

SUN・山
サン・サン

ふるさと国高

4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 4,622世帯 人口 11,712人(3/1現在)

ご卒業おめでとうございます

武生第三中学校 第71回 卒業証書授与式

3月14日、第71回卒業式が行われ、119名が無事卒業しました。コロナ禍の3年間でしたが、立派に成長した姿に感動しました。みなさんの前途に幸多かれと心から祈ります。



国高小学校 第114回 卒業証書授与式

3月15日、とても暖かいうさしい春の光の中、国高小学校の卒業式がありました。115名のみなさん、ご卒業おめでとうございます。6年間の成長を糧にして、一度しかない自分の人生を、たくましく生き抜いてくれることを心から祈っています。



今年から始まります! 「二十歳の自分への手紙」

二十歳になった自分への手紙を小学校6年生のみなさんに書いていただきました。8年間大切に保管し、地区の「二十歳のつどい」でお渡しします。

3月8日に小学校体育館にて、手紙を保管箱に収めるセレモニーを行いました。クラスごとにまとめられた手紙をケースに入れ、カギをかけました。8年後、健やかに成長された皆さんに笑顔で再会できることを楽しみにしています!



雪どけクリーン作戦できれいなふるさと国高を!

3月19日(日)雪どけクリーン作戦が実施されました。土砂の回収やゴミ拾いなど、地域の皆さまのご協力により大変きれいになりました。



健康講演会

普段は意識しない自分の体の状態を
することができて大変良かったです！

ストレッチで体がスッキリしました。



健康スポーツ部

健康
ミニまつり
開催！

2月26日(日)に健康講演会&健康チェック等を行いました。白崎浩美先生の講演「座ったままストレッチ」では、お話をお聞きしながら、音楽に合わせて体を動かし、普段の姿勢で凝り固まっている筋肉をほぐしました。

また、健康チェック・健康相談コーナーでは、様々な角度から現在の健康状態を把握していただきました。小さなお子さんからご高齢の方まで幅広い世代の32名の方にご参加いただき、あっという間に時間が過ぎました。

健康相談コーナー



健康チェックコーナー



令和5年度 国高地区自治振興会総会

みんなでつくり
笑顔いっぱい・元気いっぱい
夢あるまちを



日時 5月14日(日) 午後7時～ 会場 国高公民館 2階 講堂

総会は令和4年度事業報告及び決算報告、令和5年度事業計画(案)、予算(案)等を審議する重要な会議です。各町内の代議員の方はご出席ください。



「バターボックス」

いよいよ新年度に入りました。コロナ禍で生活環境が大きく変化しましたが、徐々に戻りつつあります。学校生活、イベント計画、ご近所付き合いなどワクワクする事もありますが、これらの変化は案外大きなストレスにもなる方もおられるかもしれません。そんな時ストレスを解消する方法として、短時間でも集中し気分転換できる事を見つけることはとても良いそうです。

そこで、国高公民館の自主講座はその入り口にとても良いと思いました。テレビCMで87歳の若宮正子さんも言っています。

「とにかくバターボックスに
立ってバットを振ってみたら
当たっちゃったんですよ！」

振って当たらなくても次のやってみよう、くらいの気持ちで日々の生活に一つ楽しみを加えてみるのも良いかもしれません。

広報部 K.I.



3密を避けて、うがい、手洗い、マスク

シニアラージボール卓球水曜会

自主講座体当たりレポート

活動日 毎月第1～4水曜日 午後1時～3時



今回はシニアラージボール卓球水曜会を紹介させていただきます。現在クラブでは60代～80代の総勢12名で毎週水曜日午後1時～3時まで国高公民館で元気いっぱい活動しています。皆さん普通の卓球は知っていると思いますが、ラージボール卓球ってご存知ですか？

ラージボール卓球は普通の卓球よりネットは通常より2cm高く、球の直径が4mm大きいのに軽く、ゆっくり飛び、回転量も少ないので、ボールの弧線が高くなりラリーが続きやすいのが特徴です。ラリーが続きやすいので初心者か

ら高齢者まで年齢を問わずラージ人口は年々増加の一途をたどっているそうです。室内競技ですので季節や天候にも左右されず1年を通して楽しめるのもまた魅力です。

参加者の皆さんは身体と脳をふんだんに使い、いきいきとラリーを楽しんでおられます。ラリーが終われば自然と笑顔も溢れていました。クラブでは生涯スポーツとしてメンバーを募集しています。体を動かすチャンスです。経験のない方でも少しでも興味のある方はぜひ体験してみてくださいはいかがでしょうか？ 広報部 Y.



