

## コミセン&まち協 インフォメーション

みくに地区まちづくり協議会 防災・安心部会

### 防災ミニ教室 ②～体験型避難行動～ 北小コース&南小コース

防災

10月3日(日) 10:00~12:00

集合場所: 三国コミュニティセンター

地元子ども達と一緒に町なかへ出て危険箇所をチェックし、いざという時の避難経路を確認します。

●講師: 福井工業大学建築土木工学科教授・防災安心部会顧問

竹田 周平氏

●定員: 50名

●参加費: 無料

●申込み締切: 9月30日(木)

①参加された方には、非常食の詰め合わせをプレゼント!



#### ★スケジュール★

- 10:00 三国コミセン集合・活動の紹介
- 10:30 避難 ・南小コース  
森田銀行～南小  
・北小コース  
盛安そば店～北小  
帰りは40分かけて気になるポイントをチェック
- 11:30 三国コミセンに集合  
今日の活動の振り返り  
危険箇所の話し合い
- 12:00 解散  
お帰りの際に非常食をお渡しします。



みくに地区まちづくり協議会 みくに大好き部会

&三国コミセンコラボ講座

### 三国の味を楽しもう!

## 甘エビ料理講習会



三国の海で獲れるおいしい甘エビを使ったレシピを学び、三国ならではの味を楽しみましょう!

★とき 10月19日(火) 9:30~

★講師 三国綱元おかみ会

★参加費 1,000円(材料代)

★定員 15名

★持ち物 エプロン、バンダナ、タオル、お持ち帰りタッパー

★申込み開始 9月27日(月) 9:00~

★申込み締切り 10月12日(火)



★メニュー  
甘エビはんぺん  
甘エビの塩入り

お申込み・お問い合わせは三国コミュニティセンターTEL 82-6400までお願いいたします!  
メールでも受付可。mikuni-cc@city.fukui-sakai.lg.jp ※QRコードからメールへジャンプできます。



みくに地区まちづくり協議会 みくに大好き部会

★みくにが大好きになる★

## ハッピーハロウィン クイズラリー

10月16日(土)  
14:00~16:00

詳しくは学校配布の子ラシをご覧ください

### おねがい

新型コロナウイルス感染拡大の今後の情勢により、コミセン事業、まちづくり事業の開催およびコミセン利用ルールが変更となる場合があります。ご理解とご協力をお願いいたします。

### 延期のお知らせ 歴史散策 アンコール

9月18日(土)から  
10月30日(土)に  
延期となりました。

みくに地区まちづくり協議会 健康福祉・育成部会

## ディスクゴルフ競技のつどい

10月31日(日)  
(休校日、雨天中止)

★講習会 9:00~9:30  
(受付 8:30~8:50)

★競技 9:30~12:00  
(受付 9:00~9:20)

- 大人の部
- 子どもの部

※講習会の参加は自由です。

場 所: 三国海浜自然公園(現地集合)  
持ち物: 飲み物(お茶は各1本用意します)  
帽子・汗ふきタオル

参加費: 無料

定 員: 先着40名

※小学校3年生以下は保護者同伴

申込開始: 10月5日(火) 9:00~

申込締切: 10月22日(金)

うれしい  
参加賞付き



# 2021年10月コミュニティセンター内行事予定

10月の休館日  
17日(日)



※9月17日現在の予定です。変更となる場合があります。変更については代表者にご確認ください。  
※時刻は使用される部屋の予約開始時刻となっています。 ※曜日、時刻についてはイレギュラーの場合があります。

