

# 清水北公民館だより

令和2年11月7日発行 第134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 1166人(-1)  
女 1199人(±0)  
計 2365人(-1)  
890世帯 (±0)  
(R2. 10. 1現在)

秋も一段と深まり、朝夕の寒さが身にしみる季節となりました。野山の木々も色づき、紅葉も見頃を迎えています。

これから新型コロナウイルス感染症だけでなく、インフルエンザの流行期に入ります。これまでの感染症対策(マスクの着用、手指の消毒等)はもちろんのこと、バランスの取れた食事やたっぷりの睡眠、適度な運動を心掛け、免疫力を高めて、感染症に負けることなく、元気に過ごしましょう。県民行動指針(Ver12)をご参照ください。(公民館にも掲示しています。)

## 【10月教育事業の様子】

### 10月10日(土) 男の料理教室②【6名参加】

〈おとな塾〉



「秋の味覚たっぷり弁当」として、くりご飯、鯖のみそ煮、厚揚げの丸煮、カボチャのそぼろあんかけ、ニラの明太子和え、大学芋の6品を作りました。煮物を美味しく作るポイントとして、「煮るものと鍋の大きさのバランス」が大切であることを学びました。

### 10月11日(日) フラワーロード作り②【67名参加】

〈フラワーロード作戦〉



清水北地区在住の清水中生徒と一緒に今年2回目の活動として、植樹マスの除草、枯れた花摘み、種とり、歩道の草むしりなどを行いました。今回取った種は、来年の苗づくりに使う予定です。ご協力いただきました地域のみなさま、ありがとうございました。

### 10月13日(火) コスモスの花摘み【36名参加】

〈すくすく教室〉



清水台こども園年中児のみなさんがコスモスの花摘みをしました。コロナの影響により、種まきはできませんでしたが、色とりどりに咲く花に囲まれて、子どもたちはとてもうれしそうでした。摘みたいと思う花を探しながら、やさしく丁寧にハサミを入れていました。

### 10月14日(水) さつまいもほり【4名参加】

〈清水北っこ教室〉



公民館職員で6月に苗を植えたサツマイモの収穫を行いました。枯れてしまった苗も多く生長が心配でしたが、土を掘り起こしていくと、大きなサツマイモが出てきたので、ホッとしました。収穫したサツマイモは、子ども料理教室や里山トレッキング

で提供する予定です。お楽しみに!



### 10月24日(土) お菓子作り教室【11名参加】

〈まんまる会(人材育成事業)〉牛乳パックを使ってフルーツ



たっぷりパウンドケーキを作りました。まずは、牛乳パックで型を作るところからスタート。生地を作り、オーブンで焼いて、杏ジャムをたっぷり塗って仕上げました。道具の使い方、きれいに美味しく作るコツを学びました。

### 10月29日(木) キャラ弁教室【15名参加】

〈すくすく教室〉



キャラ弁は海苔やチーズなどを加工して目や鼻、口などのパーツを作り、おにぎりやおかず貼り付けていきます。今回は、めんつゆとごまをご飯に混ぜて色付けし、あつもののキャラクター「たぬきち弁当」を作りました。



### 10月31日(土) 新成人のつどい実行委員会【5名参加】

第2回清水北地区新成人のつどい実行委員会を開催しました。当日の時間配分や内容について検討を行い、また、案内状の内容や宛名の確認作業を行いました。11月中旬ごろに、「清水北地区新成人のつどい」の案内はがきを発送する予定です。

※清水北地区新成人のつどい〈青年教育事業〉

令和3年1月9日(土)13時より 会場:清水北公民館 ホール

### ◎福井市成人式

日時:令和3年1月10日(日)

会場:フェニックス・プラザ

※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は公民館までお問い合わせください。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HPを確認してください。

