

7月 あらいそ

～みんなで利用 みんなの広場～

コミュニティセンターだより
No. 607号
令和8年6月11日
雄島コミュニティセンター
電話・FAX 82-3553
e-mail oshima-cc@city.fukui-sakai.lg.jp

コミセン1Day講座
参加者募集！！

「葉っぱ寿司講座」

～次世代に伝えたい大切な味 福井県郷土料理～

8月6日(木)
10:00～

昨年も開催し、大変好評をいただいた「葉っぱ寿司講座」を今年も開催します。葉っぱ寿司は「ハレの日のご馳走」で、お盆や秋祭り、お祝いごとの際に各家庭で作られてきたソウルフードです。ほんのりとしたアブラギリの葉の香りとさっぱりとした味わいが特徴！これからの季節にぴったりです。ぜひ、この機会にご参加ください。



おひとりさま
10個作ります

講師：森塚 美智子 先生
サポーター：坂井 康予 先生
参加費：1,900円（受講料200円含む）
持ち物：エプロン、バンダナ、手拭きタオル、
持ち帰り用の容器

定員14名



申し込み
QRコード



お申し込みは、お電話またはQRコードにてお願いします。

自主講座のお知らせとお願い

☆スマイル体操 講座生募集！！

（毎月第2・4月曜日 13:30～14:30）

音楽に合わせて楽しく体操をしています♪身体も心もリフレッシュ間違いなし！

★自主講座に見学を希望される方は、事前にコミュニティセンターまでご連絡いただきますようお願いいたします。

カフエぼ～とあらいそ

～人と人のつながりを編む、対話を編む～

◆あむあむの日…7月16日(木)

10:00～11:30

いつでも見学OKです。体験を希望される方は、お裁縫道具をお持ちください。材料費は200円です。

◆おやつの日…7月22日(水)

ミルク寒天 100円



熱中症にご注意を！

6月から7月初旬は過ごしやすい日もあり、「まだ夏じゃないから」と油断しがちです。しかし、実は熱中症のリスクがじわじわと高まる注意の時期です。

梅雨時の高湿度と気温上昇が体温調節を妨げるほか、熱中症対策の意識も低く、こまめな水分補給や服装の工夫が後回しにされがちです。その結果、気づかないうちに脱水が進行し体調不良につながる危険性があります。早めの熱中症予防対策をとりましょう。



エアコンや扇風機で温度をこまめに調節



遮光カーテンやすだれ打ち水を利用



天気のよい日は日陰の利用、こまめな休憩



外出時は日傘や帽子を利用



保冷材や冷たいタオル等で冷却



吸湿性、通気性の良い服装にする



こまめな水分補給

熱中症警戒アラートが発表された際は、コミュニティセンターをクーリングシェルター「涼み処さかい」として開放します。どうぞ、ご利用ください。

7月の自主講座（サークル） 予定表（6/4現在の予定を掲載しております。予定が変更する場合がございます）

講座名（サークル名）	開催日	曜日・予約時間	講座名（サークル名）	開催日	曜日・予約時間
楽々書道	6,13,21(火),27	(月)13:30~	彩美水彩画教室	2, 16	(木)13:00~
アソビハコ〜！韓国	13, 27	(月)19:30~	彩恵水彩画教室	9, 23	(木)13:00~
アソビハコ〜！韓国2	6	(月)19:30~	美楽来(ミラクル)ヨガ	2, 9, 16, 23	(木)13:00~
オハナ フラ カイマリーノteam T	16	(木)10:00~	スマイル体操	13,27	(月)13:30~
ポールで歩こっさ	7, 21	(火)9:30~	リメイクあそび	3	(金)9:30~
三国いきいき健康麻雀の会	7,14,21,28	(火)12:30~	三国囲碁会	3, 10, 17, 24	(金)13:00~
和会	8, 22	(水)13:00~	ちぎり絵	10, 24	(金)13:00~
みさき会	8,15,22,29	(水)13:30~	マミーバル	未定	
かめの子パソコン	2, 16	(木) 9:30~	キッズダンス	7, 14, 21, 28	(火)17:00~
楽しいパソコン	9,23	(木) 9:30~			
音楽体操いきいき教室(火)	14, 28	(火) 9:30~	音楽体操いきいき教室(金)	10, 24	(金)13:30~

7月のコミュニティーセンター講座予定表（6/4現在の予定を掲載しております。予定が変更する場合がございます）

講座名（サークル名）	開催日	曜日・時間	講座名（サークル名）	開催日	曜日・時間
放課後子ども教室 子ども楽々書道	13, 27	(月)16:00~	バランスボール体操	1, 15	10:00~
放課後子ども教室 子どもお抹茶クラブ	6	(土)13:00~	身体にやさしい 米粉クッキング	17	9:30~

三国町共催講座

「キエーロを学ぼう」開催しました！

昨年も開催し大好評だったキエーロの講座を三国町共催講座として今年度も開催しました！

この講座は、生ごみの減量という身近なことがSDGs達成への第一歩を踏み出すきっかけとなることを目的とし企画・開催されました。

1回目は6/7（日）に「キエーロを学ぼう」としてキエーロの仕組みなどを、勝山市にて自伐型林業に従事され、キエーロオフィシャル認定アドバイザーとしてもご活躍されている大久保 千恵先生に教えていただきました。今回も多くの方々に興味をもってもらいお越しいただくことが出来ました。昨年、受講された方からは、使ってみての感想や現状を聞くことが出来、大変有意義な講座となりました。ご参加いただいた皆様、ありがとうございました。

次回は、ご参加くださった方限定で、「キエーロを作ろう」を7月に開催します。お楽しみに★



Instagramにもコミセンの活動を載せています。フォローをお願いいたします。

Coming Soon!

夏休み子ども教室開催します！

今年も夏休みに子ども教室を開催します！

毎年大好評の1日コミセンDayのほか、楽しい教室が盛りだくさんです！！

詳しくは後日、小学校から配布されるチラシをご参照ください★

たくさんのご参加お待ちしております(*ω*)

日々是好日（ひびこれよきひ）～わたし達が思ったコト～

あらいそは7月ですが、6月です。師走まであと半年、もしくは1年の半分ですね！というべきか。とにかく季節はあつという間に巡ってきますね。爽やかな新緑の季節が過ぎ、ムシムシとした梅雨の時期、憂鬱になりがちですが、私は6月が嫌いではありません。洗濯物も乾きづらいし、食パンも冷蔵庫にしまわなければ青いモフモフなものが生えやすくなる季節ですが、6月はお花が素敵な季節だと思うのです。菖蒲、アヤメ、カキツバタ（もちろん見分けはつきません）、大輪の花を咲かせる紫陽花、バラ、坂井市の花であるユリなど清潔感のある花から甘い香りを放つ華やかな花など、目にすることが多く、なんだかウキウキするのです。平凡で繰り返しの日常ですが、「日々是好日」だなあと思うのです。

しのお