



公民館とLINEのお友達になろう！

QRコードを読み込んで
お友達追加してください。



公民館からのお知らせが届きます。

発行:東安居公民館(福井市飯塚町6-18) ☎(0776)35-9566 E.mail:hiago-k@mx1.fctv.ne.jp

健康長寿事業「老〜い、楽しもう！」

5/17 『3B体操』体験～健康教室～ が開催されました！



3B体操公認指導者の山田和実さんにお越しいただき、体験教室を開催致しました。『3B体操』とは、音楽に合わせて3つの用具を使って行う体操です。専用の道具を使う事で、年齢や性別に関係なく、運動慣れしていない人にも取り組みやすい体操です！また、音楽に合わせて体を動かすことでより楽しく運動ができるという効果があります。初めて体験した参加者からも「楽しく運動ができて良かった」「全身を使ったのでほぐれて気持ち良かった」など好評でした。この機会に皆さんも是非体験してみてください！次回の開催は、6/14(水)10:00～です。参加を希望される方は公民館まで(☎35-9566)

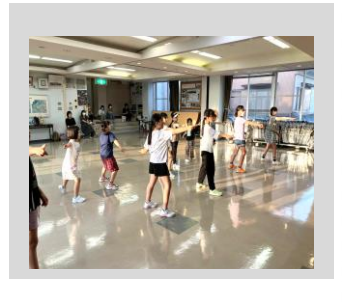


少年教育「ひがしあごっ子」

「キッズダンス教室」(5/17よりスタート！)

5月17日より、キッズダンス教室・10回シリーズがスタートしました！

ダンスが大好きな地区の子どもたち、13人が集まりました！講師はMIYUインストラクター！曲は韓国アイドルグループ『セブントゥーン』の「ファイティン」です。45分の短い時間でしたが、速いテンポの曲にもかかわらず、あっという間に習得してしまいました！ダンスの楽しさに、子ども達に笑顔が溢れました！今後、地区のイベント等でダンスを披露していく予定です！どうぞ、お楽しみに！！



健康長寿事業「まちリハ」

5/25 「下市山ハイキング」に出かけました！

「地域で健康でイキイキと暮らせるように」と、健康教室「まちリハ(まちでリハビリテーション)」を毎月2回開催しています。地区在住の理学療法士でアスレティックトレーナーでもある任海龍朗先生がロコモティブシンドローム防止の為に運動メニューを考えてくださっています。5月25日は、いつもと気分を変えて、地域の里山である下市山ミルキングコースにハイキングに出かけました。みくりや清水登り口で準備体操後に登山開始、途中、ヤマボウシやノアザミ、ナニワズの赤い実など眺めつつ、おしゃべりも楽しみながら、頂上まで、ゆっくりと登っていきました。頂上広場で福井市の街並みを眺めながら、おやつを食べたりして、30分ほど休憩をした後、下山しました。吹く風も心地よく、ハイキング日和でした。一人では行きづらい山行きもみんなで一緒に登ることができて、みなさん達成感を味わうことができていました。



家庭教育「子育てポケット」・地区社会福祉協議会

5/27 「親子よもぎ餅づくり」

5月27日、親子よもぎ餅作りを開催しました。地区にお住まいの11組の親子が参加！地区のスケットさんたちにご協力をいただきました！蓬は殿下地区のものを採取しました。この日は蒸しあがったお餅を丸める作業を楽しみました。「簡単だと思っていたけれど、意外と難しい！！」と言いながら、熱々の出来立てのお餅をほおばり、「おいしい！」と大満足の様子でした。「蓬の味は少し苦いことがわかった。」と、子どもらしい感想も聞かれました。



地区のスケットさん！
ありがとうございます。

おめでとうございます！

○藤原 一功様が令和4年度環境ふくい推進協議会会長表彰
○山本 幸子様が福井市少年愛護センター補導員表彰
東安居地区の為に尽力いただきありがとうございます！

〈東安居小学校PTA〉『資源回収』

☆日 時 6月11日(日)