講座・行事	開催日	使用予定時刻	講座・行事	開催日	使用予定時刻
<b>月</b> Mon	絵手紙クラブ	11・25 10:00~	<b>木</b> Thu	民謡レクリエーション	7・14・28 9:30~
美文字	4・25 10:00~	関心流真砂吟詩会	7・14・21・28 10:00~		
三国ヨガクラブ	4・18・25 19:00~	ギター教室	7・21 10:00~		
フクシアロハレイマウロア・カイ	4・18 19:30~	三国短歌会	14 13:00~		
三国町合唱団	4・18 13:30~	ハンドメイド粋々	7・21 13:00~		
三国町合唱団	11・25・23 19:30~	フクイ・アロハレイ・ゴールド会	7・21 13:30~		
演劇教室MAFF	4・11・18・25 19:30~	3B体操シニア	7・14・21・28 13:30~		
		佳朋会	1・7・14・21・28 14:00~		
<b>火</b> Tue	らくらくピアノ	12・26 9:30~	アート教室	14・28 17:00~	
水仙ダンスクラブ	12・26 10:00~	三国ロク・フォト	14 19:00~		
琴翺会	12・26 10:00~	おまっちゃかい	7・13 21 19:00~		
三国俳句会	19 13:00~	三国竹友会	14・28 19:00~		
アートフラワー	12・26 13:00~	演劇教室MAFF	7・14・21・28 18:30~		
健康体操教室	12・26 13:00~	横笛みくに	14・28 19:30~		
和楽笑体操	5・12・19 13:30~	初香会(木曜)	7・14・21・28 19:30~		
湊吟社(漢詩)	19 13:30~	初香会子供教室	14・28 19:00~		
三国バレエ会	5・12・19・26 16:30~				
三国みずじ会	5・19 19:30~	<b>金</b> Fri	クックチャレンジャー男爵会	15 9:00~	
花ゆうゆう	26 19:00~	パッチワークはな	8・22 10:00~		
雅(琴・三弦)	12・26 19:00~	生花なでしこの会	1・15 13:30~		
初香会(火曜)	5・12・26 19:30~	おはなし成るの会	8・22 13:30~		
		水仙ダンスクラブ	8・22 13:30~		
		三国かるた会	1・8・15・22・29 18:30~		
		三国写友クラブ	15 19:30~		
		みくにみらい塾	22 19:30~		
<b>水</b> Wed	男の料理いねす会	13 9:00~	<b>土</b> Sat	ギター教室	9・23 10:00~
ペン越友	6・20 9:30~	三洋会	9 13:00~		
童謡マーレみくに	6・20 9:30~	太極拳 快	2・9・23・30 13:30~		
オカリナサークル三国1組	6・20 8:30~	ちぎり絵やよい会	9・23 13:30~		
桃李会	13・27 10:00~				
オカリナサークル三国木部	6・20 12:30~	<b>日</b> Sun	オハナフラカイマリーノ(親子)	10 10:00~	
生花の会	13・27 13:00~	オハナフラカイマリーノ(カヒコ)	10 11:00~		
三国「秋」の会	13 13:00~	オハナフラカイマリーノ(カヒコ)	24 13:00~		
三国囲碁会	6・13・20・27 13:00~				
湊風吟詩会	6・13・20・27 13:30~				
ジャスミンサークル	13・27 13:30~				
三国番傘川柳会	13 13:30~				
粋彩倶楽部	6・20 19:30~				
オハナフラカイマリーノ(初めてのフラダンス)	13・27 19:30~				
三国節保存会	6・20 19:30~				

※音楽体操いきいき教室の時刻は講座開始時刻となっています。  
音楽体操いきいき教室(月) 11・25 13:30~  
音楽体操いきいき教室(火) 5・19 9:30~  
音楽体操いきいき教室(木) 28 13:30~

## コミセン講座

三国子ども教室「のびーる」(月) 4・11・18 16:00~

三国町コミュニティセンター  
共催講座

## 五感解放

~自分を癒す+贅沢時間~

体がよみがえる座禅 ★とき 10月8日(金) 9:30~11:00

★ところ 久昌寺

香りをもたらす ★とき 10月22日(金)

嬉しいはたらき 10:00~11:30

★ところ 三国木部コミセン

共催講座のお申し込み等詳細については8/26配布のチラシをご覧ください。

三国コミセン1Day講座⑤

## 布ぞうりを作ろう!を開催しました。

8月24日(火)開催の「布ぞうりを作ろう!」は夏休みのお子さんや男性の方も参加し、にぎやかに楽しい時間を過ごしました。色とりどりの布ぞうりが出来上がり、参加のみなさんは大満足の様子でした♡



## コミセン講座

通年講座「基礎から始めるパソコン講座」(火) 12・26 10:00~

コラボ講座「甘エビ料理講習会」(火) 19 9:30~

## 日々のこと ~わたしたちの日常~

三国のコミュニティセンターでは今年度「五感解放」というテーマで連携して講座を開いています。9月から「癒しのブラ寝タリウム」が始まります。これはコミセンの天井に星を写して、それを寝ながら楽しむという企画です。きっと私はすやすやと眠りに陥るでしょう。それでも許される講座です。10月には「体がよみがえる座禅」もあります。その下見で久昌寺に行ってきました。座禅には調身、調息、調心の動きがあるそうです。体のゆがみを整える、呼吸を整える、心を整えるそうです。久昌寺さんは第1日曜日に座禅教室みだいなを開いているそうです。誰でもできる座禅を目指しているので、足の組み方など厳しく言いません。座禅した後は何となくほっこりしました。その後薬師如来を写仏しました。下書きをなぞるだけですが、何となく集中して取り組めて、その後「ほっ」とする気持ち持が素敵だと感じました ★たっちゃん★