

## 2022年12月のカレンダー（休館日・ゴミ収集日・行事予定）

日	月	火	水	木	金	土
 <div style="border: 1px solid red; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>【公民館：年末年始休館日】</b>                      R4年12月28日(水)～                      R5年1月4日(水)                 </div>				1	2	3
				ビン・埋立・缶 ペットボトル 有害・金物	燃やすゴミ	
4	5 休館日	6	7	8	9	10
その他紙 その他プラ		燃やすゴミ ココカラ元気教室	第9回区長会	燃やすゴミ		
11	12 休館日	13	14	15	16	17
その他プラ		燃やすゴミ ココカラ元気教室		埋立・缶 ペットボトル 有害・金物	燃やすゴミ	公民館 寄せ植え教室
18 休館日	19 休館日	20	21	22	23	24
その他紙 その他プラ		燃やすゴミ ココカラ元気教室			燃やすゴミ	～小学校冬休み
25	26 休館日	27	28 年末休館日	29 年末休館日	30 年末休館日	31 年末休館日
その他プラ		燃やすゴミ	新聞・雑誌 ダンボール	燃やすゴミ		

### 中名田診療所R4/12月休診日

毎週 木曜日・日曜日 と  
29～31（年末休診）

### <市老連:大会結果>

去る11月18日(金)、市民体育館に置いて、「第3回親善スティックリング大会」が開催され、中名田から5チームが出場されました。全30チームを6ブロックに分けて5チーム総当たりで対戦した結果、中名田より1チームが決勝トーナメントに進出されましたが、そこで惜しくも敗れました。参加者の皆さん、お疲れ様でした。

### ●雑感

秋が深まり紅葉が鮮やかですが、朝晩の寒さが堪える季節になりました。寒くなるとどうしても屋内で過ごすことが多くなってしまい、人と出会うことや話し合うことが少なくなり、脳を活発に動かすことが減ってしまいがちです。今、シニア世代を対象にした「eスポーツ」の教室が多くあり、高齢者のセカンドライフとして注目を集めているようです。以前大流行したインベーダーなどのコンピューターゲームですが、指先を動かしゲームの状況に素早く反応することで、脳を刺激し認知予防に効果があるそうです。最近のゲームセンターには子どもだけではなく、高齢者が多く利用しているのを見かけます。「eスポーツ」はオリンピック種目の候補にもなっていると聞きます。60歳以上のオリンピック選手が誕生したら楽しいですね。  
M・O

R4  
11月号

# 中名田公民館だより



“住みやすい・住んでいて良かった・移り住んでみたい 中名田を”

- 発行日：令和4年11月25(金) ■第407号
- 編集・発行：中名田公民館
- 住所：〒917-0355 福井県小浜市下田 52-19  
Tel 59-0820 Fax 59-0903
- アドレス：[ph-nakanata@city.obama.lg.jp](mailto:ph-nakanata@city.obama.lg.jp)
- 人口動向：世帯数 291 戸(年度当初報告数 前年比-2)  
人口 882 名(前月比 +2) 男 428 名・女 454 名  
転入 4・転出 1・出生 0・死亡 1  
(※10/31 現在 中名田に住民登録のある方)

- 今月号のもくじ
- P1. 3年振り「健康ウォーク」開催
  - P2. 中名田小1・2年生：公民館見学
  - P2. 中老連：忠霊塔清掃、消防団：秋季訓練
  - P2. 食改：健康に食べよう会
  - P2. 区長会：猟犬看板設置
  - P2. 公民館：健康体操教室
  - P2. 児童館・公民館：焼きも&モルック体験
  - P3. 市長と描くデザイントーク
  - P3. 公民館：ビーズアートキーホルダー作り
  - P4. 11月短歌会詠草、お知らせ
  - P4. 12月ゴミカレンダー・診療所休診日
  - P4. 大会結果・雑感

