

◆フレイルチェック講座 健康・福祉部会

11/6(水)

本年度4回目のフレイル予防教室である「フレイルチェック講座」を、健康・福祉部会と春江北部福祉の会が中心となり、市の高齢福祉課の支援を受け、24名の参加者を集め開催しました。

講座では、市のフレイルサポーターと一緒に、握力・手足の筋肉量の測定、ふくらはぎ周囲の測定、立ち上がり測定などを行いました。また、人生100年時代のキーワードとして、フレイル予防3つのポイントが「栄養・運動・社会参加」であることを学びました。



～大石コミセンだより～

◆コミセン講座「転倒を予防していつまでも元気に」講座



11月12日(火)、島崎歯科医院の島崎直子先生からお口の機能維持のトレーニングを、また陽和縁の川口博司先生から貯筋の大切さと日常生活でできるトレーニングを学びました。受講生にも大好評で、みなさん再度開催を希望されていました。

◆放課後子ども教室 大石アトリエ工房 全7回



▲ミラーボックス作り



▲毛糸で鳥さん作り



▲アクティブアート

毎回あっという間に時間が過ぎていくアトリエ工房。集中して取り組んで、素敵な作品を作っています☆彡



アトリエ工房で使う廃材(手芸用品)を集めています。おうちで使わなくなったハギレやボタン、毛糸など寄贈いただくと助かります。



コミセン・まち協のイベントはインスタにて投稿中！インスタのフォローお願いします☆

おいしいだより



発行 大石地区まちづくり協議会・大石コミュニティセンター
編集 総務・広報部会 広報紙編集委員会

坂井市春江町上小森6-12 TEL/FAX(0776)72-0002
まち協HPはこちら <http://www4.fctv.ne.jp/~ohishimk/>
大石コミュニティセンターアドレス ohishi-cc@city.fukui-sakai.lg.jp



まち協HPはこちら

第65号

令和6年12月11日発行

| 大石地区の人口・世帯数 | | |
|---------------|--------|-----|
| (令和6年11月1日現在) | | |
| | 前号比 | |
| 世帯数 | 1,410戸 | -7 |
| 人口 | 3,961人 | -12 |
| 男 | 1,965人 | -3 |
| 女 | 1,996人 | 19 |

◆ユリプランター球根植え付け作業(花・環境部会)



・大石小学校のユリプランター植え付け作業は、10月30日(水)に行っています。

・同日、空き缶拾い・コミセン前花壇整備も行いました。

秋晴れの11月10日の日曜日、ゆりの里公園でユリプランター球根植え付け作業を行いました。これは、花・環境部会が中心となり、まち協全体で取り組む事業で、今年も坂井市役所春江支所、ハートピア春江、美健ハウスの協力をいただき実施しました。1つのプランターにユリの球根を5球ずつ植え込み、それを300個仕上げました。来年6月のユリの開花が、今から本当に楽しみです。

◆越前白茎ごぼうと大根の種まき 教育・文化部会

9/19(木)

まち協とJA婦人部が協力して、大石小の「みどりのうえん」で、3年生が春江の伝統野菜である越前白茎ごぼうと大根の種まきをする作業のお手伝いをしました。

このことは、テレビのニュースや新聞で大きく採り上げられました。

12月に収穫祭を行う予定をしています。



◆秋の交通安全早朝街頭啓発活動 安心・安全部会

9/24(火)

安心・安全部会が中心となって、まち協全体として交通安全協会などが行っている交通安全早朝街頭啓発活動に参加しています。秋の啓発活動は9月24日(火)午前7時10分から行われ、芦原街道西長田信号交差点など、区内主要交差点にまち協委員も立ち、交通事故の抑止や飲酒運転の撲滅を呼びかけました。



◆大石地区避難所開設訓練実施 大石区長会、安心・安全部会

9/29(日)



受付時の検温

午前8時より各集落で行われた「坂井市一斉の避難訓練」の後、10時30分から大石小学校で避難所開設訓練が行われました。

避難所受付・段ボールベッドの組立・簡易トイレの組立・非常食の炊き出し等の訓練のほか、煙体験・ドローン空撮・非常食・燃料電池車からの電気の供給・県動物愛護センターによる展示等のコーナーが設けられました。スタッフとして61名、防災体験に30名の方が参加しました。



非常食配布



簡易トイレの組み立て



非常時グッズの展示

◆「さつまいも掘り」のお手伝い 教育・文化部会

10/22(火)

教育・文化部会の人たちが大石小1年生とふたば学級の子もたちと「さつまいも掘り」体験をしました。子どもたちは一生懸命宝探しのようにさつまいもを探して喜んでいました。収穫したさつまいもはそれぞれ家に持って帰りました。各家庭でおいしく食べたようです。



◆自然エネルギー教室を開催 教育・文化部会

10/17(木)

アースサポーターの大橋さんを講師に招き、大石小の5年生に「地球温暖化のメカニズムと現状そして今後について」の話をしていただきました。

その後、太陽光発電を使ったソーラーライトを作りました。去年、今年の夏は気温が異常に高く35℃を超える猛暑日が連続しました。地球温暖化対策は、早急に全世界の国々が協力して解決しなければ手遅れになることが心配されています。



◆大人の遠足 健康・福祉部会

10/23(水)

今年の大人の遠足は、33名でバスに揺られて嶺南方面へ出かけました。北陸自動車道敦賀ICを降り、新しい敦賀駅を見学。その後三方五湖レインボーラインを楽しんで、午後からは美浜町の県の園芸体験施設「LABOの丘」でトマトの収穫体験を行いました。最後に道の駅「若狭美浜はまびより」で買い物等を楽しんで、若狭美浜ICから若狭舞鶴自動車道に乗り帰路につきました。嶺南方面を十分に満喫できた遠足でした。バス車中はビンゴゲームを楽しみ、和気あいあい親睦を温めました。



◆敬老事業

9月中旬、大石地区にお住いの75才以上の敬老対象者643名の方々に各区長さんを通じて、敬老祝い品を配布しました。

この商品は、能登復興支援金として売り上げの一部を日赤を通じて寄付されるものです。能登地方の一刻も早い復興をお祈りします。

敬老の方々におかれましても、お身体に気を付けて、いつまでも元気で過ごしてください。