8:00~9:00(雨天決行)

☆回収場所 小学校プール横駐車場(当日のみ)



東安居まちづくりスローガン

つながる ひろがる 東安居の輪

地区住民がより住みやすく、住んでいて良かった、住み続けたいと思えるまちに

地区人口 6,543人(男3,216人 女3,327人) 2,998世帯(令和5年5月1日現在)

つづやき

暑かったり寒かったり、大雨や地震など、最近の気候の変化や災害に怖さを感じています。今月は地区の防災訓練があります。他人事とは思わず、今一度、災害について、また、わが家の防災についてご家族で真剣に考えてみられてはいかがでしょうか？

☆不死鳥のねがい(福井市市民憲章)三、郷土美化部門(すすんでくふうをこらし清潔で美しいまちをつくりましょ)くふるさを今よりもっと美しく

おさそいあれこれ

<社会福祉協議会> 「男の料理」
 とき 6月17日(土) 9:30~
 講師 玉村 有紀 さん(管理栄養士・野菜ソムリエ)
 内容 バターチキンカレー・手づくりナン
 参加費 600円(材料費)
 対象 地区在住の 10名限定
 持ち物 エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル



<東安居・安居・一光・湊地区の皆さまへ>

福井市 スマホ教室 (福井市・シルバー人材センター)

とき 7月11日(火)・7月19日(木) 9:30~11:30
 会場 東安居公民館 内容 スマホの基本動作など
 参加費 無料 講師 ドコモショップスタッフ
 ※ 詳細は後日配布されるチラシをご覧ください。
 お申し込みは (公社)福井市シルバー人材センター(☎27-0701)

「モルック大会参加者募集!!」

とき 6月17日(土) 9:30~12:00(受付 9:00)
 ところ 東安居小学校体育館
 対象 年中児~大人
 ※1チーム3名まで。お一人で参加の場合は他の参加者と同じチームになることがあります。



「まちリハ参加者募集!!」 月2回 木曜日 13:30~14:30

講師 任海 龍朗氏
 ※ 詳しくは公民館にお問い合わせください。

6月 東安居公民館 スケジュール

○・休館日

月	火	水	木	金	土	日
6/12(月)~6/15(木) 館内の設備工事の為、館内利用者様にご迷惑をお掛けしますが、ご理解・ご了承ください。			1 〈市民 ICT 事業〉 スマホ教室 	2 〈市接種推進課〉 新型コロナワクチン 臨時予約窓口 14:00~16:00	3	4
⑤ 休館日	6	7	8 (自治会型デイホーム) 「なの花サロン」 10:00~12:00 〈健康長寿事業〉 まちリハ 13:30~14:30 〈運営審議会〉 19:30~	9 〈市民 ICT 事業〉 スマホ教室 13:30~14:30 	10 防災訓練準備説明会 19:00~21:00	11 資源回収(小 P) 8:00~9:00 (プール横)
⑫ 休館日	13	14 〈健康教室〉 3B 体操体験 10:00~11:30 ----- 〈ひがしあごっ子〉 キッズダンス教室 17:30~18:30	15 〈市民 ICT 事業〉 スマホ教室 13:30~14:30 	16 (子育てサークル「プチとまと」) リフレッシュ産後ヨガ 10:00~11:30 	17 (市民憲章・東安居地域未来ビジョン) モルック大会 in サマー 9:00~12:00 ----- 〈社会福祉協議会〉 男の料理 9:30~11:30 *詳細は欄外 	⑱ 休館日
⑲ 休館日	20 	21 (子育て支援) ベビーマッサージ 10:00~12:00	22 (自治会型デイホーム) 「ティックリング輪投げ」 10:00~12:00 ----- 「食事配食サービス」	23	24 (自治会連合会) 役員定例会 19:00~21:00	25 地区防災訓練 8:00~10:30
⑳ 休館日	27 (交通安全推進協議会) 運転者法令 講習会 19:00~20:30 	28	29	30		

◆お問合せ・お申込み:東安居公民館まで(☎35-9566)◆