

SUN・山
サン・サン

ふるさと国高

3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 4,950世帯 人口 12,151人(2/1現在)

第44回

ふるさとづくり大会を開催しました

2月2日(日)午前10時より、国高公民館スポーツルームにおいて208名の方に参加していただき、第44回国高地区ふるさとづくり大会を実施しました。

オープニングを飾るのは、武生第三中学校吹奏楽部。毎年地区文化祭やふるさとづくり大会で演奏してくれる地元の中学生たちは、地域のみんを心の底から笑顔にしてくれます。続いて認知症専門医の宮谷信之先生から『本気で取り組みたい認知症予防』と題した講演を聴きました。最後に熱々のぜんざいで締めくくりました。

このふるさとづくり大会は、福井県のふるさとの日(2月7日)にちなんで各地区で実施されていましたが、今も続いているのは数地区だけになってしまいました。今後も毎年実施し“我がふるさと国高”を子どもたちに引き継いでいきたいですね。



自治振興会斎藤会長 開会の挨拶

ふるさとづくり大会



三中生の皆さんによる演奏



宮谷先生より認知症予防の講演



ぜんざいを振舞うスタッフ



あったかいぜんざいがおいしい(^^)



2月9日(日)食育地産地消事業として減塩みそづくりを行いました。大豆は地元で収穫された物、麹は地元で加工した物を使い、18名の方が食生活改善推進員の方から手ほどきを受け、取り組みました。毎年仕込んでいるお母ちゃん、「みそづくりは俺に任せとけ」のお父ちゃん、そして初挑戦の小学3年生まゆちゃんも丁寧に仕込みました。

参加者全員、出来上がったみそ樽を大事に抱えて帰って行きました。秋の樽開けが楽しみです。今年参加できなかったみなさん、来年こそはどうぞご自身で、みそを作る楽しさを味わってください。お手伝いいただいた皆さんありがとうございました。



令和7年3月30日(日)

雨天の場合 4月5日(土)

集合場所：村国山神明神社境内入口
駐車場(トイレ側)

持ち物：水筒・タオル

申込み先：国高公民館 Tel 23-4601

10:00……集合・出発(車道ルート)

11:00……展望台にて楽しいイベント

13:00頃…解散

景品あり

動きやすい格好で
お越しください。



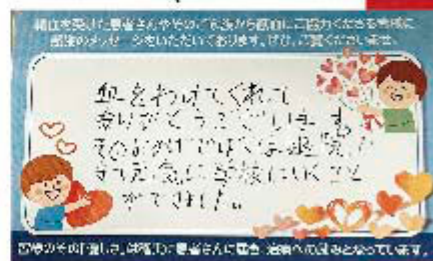
2月4日から9日にかけて降った大雪のおかげで、数年ぶりの雪遊びを楽しみました。(1月にもいったん降りましたが、雪遊びは1日しかできませんでした。)雪の上に寝転んだり、雪合戦をしたり、みんな

で協力して巨大な雪だるまを作ったりと、思い思いに雪を楽しんでいました。子どもたちに「雪がたくさん降ったね。」と話しかけたところ、「もっともっと降って欲しいです!」という答えが返ってきましたよ。



昨年末、献血回数50回目となり、日本赤十字社から記念品を頂きました。友人の中には、100回以上献血した人もいます。社会人になってから、会社に献血車が1年に2回ほど来てくれたので、献血活動に参加出来ました。私の親は、私が幼いころから献血をしていました。そのため、私は献血に対する抵抗はありませんでした。定年退職後の今は、福井市にある献血センターいぶきに通っています。献血の主な目的は、病気の治療や手術などの輸血のためと薬を作るためと理解していますが、自分の健康管理のためとも思っています。献血後数日で、自分の血液の生化学検査と血球計数検査の結果を知ることが出来ます。また、過去の検査結果も含めて、その推移を見ることによって、健康状態と傾向もわかります。私はお酒が好きなので、肝臓が弱っていないか、この検査結果を気にしながら飲みすぎないようにお酒を楽しんでいます。これからも、健康管理にもなる献血を続けていこうと思っています。

S.I.





おすすめスポット

国高地区のおすすめ桜スポット

大雪に見舞われた冬も終わりを告げ、いよいよ春の到来ですね。今回は各町内の区長さんにご協力をいただき、国高地区のおすすめ桜スポットをまとめました。行ったことがない場所も、よく行く場所も、ぜひ家族や友人を誘って行ってください。キレイな桜に癒されながら、気持ち新たに新年度を迎えていきましょう！ S.M.

