 13:00~14:00
- 【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



☆☆☆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。

## 越前町立図書館 越前分館だより

図書館では、子どもから大人まで季節や時事に応じた本を紹介するため、特集コーナーを設けています。

**おやこdeコーナー「津波や台風について考える」** ♥エレベーター入口近くにあります。

9月1日は防災の日です。絵本を通して津波や台風について考えてみましょう。

★たいふうがくる みやこし あきこ/作・絵

★笑顔が守った命 津波から150人の子どもを救った保育士たちの実話

あいはら ひろゆき/作 ちゅうがんじ たかむ/絵 他

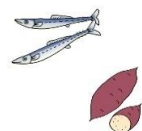


**つるかめコーナー「食と健康の本特集」** ♥カウンター斜め前にあります。

食欲の秋。健康を意識した食事作りの参考になる本を特集します。

★80歳、村上祥子さんの元気の秘訣は超かんたんレンチンごはんだった! 村上 祥子/著

★図解 山の幸・海の幸 薬効・薬膳事典 池上 文雄/著 他



■お知らせ■ 越前分館・宮崎分館の開館時間が変更になります!

10月1日から **開館時間 午前10時~午後6時**

利用者の皆さまにはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。





# 放課後子ども教室事業



## 第4回 青少年塾えちぜん 「バスボム作り」

今回はものづくり講座「バスボム（発泡しながら溶ける入浴剤）作り」を通して、生活の中にある身近な科学を学びました。



①重曹とクエン酸を混ぜます



②混ぜた粉に水を加えて固め、色粉で色をつけます



講師：山崎 美芽さん



③抜き型等でハートや星にしたら  
かわいいバスボムのできあがり☆彡☆

### ♡塾生からの感想♡

- そうじとかに使うじゅうそうを使って作ることを初めて知りました。
- きれいな色が作れてうれしかったです。
- ちょうどいいかたさにするのがむずかしかったです。
- すごくたのしかったです。またやりたいです。

## 越前地域コミュニティ運営委員会 ～みんなでつくる地域コミュニティ～



### 家庭菜園セミナー ～野菜が元気に育ちやすい土作りについて～

- 【日時】 9月5日（月）10：30～12：00  
 【講師】 福井県地域農業支援員 大門 優 氏  
 【定員】 20名（定員になり次第締め切ります）  
 【会場】 越前コミュニティセンター 大会議室  
 【参加費】 無 料  
 【申込先】 越前地域コミュニティ運営委員会（ふれあい部会） ☎37-7710



### ～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。

### 9月の開放日 毎週水曜日 <開放時間>10:00～15:00

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。

#### アロママッサージ体験

アロマの香りですっきりリフレッシュ♪  
 日時 9月7日（水）10:30～  
 講師 小瀧 祐子 氏  
 定員 先着5組【要予約】



#### ママのためのヘッドスパ体験

日頃の疲れもすっきりリフレッシュ♪  
 日時 9月14日（水）10:30～  
 講師 関 幸美 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、検温とマスクの着用にご協力をお願いします。

#### ベビーヨガと足形アート

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 9月21日（水）13:30～  
 講師 山崎 美芽 氏  
 持ち物 バスタオル・赤ちゃんの飲み物  
 参加費 500円（材料代）※額希望の方は+100円



【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
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			ロコモ予防 体操講座 セ13:30~14:30		

### ※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
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

## 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、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。  
今後ともよろしくお願いいたします。