お問合せ先：国高公民館 ☎23-4601

公民館学級の様子を紹介しま～す

地域実践座：米粉パンづくり講座

3月11日、「とことんお米倶楽部」の方にご指導いただき、米粉を使った手捏ねパンづくりの講座を開催しました。今回は調理機器の関係で、市生涯学習センターを会場に、粉から生地を捏ねて、あんパンやレーズンパンなど6種類を焼きました。出来たて米粉パンはふっくらモチモチで大満足の出来上がりとなりました。



国高児童センター

ほっぺ&ほっほクラブのお知らせ

0～3歳頃までの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いております。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！

5/11 ☺ 親子教室「リトミックで遊ぼう」

5/18 ☺ 赤ちゃん教室「お昼寝アート：フルーツバスケット」

5/25 ☺ 親子教室「ミニミニ運動会」

※親子教室：1～3歳児対象、赤ちゃん教室：0歳児対象
時間は毎回、午前10時半～11時半頃までとなります。

〈申込み・問合せ〉国高児童センター ☎21-5055



春支度作業を実施しました

3月4日（土）、くすのき街道とはなみずき街道の看板設置とゴミ拾い清掃作業を行いました。



村国山遊歩道を整備しました

3月12日（日）、市民の森ワークショップと一緒に村国山の遊歩道の整備を行いました。



グリーンクラブ

受動喫煙防止にご協力ください 〔国高公民館運営協議会〕

消防だより 南越消防組合 東消防署 Tel.43-0119

◆◆ 山林での火事にご用心! ◆◆

林野火災は春先にかけて多く発生し、悪条件が重なれば火災が拡大し、広範囲に渡って山林が燃えてしまいます。過去には、たき火の拡大により大きな火災に至ってしまうことがありました。火の取り扱いには十分注意して、かけがえのない貴重な山林を火災から守りましょう。

★なぜ、春に山火事が多く発生するの？

- 春や秋など空気が乾燥している
- 落ち葉や枯れ草等が積もっていて燃えやすい状態になっている
- 野外で火を使う方が増える
- 農作業に由来する火が山林に飛び火する



そのためにはどうしたら良いのか。

★火の用心のポイント

- 枯れ草等のある場所では、たき火をしないこと
- たき火等火気の使用中は消火の準備し、その場を離れず、使用後は完全に消火すること
- 強風時及び乾燥時には、たき火、火入れをしないこと
- たき火や火入れを行う際、届出を提出すること
- たばこは、指定された場所で喫煙し、吸い殻は必ず消すとともに、投げ捨てないこと
- 火遊びはしないこと

※野焼き（家庭ごみの焼却、剪定枝や刈草の焼却など）は法律で禁止されています。一部例外として認められている場合がありますので、野焼きを行う際は事前に消防署へ届出を提出してください。

国高交番だより 越前警察署 Tel.24-0110

◆◆ 自転車のヘルメット着用が努力義務化されました! ◆◆

道路交通法の一部改正により、令和5年4月1日から全ての自転車利用者に乗車用ヘルメットの着用が努力義務化されました。



交通事故の被害を軽減するためには、頭部を守ることが重要です。安全性の高いヘルメットを着用し、大切な命を守りましょう。

《自転車安全五則》

- 自転車は車道が原則、左側を通行、歩道は例外、歩行者を優先
- 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- 夜間はライトを点灯
- 飲酒運転は禁止
- 運転時はヘルメットを着用



公民館でWi-Fi 使えます!

公民館にフリー Wi-Fi が整備されました。来館された際は気軽にご利用ください。(スポーツルームは利用不可) [SSID] と [PASS] は玄関や各部屋に掲示してあります。

{ 母の言葉 } 国高ペンリレ

毎年寒い季節がくると思い出します。福井に移住してきた頃のことを。ひとりも友人のいない孤独な日々。毎日泣きながら母に電話をしました。そんな私に母が言った言葉。「味方をたくさん作りなさい。」

あれから16年が経ち、夫と3人の子供達に囲まれて我が家は賑やかになりました。幸いなことに友人もたくさんできました。あの頃の自分に教えたいです。あなたの未来は明るいよ、と。

ペンネーム M.H.

Instagram profile for Kunitaka 4601. Profile picture shows a building. Bio: 国高ちく 国高地区公民館 4601. Posts include photos of events and people.

国高地区 Instagram

国高の「ひと」「笑顔」「風景」「子どもたち」「イベント」

情報発信中

check&follow

いいね♡がもらえるとスタッフ一同めっちゃ喜びます(´艸`)

編集後記

新年度が始まりましたね。昨年度はいかがでしたか？今年度も前年の実績をベースに一層向上したいものです。部員は苦勞しながら広報発行に努めていますが、皆様の期待に応えられているのか不安があります。

自治振興会は発足後15年以上経過しました。皆様の様々なご意見は、公民館や自治振興会の活動をより良いものにすることに繋がります。是非とも皆様のご意見をお聞かせください。

部員 S.K.

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。

公民館休館日のお知らせ：
毎週月曜日、4月29日(出曜和の日)、5月3日(憲法記念日)、5月4日(みどりの日)、5月5日(こどもの日)
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!