- ① 日野川沿いの堤防
- ② 神明神社（村国1丁目）境内
- ③ 押田公園前通り
- ④ 国高さくら公園
- ⑤ 国高小学校
- ⑥ 国高公園
- ⑦ 国高公民館
- ⑧ 神明神社（国高3丁目）境内
- ⑨ 日吉神社（横市町）境内
- ⑩ ハケ川沿い・泓（ふけ）（八幡2丁目）
- ⑪ 国高ふれあいセンター（瓜生町）のしだれ桜
- ⑫ 八幡神社（高木町）
- ⑬ 城福寺（庄町）のしだれ桜



© OpenStreetMap contributors (CC BY-SA)

国高地区自治振興会 生活支援推進事業

連絡先 | 地域包括支援センター和上苑 瓜生町33-12-2 Tel.23-5255

春は寒暖の差が大きく気圧の変化などで体調を崩しやすくなるので注意が必要です。全身のだるさや頭痛、めまい、食欲不振、気分の落ち込みなどの症状が出やすくなります。体調不良を防ぐには、

- 1 規則正しい生活を送りましょう。
起床時に日光を浴びるのがおすすめです。
- 2 バランスの良い食事をしましょう。
タンパク質やビタミン、ミネラルを取り入れるこ



とで内臓の働きを安定させます。

- 3 適度な運動をしましょう。
有酸素運動やストレッチは神経のバランスを整え、血流を改善し、だるさを解消します。
- 4 身体を内側から温めましょう。
40℃前後のお風呂に入浴するとストレス解消にもなります。
対策をとりながら元気に過ごしましょう！



公民館学級紹介

放課後子ども教室

かけっこ教室

1月26日（日）に国高公民館スポーツルームでかけっこ教室を行いました。走る時に使う筋肉のストレッチ、筋トレなど親子でコミュニケーションをとりながら楽しく活動しました。



ほっぺ&ほっぽクラブ リトミック教室

2月6日（木）に未就園児を対象とした親子教室でリトミックを行いました。リトミックとは、音楽を通して感性や表現力を育てる教育です。1～2歳の子たちが音楽に合わせて楽器を鳴らすなど上手にリズムをとっていました。笑顔あふれる楽しい時間となりました。



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〕

消防だより 南越消防組合 東消防署 Tel.43-0119

● 春季火災予防運動の実施について ●

■ 目的 火災が発生しやすい時季を迎えるに当たり、火災予防思想の一層の普及を図ること。また、火災の発生を防止し、高齢者を中心とする死傷者の発生を減少させるとともに、財産の損失を防ぐこと。



■ 期間 令和7年3月20日(木)～3月26日(水)

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。



■ 火の用心のポイント

- 火遊びはしないこと
- 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
- 枯草等、可燃物の付近では、たき火をしないこと
- 法令で認められる火入れ等（以下「火入れ等」という。）を行う際は、届出を提出すること
- 火入れ等は、強風時及び乾燥時には実施しないこと
- 火入れ等を行う場合は、必ず消火の準備をし、完全に消火するまで、その場を離れないこと

国高交番だより 越前警察署 Tel.24-0110

● スタッドレスタイヤの盗難にご注意を!! ●

春になり、夏タイヤへの交換時期になりました。毎年この時期は、タイヤ交換後に外したタイヤが盗まれる事案が発生しやすくなります。昨年も国高交番管内でタイヤの盗難事件が発生しています。



軒下や階段下などの道路から見える場所に、外したタイヤを置いておくのではなく、施錠できる倉庫等に片付けるか、ワイヤーでロックするなどして、被害に遭わないよう注意してください。

国高児童センター 申込み・問合せ Tel.21-5055

ほっぺ&ほっぺクラブのお知らせ

令和7年度も親子で参加できる楽しい事業を計画しています。子どもと触れ合いながら、ママ友づくりしませんか？ お子さんと保護者の方が

楽しく遊んで気軽に交流できます！



赤ちゃん教室 0歳児対象

親子教室 1～3歳児対象

時間 10時半～11時半頃

がんばってます！ 国高公民館かるた教室 平山さん

2月2日(日)越前市武道館において第48回越前市少年少女かるた選手権が開催されました。国高公民館 放課後子ども教室【かるた教室】で毎週土曜日に、熱心にかかるたの練習に励んでいる、国高小学校4年生の平山美結さんが、準優勝の栄誉に輝きました。まことにおめでとうございます。



「家族」

ペンネーム
MBTI・エンターティナー

家族が大好きで育った私の今の家族は、夫と娘二人と義親との同居家族。嫁いだ当時は他人行儀で敬語で・・・娘が生まれて毎日娘を囲んで一緒に笑って、気づけば敬語をやめ、娘のように甘えて、しっかり家族になっていました。この場所に来て自分で築いた大切な家族を、私は一生幸せにします。

国高ペンリレー

市立図書館だより 中央図書館 ☎22-0354 今立図書館 ☎43-0229

● 今月の新刊から (中央・今立両館で予約できます)



『図解眠れなくなるほど面白い 疲労回復の話』 梶本修身／著

『なんて人は青を作ったの』 谷口陽子、高橋香里／著



● としょかんキネマ (中央図書館)

日時：3月29日(土) 14時～
定員：30名(先着順)



毎月第3土曜日は
市民読書の日

編集後記

広報部の担当を依頼され、何も考えず「いいよ」と気軽に返事をしました。しかし、あれから何回「断ればよかった」と悔やんだことか。でも、おすすめスポット記事でわたし達の町をこんな風に紹介してくれてありがとうと言ってくれた人達の顔が忘れられない。もう一年広報部をやってみるかと変化した自分に驚いている。

K. S.

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、第3日曜日、
3月20日(木) 春分の日
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!

