

SUN・山
サン・サン

ふるさと国高

12月号

発行
越前市国高二丁目324-13
国高地区自治振興会・国高公民館
TEL 23-4601 FAX 22-8699
Eメール(自治) kunitaka@es.ttn.ne.jp
(公民館) kunitaka_ko@city.echizen.lg.jp
世帯数 4,647世帯 人口 11,730人(11/1現在)

健康スポーツ部

国高健康まつり

11月5日(日)に開催しました

3歳児虫歯のない子表彰式では賞状とメダルをもらった子どもたちがうれしそうな笑顔を見せていました。また、健康チェックコーナーや食生活改善推進員による試食コーナーでは日頃の食生活や健康管理を見直す良い機会になりました。



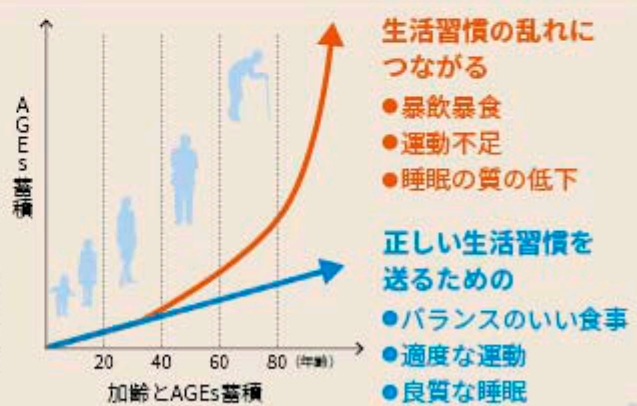
健康まつりでの展示物:

- 動脈硬化に注意 (Arteriosclerosis awareness)
- 胎中とその予防 (Pregnancy and prevention)
- 責任は歯の100メーター (Dental health responsibility)
- 歯周病の予防 (Periodontitis prevention)
- 食生活改善推進員 (Dietary improvement promoters)
- 元気な円満家族 (Healthy and harmonious family)

健康チェックコーナーではこんな体験ができました!

「体のサビをチェック!」あなたは大丈夫?
機械に指を乗せて数十秒・・・
最近注目されているAGEsスコアを計測しました。

AGEsって???
最終糖化産物 (Advanced Glycation Endproducts) は老化物質のひとつです。暴飲暴食や運動不足などにより体内に蓄積されると、肌・血管・骨などのコラーゲンがもろくなり、体の機能に様々な悪影響を及ぼします。



子ども達の安全を見守るために

10月26日(木)に、見守り隊研修会を開催し、越前警察署、国高交番、国高小学校校長からお話を伺いました。これから日の入りが早くなるので夕暮れ時間帯に注意することなど、登下校時の交通安全について学ぶことが出来ました。

キッズセーフ等の情報を活かしながら関係者が連携し、安心・安全な地域づくりを目指します!



見守り隊の活動が子ども達の安心につながっています

社会福祉部

1人暮らしの食事サービスを実施

今年も11月11日(土)・12日(日)に、70歳以上の1人暮らしの方とのコミュニケーションを深めることと併せ、見守りを目的として189名(昨年度は178名)の方にお弁当とお茶をお届けする「食事サービス事業」を行いました。

今年も市販の弁当のお届けとなりましたが、「楽しみにまわっていました。いつもありがとう!」と感謝の言葉をいただくなど、一人暮らしの方との交流を図ることができました。

社会福祉部長 大川



ウェブベルマークにご協力お願いします!

国高小学校より

国高小PTAでは、昨年度よりウェブベルマークを始めました!ウェブベルマークのホームページに立ち寄った後、ネットショッピングをしていただくことで、ベルマーク得点が国高小学校に加算されるものです。これまでも地区のみなさまのご協力により、ベルマークで多くの教育用品をいただくことができました。



ウェブベルマーク
ホームページ

今後は、国高地区のみなさまだけでなく、地区以外のご家族や親戚、お友達や会社でのマイページ登録のお声掛けにより、多くの方のご協力を期待しております。

ウェブベルマーク点数ランキング

越前市では…	2位 (15校中)
福井県では…	9位 (205校中)
全国では…	2,168位 (25,910校中)

めざせ1位



がんばろう!



