



さんぽみち11

令和7年10月23日発行

E-mail hamashigou-cc@city.fukui-sakai.lg.jp 三国町下野58-16 TEL/FAX 0776-81-3001



浜四郷

わんぱく村!



11月9日(日) 9:30~12:00 (最終受付11:30)



場所…浜四郷コミュニティセンター

■主催：浜四郷地区まちづくり協議会 体育育成部会 ■共催：三国町体育協会 浜四郷支部

申込不要! プレーヤー
全員に参加賞あります

【チャレンジ】

- ★空き缶つみ
- ★お手玉投げ
- ★ストラックアウト
- ★わなげ
- ★コロコロビンゴ
- ★フラフープ

【持ち物】…飲み物・
エコバック・内履き

年齢制限なし!
大人も子どもさんも
楽しめます
たくさんのご参加を
お待ちしております

ゲームにチャレンジして景品をゲットしちゃおう😊

令和7年度三国町コミュニティセンター共催講座

エコ+ザ

ECO+講座に行こうZa

地球にやさしく、私にもやさしい講座

第3弾

余りがちな おせち料理などの
リメイク術も両日各1品ご紹介!

エコクッキング
Eco COOKING

①【食材のECO】食材丸ごとクッキング

主菜からデザートまで大根で5品

★とき 11月28日(金) 9:30~12:00

・使い切りレシピを学んでゴミや食品ロスを削減!
今が旬の大根の使い切りレシピをご紹介します

②【時間のECO】時短クッキング

主菜からデザートまで30分で5品

★とき 12月20日(土) 9:30~12:00

・レンジの活用術など、時短のコツを学び、
時間も労力もエネルギーもカット!

★講師：江川 真美 氏 (コミュニティカフェRaki主宰・坂井市環境推進員)

★ところ：三国コミュニティセンター

★参加費：1,400円 (受講料200円+材料費1,200円) / 1回

★定員：各15名 (どちらか1日ずつの参加もできます)

★持ち物：エプロン、バンダナ、お持ち帰りタッパ (試食あります)

★申込開始：10月29日(水) 9:00 ★申込締切：11月14日(金) 17:00

★お申込み&お問合せ先：三国コミュニティセンター (平日9:00~17:00)

Tel: 82-6400 E-mail: mikuni-cc@city.hukui-sakai.lg.jp



QRコードから
お申込みできます

浜四郷・新保コミュニティセンター共催講座

洋風しめ飾りづくり

来年は、洋風のしめ飾りで
新年をお迎えしませんか
いつもと違う、華やかで豪華な
締め飾りを作ってみましょう



日時：12月13日（土）10:00～11:30

場所：浜四郷コミュニティセンター

講師：石黒 香代子 氏

参加費：2,000円（受講料200円込）

定員：10名

申込期間：10月30日～12月5日（定員になり次第締切ります）

申込方法：電話、メール、コミセン窓口にて

申込先：浜四郷コミュニティセンター

☎81-3001（平日8:30～17:00）

メールの方は、こちらから➡



作品の見本が
浜四郷コミセンに
あります。



青少年育成坂井市民会議 浜四郷支部

10月16日（木）、三国西小学校の
玄関先で「あいさつ運動」を行いま
した。子どもたちの「おはよう」
の声で、とても爽やかな気持ちに
なりました。地域の皆さんも子どもたちの見守り・声かけを
お願いします。



★後期 浜四郷コミセン講座

①【村田シェフの素敵フレンチ】

日時：12/5（金）9:30～12:30

受講料：200円

材料費：1,800円



②【クリスマスケーキ作り】

日時：12/25（木）9:30～12:30

受講料：200円

材料費：2,500円（箱代込み）

①、②とも若干名受付可能です。
人気の講座ですので、申込みを
希望される方は、お早めに☆

令和7年9月27日（土）

【浜四郷まつり】が開催されました。



秋晴れの青空の下、たくさんの方にご参加いただき、笑
顔あふれる、大変賑やかなお祭りになりました。

早朝よりご協力いただいたスタッフの皆さん、ありがと
うございました。（当日の様子は、浜四郷コミセンのインス
タグラムで見ることが出来ますのでチェックしてくださいね。）

【11月 浜四郷コミセン・臨海体育館予定表】

日	曜	コミュニティセンター	臨海体育館	日	曜	コミュニティセンター	臨海体育館
1	土		スプリングクラブ	16	日	休館日（第3日曜日）	
2	日			17	月		
3	月	休館日（文化の日）		18	火	音楽・体操いきいき教室 ボールペン筆ペン講座	
4	火	音楽・体操いきいき教室 ボールペン筆ペン講座		19	水	やさしいヨガ	
5	水	やさしいヨガ カラオケ愛好会	体協支部バレーボール	20	木		ファミリーバドミントン
6	木		ファミリーバドミントン	21	金		
7	金			22	土	刺しゅうとパッチワーク教室	スプリングクラブ
8	土	刺しゅうとパッチワーク教室	スプリングクラブ	23	日	休館日（勤労感謝の日）	
9	日	【わんぱく村！】		24	月	休館日（振替休日）	
10	月			25	火		
11	火			26	水		
12	水		体協支部バレーボール	27	木		ファミリーバドミントン
13	木		ファミリーバドミントン	28	金		
14	金			29	土	【三世代事業】	スプリングクラブ
15	土		スプリングクラブ	30	日		

※予定を変更する場合がございます。ご了承ください。

今月は、こしの先生の「健康コラム」はお休みします。来月に掲載しますので、お楽しみに☆

蛍光灯・乾電池の回収日は毎月第4水曜日です。浜四郷コミュニティセンター玄関内に回収箱を設置しています。