

清水北公民館だより

令和2年12月5日発行 第135号 清水北公民館

☎ 98-5477

Mail-Address skita-k@mx3.fctv.ne.jp

清水北地区の人口
(対前月比)
男 1164人(-2)
女 1196人(-3)
計 2360人(-5)
893世帯 (+3)
(R2. 11. 1現在)

早いもので、今年も残すところ1ヶ月を切りました。師走を迎え、何かと行事も多く、気ぜわしい毎日をお過ごしのことと思います。新型コロナの感染拡大の勢いも収まらず、福井県感染拡大注意報も12月10日(木)まで延長されました。また、これからインフルエンザやノロウイルスをはじめ、様々な感染症の流行期に入ります。楽しいクリスマス、年末年始を過ごせるように、今一度、自らの行動を見直し、正しい感染症対策を徹底し、「うつさない」「うつらない」行動を心掛けましょう。

感染予防対策の再徹底！

- ①健康観察の徹底(毎日の検温、体調がすぐれない場合は無理をしない)
- ②マスクの着用の徹底
- ③手洗い、手指の消毒の徹底
- ④ソーシャルディスタンスの確保(1mを目安に)
- ⑤3密(密閉・密集・密接)を避ける、大声を出さない
- ⑥寒い環境でも換気の実施
- ⑦適度な保湿(湿度40%以上を目安に)
- ⑧健康管理の徹底(十分な睡眠、適度な運動、バランスのとれた食事)
- ⑨人込みや感染拡大地域への外出を控える



感染リスクが高まる「5つの場面」に注意

- 場面① 飲酒を伴う懇親会等
- 場面② 大人数や長時間におよぶ飲食
- 場面③ マスクなしでの会話
- 場面④ 狭い空間での共同生活
- 場面⑤ 居場所の切り替わり
(休憩室、喫煙所、更衣室など)

公民館事業の対応について (当面の間)

- 使用時間：9時～21時(日曜は17時まで)
※夜間の予約がない日は17時閉館
- 同時使用：可能
- 貸館：2時間/回
- 自主グループ：2時間/回
- 事業：室内は2時間/回

- ・マスク着用の徹底
- ・入館時の手指消毒
- ・自宅での検温
- ・入館簿の記載

※今後の感染状況により、適宜見直しを行う。

【11月教育事業の様子】

11月8日(日) オリジナルマスクケース作り【7名参加】

〈いきいき健康教室〉



網代編みについて、マスクケースの作り方について説明を受けた後、自分のお好みのクラフトバンド選びからスタート。編み方が意外と難しく、はじめは四苦八苦している様子でしたが、コツを理解すると、みなさん、楽しみながら編み進めていました。

11月13日(金) ウォーキング教室【17名参加】

〈いきいき健康教室〉



正しい歩き方や準備運動の仕方を知ることで、腰や膝に負担をかけず、また怪我をすることなく健康的な身体づくりができます。特に歩き方では腕の振り方、目線、体重の移動の仕方などのポイントを学びました。

11月21日(土) 秋の休み子ども料理教室【12名参加】

〈清水北っこ教室〉



公民館で育てたサツマイモを使って、「サツマイモときのこの炊き込みご飯」と「スイートポテト」を作りました。包丁の使い方、手の添え方に注意しながら、固いサツマイモも上手に切ることができました。色々な形のスイートポテトが焼き上がっていました。

11月24日(火) 食育講座「子どもの食」【17名参加】

〈すくすく教室〉



こども園の給食の先生と一緒に子どもの食について学習しました。園児が食事をしている様子や給食メニュー等の紹介があり、手づかみ食べや噛むことの大切さ、味付けや調理方法などについて学びました。一人ずつ個別に話をきく時間を設けました。

11月29日(日) 秋の里山トレッキング&ネイチャーゲーム【38名参加】

共催：清水北地区里山の会

〈環境学習〉〈まんまる会(人材育成事業)〉

天気にも恵まれ、爽やかな秋晴れの中、赤や黄色に色づいた落ち葉いっぱいの山道を、休憩をはさみながらゆっくり歩き、秋の里山を満喫しました。途中で行われたネイチャーゲームでは、森の中で目を閉じて、耳を澄まし、聴こえてくる自然の音を楽しみました。

最後に、参加者のみなさんには、まんまる会が手作りした「あぶらあげごはんおにぎり」と「大学芋」をお持ち帰りいただきました。



落ち葉や丸太で遊びました。



自然の音を楽しみました。

【12月・1月 教育事業のご案内】

※教育事業に参加の際は、ご自宅での検温、マスクの着用にご協力をお願いします。
※新型コロナウイルス感染状況により、事業を延期または中止する場合があります。

【いきいき健康教室】

●からだに優しい米粉スイーツ教室

12月13日(日)10:00~12:00

講師:寺坂 大地氏(あさひ愛農園代表)