ウェブベルマーク
登録用QRコード

巣籠もりを経て

ちよつと前のはなしにはなりますが、コロナ禍の外出自粛期間に興味のゲームをするため、自作PCに挑戦しました。



普通パソコンを買うといえ、家電量販店でノートパソコンを買ったり出来上がったデスクトップパソコンを買うのが主流だと思いましたが、私は自分でパーツを一個ずつ選んで組み立てる自作PCにしました。右も左もわからない状態でしたが、事前にインターネットでパーツの選び方、パソコンの組立て方を入念にしました。いざ組むとなった際は、パーツ一個一個の値段も高く失敗できないと思いきドキドキしながら挑みました。

3時間ほどで組立てが終わりパソコンがしっかり起動したときは、とても達成感があり嬉しくなりました。実際こうしてパソコンを買う人は少ないと思いますが、パーツ選びから組立てまでやってみないとわからない楽しさがあるので、興味のある方はぜひ挑戦してみてください!

広報部 Y.A.



国高ハーモニカクラブ

開講日

第1~4木曜日 午後1時30分~3時30分

自主講座体当たりレポート



代表：高田雄治さん

コメント：ハーモニカの演奏を通じ、日々の生活をエンジョイします。

今回ご紹介する自主講座は、「国高ハーモニカクラブ」さんです。取材にお邪魔した時は、10月の地区文化祭が終わり次の練習曲を考えておられました。音楽を奏するという事に縁の無い私は、懐かしい五線譜を眺めながら少し緊張していましたが、練習曲の「富士山」「夏の思い出」「証城寺の狸ばやし」などを聞くにつれ気分もほぐれていきました。始めたきっかけは家に息子のハーモニカがあったからというお話も伺い、あ~そういえばどの家にも大抵一つはあったはず、と追想していました。

上達には目標が必要ですがコロナ禍で施設ボランティ

アも無くなり、現在は文化祭、福井、膳山の仲間と発表会の開催などをされているようです。何よりも、ハーモニカは気軽に始められ、仲間と楽しい時間を過ごせるのが幸せというお話が印象に残りました。もし戸棚の引き出しに眠っているハーモニカがあったら、再び触れてみるのも良いかもしれませんね。

広報部 K.I.



お問合せ先：国高公民館 ☎23-4601

満月の夜に クリスタルボウル

地域実践座

10月29日、満月の夜にクリスタルボウル奏者の酒井美貴さんをお迎えし、演奏会を開催しました。楽器の説明をお聞きした後、会場の照明を落として演奏が始まりました。床にゴロンと寝て目を閉じると、心地よい音色と波動が身体を包み込んでくれました。



公民館学級の様子を紹介しま〜す

食を考える① 石窯で手づくりピザ



11月18日、白山公民館を会場に石窯で焼く手作りピザづくりを実施しました。この日は風が強く、時折あられが混じる冬のお天気でしたが、石窯指導をしていただいた三田村さん（水辺の会）に、熱せられた石窯でピザを焼いていただきました。強風で石窯内に煙が吹き込み、ピザが焦けてちょっと黒くなってしまいましたが、お味は抜群でした。



地域実践座

原木しいたけ 菌打ち体験

しあわせ大学

11月7日、県丹南農林総合事務所「もり人づくり普及事業」のしいたけ植菌体験を開催しました。クヌギとコナラの原木にドリルで穴をあけ、そこに種菌を木槌で打ち込みます。この原木を日陰に置き、保湿などを心がければ2年後には美味しいしいたけが収穫できるそうです。楽しみ〜！



落花生収穫体験

放課後子ども教室



11月2日、公民館のミニ畑に植えられた落花生の収穫作業を行いました。6月の苗植えから夏の草むしりなど子どもたちが頑張ってお世話をしました。落花生が土の中で育つことを初めて知る子もいて、楽しい食育体験となりました。

国高児童センター

ほっぺ&ほっほクラブのお知らせ

お子さんと保護者の方が、楽しく遊んだり、気軽に交流できる場として児童センターを開放しております。お友達作りの場、息抜きの場として、ぜひ児童センターをご利用ください。

- 1/11 親子教室「ぜんざい会」
- 1/18 赤ちゃん教室「節分おに」
- 1/25 親子教室「節分・豆まき」



赤ちゃん教室：0歳児対象 親子教室：1~3歳児対象

時間は午前10時半~11時半頃まで

〈申込み・問合せ〉国高児童センター ☎21-5055

ほっぺ&ほっほで楽しい時間!(^^)!



