

# お和とうんぴんべっぴんズ

## お知らせ

日時：11月20日（金）午後1時30分～（50分）無料  
 会場：交流ターミナルセンター（雲浜公民館）駐車場あり  
 第1部：健康で長生き カ・キ・ク・ケ・コ  
 第2部：新説 浦島太郎（寸劇）  
 問い合わせ：090-1312-4689（青山）

花火あり!!  
 なつかしい歌あり!!  
 足もとフラダンスあり!!  
 お芝居もあります!!  
 おもしろいですヨ



雲浜地区のメンバー10人で各地サロン・老人介護施設などで活動しています。  
 ようやく練習を再開し、秋の発表会を開催します。見に来てくださいね！

### “歩くこと”で予防・改善

週平均 6,000 歩

心理的健康+認知症の予防

週平均 8,000 歩

生活習慣病の予防

目安は 10 分で およそ 1,000 歩!

1 時間 約 6,000 歩

実施・チケット交換

R2年 10/19(月)～12/28日(月)

### ～ メタボン退治ウォーキング ～

新型コロナウイルス感染症の影響による自粛生活の中で、メタボリックシンドロームの影「メタボン」にならないよう「メタボン」退治をして健康になりませんか？



問い合わせ 小浜市健康管理センター  
 ☎ 52-2222（平日 8:30～17:15）

### スポーツ大会の中止について

- 小浜市駅伝競走大会（11/23）
- 地区対抗バスケットボール大会（12/5・6）
- 地区対抗バドミントン大会（R3・1/17）
- 地区対抗卓球大会（R3・1/31）

新型コロナウイルスの終息時期が見通せない状況の中、  
 各種対策を講じた上で開催した場合においてもリスクを伴った大会を不安に思う方、参加に慎重になる方がいる事を踏まえ、中止となりました。

#### 雲浜地区の大会中止

- 地区民 ソフトバレーボール大会（11/1）
- 地区民 卓球大会（12/6）

### 11月の休館日

- 2日（月） ・ 3日（祝・火）
- 9日（月） ・ 15日（第3日）
- 16日（月） ・ 23日（祝・月）
- 24日（振・火） ・ 30日（月）

「災害は忘れた頃にやってくる」 地震や災害はいつ・どこで起こるかわかりません。日頃から非常持ち出しや避難について、家族で話し合ってくださいね。

（雲浜公民館 職員一同）

お問合せ・ご連絡は雲浜公民館まで

〒917-0095 福井県小浜市城内二丁目5-16

TEL (0770)52-9080 FAX (0770)52-1090



# 雲浜地区コミュニティ協議会だより

発行元：〒917-0095 福井県小浜市城内二丁目5-16 雲浜公民館  
 （発行日 10月25日）

令和2年度  
 第5号  
 人口4,738人  
 男性2,282人  
 女性2,456人  
 世帯数2,198世帯  
 9月30日現在

## 雲浜 小学校 体育 大会



### 応援合戦

10月 14日 (水)

### 雲浜小学校 体育大会

雲浜小学校体育大会が台風14号の影響で順延となり、10月14日（水）に秋晴れの中、雲浜小学校グラウンドで開催されました。

1年生は初めて、6年生は最後の体育大会。新型コロナウイルス感染予防対策を行いながら、今までとは違う形の体育大会でしたが、勝っても負けても精一杯頑張る姿に感動しました。

良い思い出になったでしょうか？