## 3年振りに「健康ウォーク」が開催されました！ ～「亀が淵の滝」編～

11/6日



中野スポーツ協会長の開催挨拶

各班、小学生を先頭に4班に分かれ元気に出発！

マイナスイオンをいっぱいあ

10月の半ば以降に配布した募集チラシでしたが、あれよあれよという間に申込者があふれ、今回も大盛況の中、無事終えることができました。コロナ第8波がきていますが、工夫をしながらいろんな行事に取り組んでいけたらいいと思います。（★各班の集合写真は後日お渡します。それ以外にも個人の素敵な写真が沢山撮ってあります。見たい！欲しい！方は公民館まで。）

今回の健康ウォークは中名田小学校の児童が企画協賛してくれました。コロナの影響で3年ぶりの中名田地区の行事でしたが、140名近くの皆様が参加して頂きスポーツ協会としても大変うれしく感謝しております。ありがとうございました。  
(スポーツ協会記)



滝の整備について説明する岡



抽選会の前に小学生よりクイズの出題  
賞品には小学生が育てた「いちほまれ」



多くの方が賞品ゲットしま

### 公民館見学(中名田小1・2年生) 10/27

中名田小学校の1・2年生が地域学習を進めるために公民館を訪れました。公民館の主な仕事内容をはじめ、高齢者を診療所まで送迎しているスマイルカーの運行や屋外スピーカー活用などの質問を受けました。また、二階ホールにある「明治時代の中名田地区地図」にも興味を示していました。



### 忠霊塔清掃(中老連) 10/28

今年2回目の忠霊塔廻りの草刈りや掃除を、中老連の役員さんで実施していただきました。当日は朝早くから各自機械等を持ち込み、それぞれ分担作業を手際よく進められ、みるみるうちに綺麗にして下さいました。ありがとうございました。



### 秋季訓練(消防第8分団) 10/30



令和4年度の秋季訓練が小浜市谷田部、訓練用地において行われ、第8分団より5名が参加しました。内容については自然水利を使用した火災防ぎ訓練とホース延長、中継送水訓練を行いました。(消防団記) 常日頃からの訓練が大事ですね。参加された皆さん、お疲れ様でした。

### 健康に食べよう会(食改) 11/5

皆さんは自分の1食分のカロリーとエネルギーをご存知ですか？ 11月5日(土)健康管理センター指導のもと生活習慣病を予防する教室が開催されました。参加者は職員の説明を受け、自分のカロリー・エネルギーを計算し食生活改善推進員が調理された中から自分にあった主食・主菜・副菜・デザートを選びました。バランスよく選ぶ事で品数も多く食べられ、食生活の見直しの良い機会になりました。前日から準備くださった食改の皆さん、ご苦労さまでした。



### 「狩猟者に注意喚起」の看板取り付け(区長会)

鉄砲狩猟期間(11月15日～2月15日)の安全を期し、区長会では狩猟者に注意を促す看板を設置しています。狩猟期間内に限らず、事故が無いことを願っています。



### 健康体操教室(公民館) 11/11

公民館では3年ぶりに健康体操教室を行いました。嶺南各所でご活躍されている出口稀さんを講師に迎え、普段あまり動かしていない筋肉を中心にゆるやかな体操を教えてくださいました。またリンパの流れをよくする動きも教えていただき、参加された方は、「痛たたあー」と言いながらも一生懸命やっていました。



途中、脳トレや、笑いを含めた会話もあり、楽しい教室となりました。

### 焼いも大会&モルック体験(児童館・公民館)

児童館で「やきいも&モルック大会」が開催されました。今年も『やきいも』は老人会の方々にご協力いただきました。参加してくれた皆で、先日収穫したさつまいもを洗って、新聞紙とアルミホイルで包み、焚火の中に入れ、焼きあがるのを待ちました。



11/13

その間に『モルック』というニュースポーツを楽しみました。モルックとはボーリングのようにピンを倒すのですが、ルールも色々あり子どもも大人も楽しんでいました。今後、地区内でも浸透していきそうです。その後、出来上がった焼き芋を皆で味わい、楽しいひと時を過ごすことができました。