11/2 親子料理 食生活改善推進員のみなさんにご指導いただき、甘くておいしいスイートポテトを作りました。



11/9 ほっほまつり 魚釣り、ガチャガチャ、お店屋さんなどでお祭り気分を味わいました。社会福祉部員がお手伝いをしていただきました。

自家用車の相乗りにご協力をお願いします

〔国高公民館運営協議会〕

国高交番だより

越前警察署 Tel.24-0110



交通安全ワンポイントアドバイス

◆ブラックアイスバーンって知っていますか?◆

これからの季節、積雪や凍結で車や自転車で走るのがとても危険な季節です。降雪路面や白く凍結した路面は分かりやすく、多くの方は注意しますが、非常に危険なのが「ブラックアイスバーン」です。

降雪のない路面で、空気中の水蒸気が路面に付着し、融雪した水分が路面に残った状態の時に、外気が冷え込み凍結すると氷の膜が路面に出来て、路面が濡れた様に黒く見える状態のことです。

一目では道路が濡れているだけにしか見えませんが、氷の膜なのでスケートリンクの様に非常に滑りやすく、夜間は特に気づきにくいので要注意を!

「道路が白くないから・・・」と安心せず、冬場は



- 速度はゆっくり、気持ちに余裕を
- 車間距離は広く、慌てず焦らず落ち着いてを合言葉に安全運転に心がけましょう!!

消防だより

南越消防組合 東消防署 Tel.43-0119

◆◆ 暖房器具には危険が潜んでいます!! ◆◆

これから寒くなるにつれて、暖房器具の使用頻度が高くなり、火災が多く発生する季節となります。暖房器具の取扱いには十分に注意し点検を行いましょう!!

◆ 暖房器具の使用にあたって注意すること ◆

- 燃料の誤給油に注意する。ストーブには、燃えやすいものを近づけない。
- 耐震自動消火装置が、正常に作動するか定期的に確認する。
- 寝る時や外出する時には、必ず火の元を確認する。
- 暖房器具の上や近くで、洗濯物を乾燥するなど、燃えやすいものは近づけない。
- 灯油を使用する暖房器具では、一酸化炭素中毒に気を付ける。一酸化炭素は無色・無臭で気づきにくい為、こまめに換気を行いましょう。



令和5年度 二十歳の式典のご案内

令和5年度越前市「二十歳の式典」は、今年度二十歳になられる方を対象に開催します。また、混雑を避けるため、当日の受付は、式典会場内で二次元バーコードを読み込む方法とします。

日時 令和6年1月7日(日) 13:30～14:45
(受付12:30～)

会場 越前市文化センター 大ホール

開催の判断

自然災害等により交通機関がマヒするなど、開催が著しく困難な場合は、二十歳の式典を延期し、令和6年3月20日(水・春分の日)に開催します。(時間・会場は変更ありません。)この場合は、直前の判断となることもあります。※参加できない方のため、当日の式典の様子をライブ配信します。 ※会場への入場は、二十歳を迎えられる方のみとします。 ※式典後、各地区公民館等で市主催の「地区のつどい」を開催します。 ※周辺道路は混雑が予想されます。車でのご来場はなるべく控えてください。 ※越前市に住民票のある方には、11月中旬に案内をお送りしております。

※市外から参加希望の方は、右の二次元バーコードからお申込みいただくか、

市外転出者申込み
二次元バーコード



問い合わせ

越前市教育委員会 生涯学習・芸術文化課
TEL:0778-22-7459 FAX:0778-22-7497
E-mail:gakusyuu@city.echizen.lg.jp
担当:竹内

{ 再開 }

国高ペンリレー

コロナモードがようやく開けてきて、以前と同じとまではいきませんが学校や地域の行事が戻り活気が出てきたように思います。今まで当たり前だった事がこの何年間出来なくて、大人も子供達ももどかしい思いをしてきました。復活してきた今、1つ1つの行事を大切に思い切り楽しんでいきたいと思っています。

イニシャル Y

編集後記

2023年も終わろうとしています。5月にはコロナが5類に変更となり以前の日常が戻りつつありますが、どのような1年だったでしょうか。個人的には様々なことが起こり、まあまあ大変な1年でしたが、残りわずかを神社にお祓いに行き乗り切ろうとしています(笑笑)。自らの人生を顧みて反省しつつ、来年はもう少し穏やかに過ごせるよう祈るばかりです。来年は私の大好きな“龍”の年。いいことがあるといいなあ。



すべての事業、イベント等については、状況により中止または延期になる場合があります。

休館日: 毎週月曜日、
12/17(日) 12:00～22:00
ワックス掛け
12/28(木)～1/4(木) 年末年始
1/9(火) 振替
開館時間: 午前9時～午後10時

広報「ふるさと国高」は越前市のホームページでご覧いただけます。



越前市
国高地区
地域安全マップ
「キッズセーフ」



Instagram
「国高ちく」
情報
発信中!



KUNITAKA4361