

SUN・山
サン・サン

ふるさと国高

8
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 5,031世帯 人口 12,170人(7/1現在)

放課後子ども教室

夏も元気に
頑張っています!(^^)!

25名の親子が体験

『トマトの収穫と
ハンバーガー作り』

7月6日(日)、まずは庄町の片岡さんのハウスでトマト狩りを体験。「大きくて、真っ赤なトマトをとってね」と教わった子どもたちは、ハウスの中の暑さもなんのその、15分余りで「これだ!」と決めたトマトを思い思いにたくさん収穫しました。

その後、武生友の会の皆さんが材料を準備して待っていてくれる国高公民館へ移動しハンバーガー作り。料理室は、みんなの笑い声が絶えず、出来上がりのハンバーガーを前に「これ、〇〇よりも□□よりもおいしそう(*^^)v」って声があちらこちらから聞こえてきます。また友の会の皆さんが用意してくれた完熟トマトのジュースとジャムの美味しさも格別!!

おいしいトマトとハンバーガーを持ち帰って、家族に誇らしげに自慢話をする子。「やっぱり手作りは美味しいネ」って、顔中ソースだらけにする子。みんなのニコニコ笑顔が思い浮かびます。



『体幹トレーニング教室』

5月、6月、7月の最終木曜日3回シリーズで実施。23名の参加者は専門学校講師の井上桂子先生の指導のもと、1時間あまりのトレーニングを行いました。

まずは、ボールを使って基礎トレーニング。繰り返すたびに、体幹が鍛えられているのが手に取るようにわかりました。その間、十分な給水タイムを取り、引き続きサーキットトレーニングを開始。確実に、走りも早くなったことと思います!

少～し手を抜いて自分の体と相談しながらやる子、必死に高学年に負けまいとついていく子。『根性』とい

う言葉は昨今死語になりつつありますが、子ども達の思いっきり流した汗と笑顔はキラキラと輝いていました。

初夏の暑い中、弱音を吐かず、体調をくずさなかったみんな「がんばったね、ありがとう☆!!!」



日野川自然体験活動

5年生は、6月19日～20日に日野川で自然体験活動を行いました。1つ目の活動では、ライフジャケットの着用方法を学び、川を歩いたり流されたりする体験、さらには、流されてしまった場合どのように泳ぐのかを学びました。2つ目の活動では、メタルマッチを使い麻ひもや木の枝に火をつけたり、

ポリ袋を使ってご飯を炊く方法を学んだりしました。3つ目の活動は、防災レースです。水害時の自助・共助を目指し、タイムレース方式で行いました。

当日は、地元の環境文化研究所の方々にご指導いただきました。みんな、日野川が大好きになりましたよ！



ご案内とお願い 三中友愛バザー

日時：9月13日(土) 午前8時30分～午後1時

場所：三中玄関前にて

★バザー用品提供は8月末までとなります。
(未使用日用品・未開封食品など)

受付 三中・国高公民館

三中カフェ 有料

日時：9月13日(土) 午前9時～正午まで

場所：三中ランチルームにて

お茶、コーヒー、ジュースと
スイーツで休憩しませんか？
みなさまのご来場をお待ちしております。

詳しくは回覧板チラシをご覧ください。

二十歳の式典 市外転出者対象 案内送付申し込み

二十歳の式典を令和8年1月11日(日)に行います。就学や就職などのために市外へ転出している人(越前市に住民票がない人)で、二十歳の式典の案内文を希望される人は、事前に申し込んでください。案内文は、11月中旬ごろに郵送します。

申し込み方法 申込フォームから申し込んでください。電話、メール、FAXでも可能です。詳しくは、二次元コードから。



問い合わせ先 ※本市に住民票のある人は 申し込みの必要はありません。

越前市教育委員会事務局 生涯学習・文化財課 担当 村中
TEL. 0778-22-7459 FAX. 0778-22-7497
MAIL. gakusyuu@city.echizen.lg.jp

畑仕事



「自分がやらねば畑の野菜が食べられなくなる！」母の突然の死去で必要に迫られ、定年退職後の心積もりが五十代半ばから野菜作りを始めることになった。それまでは、畑の耕起・畝立て・支柱立て・防鳥ネット張り等までが私の役割。それから後の播種・水やり・諸手入れ・収穫等は母に任せきりだった。