### 市長と描くデザイントーク 11/18

小浜市から松崎市長・谷口副市長・窪田教育長をはじめとする市職員、中名田地区からは区長・代理区長・各種団体長が出席して開催しました。最初に松崎市長から、感染症や物価高対策をはじめ北陸新幹線敦賀開業を見据えたまちづくりなど市の重点施策について説明がありました。続いて、区長会・田村のゆめづくり協議会を中心に検討を進めてきた「中名田地区長期構想計画(案)」を、ゆめづくり協議会副代表岡登志郎さんが発表しました。これは、令和元年に地区民アンケート調査の後、「これからの中名田の課題と取り組み」について3年掛かりで検討してきたものです。来年3月までには全家庭に冊子としてお配りする予定です。



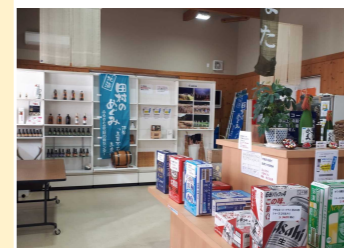
### お知らせ 実習室に自動水栓設置



実習室に新しく手洗い専用の水栓が出来ました。今までは、室外の手洗い場を使っていましたが、食品衛生法が改正され室内に設けることが決まり11月15日(火)に設置工事が行われました。自動水栓になったので便利になりました。

### 森センター内に作品展示始めます

ふるさと文化財の森センターでは展示室の一角を利用して、中名地区在住の方の作品展示を始めます。工芸品・写真などを募集しています。詳しいことは下記までお問い合わせください。作品の販売を希望される方もご相談ください。問い合わせ先：59-4030 (ふるさと文化財の森センター)



現在の展示の様子

### 公民館・寄せ植え教室

◇日時：12月17日(土)10時～  
◇場所：中名田公民館 ◇定員：20名程度  
◇参加費：1,500円(一部補助)  
◇講師：細川ゆかりさん  
◇申込み：12月7日(水)までに公民館(59-0820)まで



毎年人気の教室です。お正月の玄関を華やかに飾りまし

### ビーズアート・キーホルダー作り(公民館) 11/19



動物や花束などをモチーフにしたキーホルダー作りに、最初は「細かくて出来るかしら？」などの声も聞かれましたが、作り始めるといつの間にか集中して取り組んでいました。子ども達も楽しく作ってくれ、作品が出来上がると、「可愛い」「きれい」と感想を聞かせて下さいました。初めての試みでしたが楽しくできました。

アクリル板にビーズを貼り付けて作品を完成させるキーホルダー作りを子ども達を交えて開催しました。

【第三百六十三回 中名田短歌会詠草】  
\*ひさびさに兄弟夫婦集ひたり想い出弾  
み語りゆく夜 芝 令子  
\*秋晴れに紅葉したる山山を朝夕眺め心  
満ゆく 池田 豊子  
\*園の帰り男孫は拾ふ桜葉の紅葉せしを  
ママにプレゼント 片岡 玲子  
\*オーケストラのバックコーラスの舞台  
終へ観客の拍手胸満つ心地 中西さかえ  
\*庭掃除ささんかの花が風に舞ふひとひ  
らふたひら頬を撫でゆく 芝 幸子  
\*ともすれば沈みがちな一人居にすり  
寄る猫の背をそっと撫づ 芝 美代子

### 物価高騰対策として「おばまチケット」配布します

物価高騰の影響を受けている市民の負担を軽減するとともに、地域の消費を喚起するため、市内の店舗で利用できる地域商品券『おばまチケット』を配布します。

- ◇対象：全ての市民(令和4年11月10日時点で住民登録がある方)
- ◇配布時期：12月上旬から順次、世帯主当りに世帯人数分のチケットを郵送
- ◇利用期限：令和5年2月10日(金)
- ◇問合せ：小浜市物価高騰対策チーム (TEL 0770-53-1111)

### 地区民ソフボール大会について

12月11日(日)に予定していましたが、室内競技であることや、コロナ第8波が迫っていることから、今年も中止とさせていただきます。ご理解願います。