会場:清水北公民館 調理室・小会議室

定員:10名(先着順) ※要申込

参加費:700円(当日、集めます)

持ち物:エプロン、三角巾、手拭きタオル

※定員に達したので、申込受付は終了しました。



米粉を使い、
無添加で
甘さひかえめで、
ヘルシーな
ロールケーキを
作ります。

【おとな塾】

●門松寄せ植え教室

12月19日(土)13:30~15:00

講師:渡辺 寛幸氏(花市場)

会場:清水北公民館 ホール

参加費:2700円(材料費)

持ち物:エプロン、軍手、作品を入れる袋

お正月は手作りの門松を飾ってみませんか? 門松をコンパクトに寄せ植えます。親子での参加もOKです。



【青年教育事業】

●清水北地区新成人のつどい

1月9日(土)13:00~15:00 (受付12:30~)

会場:清水北公民館 ホール

対象:令和3年、成人式を迎える方

※11月20日に「清水北地区新成人のつどい」の案内状を発送しました。12月13日(日)までに、出欠の返信をお願いします。

◎福井市成人式

詳しくは福井市HPを確認してください。

日時:1月10日(日) 会場:フェニックス・プラザ

第1部 12:30~13:00 第2部 15:00~15:30

※今年は2部構成での開催です。インターネットでのライブ配信もあります。清水中学校を卒業した方は、第2部です。

※福井市成人式の案内状は12月上旬ごろに郵送されます。

※福井市外に在住する人で、福井市成人式に参加を希望する方、案内状をなくされた方は公民館までお問い合わせください。

◎開催中止のお知らせ

例年、年末に開催している餅つき交流会は、新型コロナウイルス感染拡大防止を鑑み、今年は中止いたします。

◎清水北公民館大掃除のお願い

日時:12月20日(日) 10時~12時

持ち物:ガラス拭き用布



公民館の窓拭き及びワックスがけを行います。公民館協力委員のみなさま、ご協力をよろしくお願い申し上げます。都合が悪い場合は代理の方の出席をお願いします。※20日(日)の振替休日として、27日(日)は休館とさせていただきます。ご注意ください。

放送大学で学んでみませんか

入学試験はありません。文部科学省・総務省所管の正規の通信制大学です。仕事をしながら、テレビ(BS放送)やインターネットで、好きな時間・好きな場所でマイペースに勉強することができます。生涯学習にも最適、キャリアアップや資格取得も目指せます。

4月入学生の入学願書受付中 3月16日まで(必着)

○資料請求(無料)・お問い合わせ先

放送大学福井学習センター TEL 0776-22-6361
〒910-0858 福井市手寄1丁目4-1(アオッサ7階)

不死鳥のねがい(福井市市民憲章)

わたしたちは 不死鳥福井の市民であることに誇りと責任を感じ 郷土の繁栄と幸福をきずくため 力をあわせ 不屈の気概をもって このねがいをつらぬきましょう。

- 1 すすんで 親切をつくり 愛情ゆたかなまちをつくりましょう
(あいさつで ふれあうよろこび 深める絆) **親切奉仕**
- 2 すすんで 健康にこころがけ 明朗で活気あるまちをつくりましょう
(スポーツで 広がれつながれ 元気の輪) **健康増進**
- 3 すすんで くふうをこらし 清潔で美しいまちをつくりましょう
(ふるさとを 今よりもっと 美しく) **郷土美化**
- 4 すすんで きまりを守り 安全で住みよいまちをつくりましょう
(たかめよう 交通マナーと 防災意識) **安全安心**
- 5 すすんで 教育を重んじ 清新な文化のまちをつくりましょう
(ふくいの魅力 学んで知って 広めよう) **文化教養**

(昭和39年6月28日制定)

不死鳥のねがい(福井市市民憲章)推進協議会

【公民館からのお知らせ】

・コロナで暗くなりがちな心を少しでも元気にしたい、和やかにしたいと思い、公民館職員でPETボトルツリーを製作しました。玄関や会議室に飾っています。一日も早いコロナの終息を願うばかりです。

・年末が12月26日(土)まで、年始は1月5日(火)より開館いたします。今年も、地域のみなさまには、公民館事業・活動にご参加、ご協力いただきありがとうございました。来年もどうぞ、よろしくお願いいたします。よいお年をお迎えください。



★休館日のお知らせ★

12月 7日 14日 21日 27日(20日振休) 28日~31日
1月 1~4日 11日 12日 17日 18日 25日

【開館時間】 9時~21時 ※夜間の予約のない日は17時閉館
9時~17時 (日曜日)