①まず、玉葱。母が畑で育てた苗を姉の手ほどきを受けて植えてみた。次の年、小粒ながらも収穫はできたが、乾燥不十分のため大半を腐らせることに。同じ轍は踏むまいと、しっかり調べて次の年に挑み、大きさ・保存ともうまくいった。②大根。母が亡くなる一年前に沢庵の漬け方を習った。母が育てた大根を干し、漬けてみると期待以上に味がよかった。今では毎年欠かさず沢庵を漬け、煮た沢庵も作って味わっている。③牛蒡。芽出しが難しいと母から聞いていたが、耳に残っていた方法で丁寧に試したところ一回で成功。しかし、次の年以降は慢心から作業が雑になり不作続きで、芽出しさえうまくいかないこともあった。④雑草他。野菜の成長より早いペースで勢いよく伸びるため頭を痛めている。他にも米作り、庭木や果樹の手入れなど休日、これらの作業に追われている。

野菜作りは苦勞も多いが、水遣りをしながら発芽を待ち、日に日に成長する様子に目を細め、収穫したものを感謝していただくという一連の流れから得られる満足感は大い。知識を増やし経験を積みながら、これからも続けていきたい。

T.H.





おすすめスポット 「日野川河川敷」



私のおすすめスポットは、日野川河川敷の丹南サイクリングコースです。こちらにはサイクリングの方はもちろん、ペットを連れて散歩する人やランニングなどのスポーツをする人、広場でボール遊びをする人、井戸端会議をする人など、皆さんが様々な目的で訪れています。

私は運動不足とダイエットを兼ねて時々ジョギングをしています。特に早朝は空気が澄んでいて、川の流れを聞きながら村国山などの自然な景色に囲まれて走ると、とても爽快な気分になります。皆さんも天気が程よい日に散歩などしてみてもいいのではないでしょうか。

また、8月の日野川河川敷といえば越前市サマーフェスティバルの花火大会ですね。夜空を彩る大輪の華は、その年の夏の良い思い出として心に残っていきます。今年も無事に開催されますように心より願っています。 広報部 ○



公民館学級 紹介

地域実践座 健康講座

6月28日(土) 今日から運動したくなる！ 《意識付け講座》～姿勢改善コース～

正しい姿勢の位置を知り、改善するために使う筋肉の場所を意識しながらストレッチ・筋肉運動を行いました。



背筋が伸びているだけで若々しく見える！今後も体幹を鍛えて疲れにくい体づくりをしていきましょう！

7月3日(木) 《スマホ首改善講座》 ～目の疲れ回復コース～

朝と夜の2回に分けて行いました。スマホやパソコンの長時間使用により姿勢が悪くなりストレート



ネックになる方が増えています。首や肩の筋肉ストレッチや、眼精疲労のリラックス法などを学びました。

国高児童センター

ほっぺ&ぼっぼクラブのお知らせ

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放しています。おともだちづくりの場、息抜きの場として、ぜひ児童センターをご利用ください！

9月11日(木) 親子教室 「敬老の日の贈り物」

9月18日(木) 赤ちゃん教室 「離乳食の話」

9月25日(木) 親子教室 「手作りおもちゃ」

赤ちゃん教室

親子教室

時間

0歳児対象

1～3歳児対象

10時半～11時半頃

申込み・問合せ

国高児童センター TEL 21-5055



未就学児親子限定

抹茶を楽しもう♪

参加費
100円

お子さんとゆったりとした時間を過ごしませんか？
お茶とお菓子を食べながらリラックスしましょう♪

日 時：8月27日(木)

午前10時30分～午前11時30分

場 所：国高公民館 和室

申込み：3日前までをお願いします。

国高公民館 TEL 23-4601

※希望者はお点前体験もできます。

予約時にお伝えください。



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

『出張型ほっとコミュニティカフェ』開催のお知らせ

現在、認知症予防や交流の場として、毎月第2・第4水曜日(14時～17時)にほっとリハビリシステムズで『ほっとコミュニティカフェ』を開催しています。もっと皆様にご参加いただけるよう、8月～12月の第4水曜日は出張型のカフェとして開催します。他の人との交流を楽しんだり、心配事や悩み事を相談したりできる場になればと思います。

第1弾

日 時：8月27日(木) 午後2時～午後5時

場 所：塚町会館(塚町50-58)

参加費：100円(飲み物代)

当日お気軽にお越しください。塚町や庄町、横市町、またその他の町内の方の参加をお待ちしています。今後、チラシの回覧等も予定していますが、ご興味のある方は包括支援センター和上苑までご連絡ください。