# 【11月・12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】  
**●健康教室②**  
**「正しいウォーキング教室」**  
 11月13日(金) 19:30～21:00  
 会場: 清水北公民館 大ホール  
 定員: 20名程度  
 持ち物: タオル、内ズック  
 運動ができる服装  
 自分の歩き方を知り、楽しみながら正しいウォーキング方法を学びます。



【清水北っこ教室】  
**●子ども料理教室②**  
 11月21日(土) 10:00～12:00  
 講師: 松田 知世氏(GH在住)  
 会場: 清水北公民館 調理室・小会議室  
 参加費: 300円(当日、集めます)  
 持ち物: エプロン、三角巾、マスク  
 さつまいもの炊き込みご飯とスイートポテトを作ります。お持ち帰りです。  
 ※定員に達したので、申込受付は終了しました。



【すくすく教室】  
**●食育講座「子どもの食」**  
 11月24日(火) 10:30～11:30  
 講師: 清水台こども園 給食の先生  
 会場: すくすくキッズ(くりのみ児童館内)  
 定員: 親子6組(先着順) ※要申込  
 こども園の給食の先生と一緒に食の楽しさや大切さ、食事の大切さについて学習します。  
 個別相談の時間もあります。



【環境学習】  
**●秋の里山トレッキング**  
 11月29日(日) 9:30～12:00  
 (受付9:00より)  
 集合: 清水北公民館  
 定員: 30名 ※小学3年生以下、大人同伴  
 申込締切: 11月25日(水)  
 参加費: 100円(保険料を含む)  
 持ち物: 長袖、長靴、帽子、手袋、飲み物、タオル、雨具など  
 紅葉やどんぐり、魅力たっぷり秋の里山を散策します。ネイチャーゲームもあります。




【すくすく教室】  
**●お父さんとあそぼう！**  
**「親子体操教室」**  
 12月5日(土) 10:30～11:30  
 講師: エーアイきつずくらぶ 青木先生  
 会場: 清水北公民館 ホール  
 対象: 3歳児以上の未就学児と男性保護者  
 定員: 親子10組(先着順) ※要申込  
 持ち物: 飲み物、タオル、運動靴(又は裸足)  
 体操を通して、親子でふれあい、パパカUPを目指しましょう。



【いきいき健康教室】  
**●クリスマス料理教室**  
 12月6日(日) 10:00～12:00  
 講師: 國本 達矢氏(管理栄養士)  
 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: 400円(当日、集めます)  
 持ち物: エプロン、三角巾、手拭きタオル  
 メニュー: カルパッチョ風サラダ、キッシュミートローフ、チョコブラウニーなど  
 免疫力をアップするための、食材や調理法を学習し、強い身体を作りましょう。



【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

グルテンフリー  
 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  
 持ち物: エプロン、軍手、作品を入れる袋

門松をコンパクトに寄せ植えます。  
 参加費(材料費)は後日配布するチラシにてご確認ください。



◎事業の詳しい内容につきましては、チラシをご覧ください。

●コピー機の使用に関するお知らせ  
 輪転機(白黒印刷のみ可)のみ、ご使用いただけます。コピー及びカラーコピーはできません。ご了承ください。

●クマにご注意ください！  
 クマは、冬眠を前に餌を求めて活発に活動します。清水北地区ではまだありませんが、健康の森付近ではクマの目撃情報がありました。クマとの不意の遭遇に十分にご注意ください。詳しくは、下記のリンク先を確認してください。

・クマについての注意(有害鳥獣対策室HP)  
<http://www.city.fukui.lg.jp/sigoto/nourin/chouju/p021193.html>  
 ・福井クマ情報(福井県HP)  
<https://tsukinowaguma.pref.fukui.lg.jp/KUMA/Top.aspx>

★休館日のお知らせ★  
 11月 2日 3日 9日 15日 16日 23日 24日 30日  
 12月 7日 14日 21日 27日(20日振休) 28日～31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)

**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 すずんで 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 すずんで 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 すずんで 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 すずんで 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 すずんで 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