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

● 海・川を安全に楽しむために

夏は海や川へ出かける機会が増える季節です。海や川での事故を防ぐためには、自然を甘く見ず、危険をきちんと認識し、計画を立てて行動することが大事です。



◆ 海・川の事故を防ぐポイント！ ◆

- ・ 出かける前に天気予報や海・川の情報をチェックする。(風は？波は？雷は？)
- ・ 海水浴の際は、危険な場所を確認し、近づかない。(今年の噛みつきイルカは？)
- ・ 危険を示す掲示板、水流が速い、深みがあるところは避ける。
- ・ 健康状態が悪いときやお酒を飲んだときは絶対に泳がない。(毎年飲酒が原因の事故が多発！自分も仲間も、飲んだら泳がない！)
- ・ 子どもだけでは遊ばせない！(大人が付き添い、目を離さない！できれば複数人で)
- ・ ライフジャケットを着用する。(正しいサイズを正しく着用)

※以下統計は、警察庁発表資料より

過去10年
最多!!

令和6年中に発生した水難事故は…
全国で 1,535件!! 福井県は 29件!!
(全国で21番目の多さ)

同じく水難者は…
全国で 1,753人!! 福井県は 31人!!
(全国で24番目の多さ)



これは、過去10年間で最多であり、近年増加傾向にあります。

50%近い
死亡率

令和6年中の水難者1,753人のうち…
死者・行方不明者 816人
福井県は 18人
負傷者304人(福井4人)・無事救出633人(福井9人)
水難者に占める死者・行方不明者の割合は46.5%で、過去10年もほぼ45%前後となっています。
上記のポイントを守って、事故にあわないことが重要です。

国高交番だより 相談 越前警察署 TEL 24-0110 警察安全相談 #9110

● 投資詐欺に注意!

ニュースでは警察官を騙った詐欺について多く取沙汰されていますが、いまだに投資詐欺による被害が後を絶ちません。今年に入ってから5月末までの間、福井県における投資詐欺の被害額は約4,063万円です。

投資詐欺の被害にあわないために3つのことを疑ってください。

- ① SNS、投資広告、マッチングアプリを介して知り合った人から、投資名目でLINEに誘われたら、詐欺を疑う。
- ② 投資する際、振込先口座が個人口座であれば詐欺を疑う。
- ③ 「必ず儲かる」「投資に詳しい人を紹介」は詐欺を疑う。

「必ず儲かる投資」は存在しません。

スポーツ教室に参加してみませんか!!

国高総合健康クラブでは「豊かなスポーツライフを目指して」“スポーツ教室”を今年度も開催いたします。スポーツライフを楽しみたい方、ちょっと運動をしてみたい方々の参加をお待ちしています。《初心者大歓迎!!》詳しくは、8月の回覧板または、国高公民館窓口でご確認ください。

※申し込み責任者：国高総合健康クラブ 左近 敏海

国高ペンリレー



「越前市最大の地区に住むこと」

イニシャル
A.Y.

他地区から国高地区に引越してきて早7年。当初、何もわからないまま子供会会長をし、今年ついに班長が回ってきました。子供会の時同様、ご挨拶に伺い初めましての方々がいる中で、お話できる機会をありがたく思います。花壇作り、水やり、ゴミ当番など大変な業務は多々ありますが、ご近所の方を知り、何かあったら助け合えるような優しい地区になったらいいなと思います。

編集後記 最近知り合いに出会うと「暑いねえ」

2025 August — がまず口にする。当たり前なことだけど、やっぱり口にてしまう。菜園の水やりも「まだまだしないぞ!」と心に決めていたのに、きゅうりの葉が朝から萎れているのを見て、とうとう夕方だけ水やりをすることにした。暑さはまだまだ始まったばかり、人も野菜もこの夏を乗り切りたい。

日曜日夜間の休館を試行します

市は各公民館の利用状況を調査し、利用の少ない日曜日の夜間(18時～22時)を、令和7年9月から令和8年3月までの7か月間、試行的に休館することになりました。

試行にあたり、不都合が生じる場合があるかもしれませんが、今後の公民館のより良い運営のため、ご理解とご協力をいただきますよう、よろしくお願いいたします。

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。

開館時間：午前9時～午後10時
休館日：毎週月曜日、第3日曜日
8月12日(火)、8月15日(金)
9月16日(火)
8月14日(木) 正午～休館
8月16日(土)

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!



KUNITAKA4601