

# 径団』太からの お知らせ!

社北体育振興会

## 令和5年体育振興会行事予定

開催日時	大会名
11月19日(日)	云場

たくさんの方のご参加をお待ちしています。

社北地区社会福祉協議会

## ふれあい福祉健康フェア2023

€・ヨリ 令和5年 10月29日@ 10:00 12:00

€・聖面社北公民館

### ■健康コ - ナー

健康チェック（血管年齢・貧血検査）  
健康相談

### ■健康体操 10:00 11:00

「みんなで楽しくケア体操」  
講師：スポーツクラブ新田塚アーチンストラクター 出倉雄亮氏  
参加者に健康グッズの粗品進呈！ 皆様のご参加お待ちしています。

## 中学生と高齢者・スポーツ交流会

€・ヨリ 令和5年 11月5日@ 10:00 11:30

€・聖面社中体育館

### e口 65歳以上の方

ステッキリング、輪投げ、ダーツ、ボッチャなどの軽スポーツで、  
中学生と楽しい時間を過ごしませんか。  
お申し込みは各地区的民生委員又は、公民館までお願いします。

福井南交通安全協会社北分会 社北地区交通安全推進協議会

## 年末の交通安全運動

€・D 紐 5年 12月11日(日) 20日(日)

までの 10日間

飲酒の機会が多くなる時期です。飲酒後は絶対に車の運転はしない。  
車を運転するときは、運転に集中して安全運転を心がけてください。

## 因才屁 金机 k.

日時 令和6年 1月22日(日)

場所 出雲大社福井分院

社北地区交通安全運動を祈願します。

社北公民館

やしろ北学び専科

日 時 令和5年 11月16日(木)  
10:00 ~ 11:30

場 所 社北公民館

講 座 健康体操  
「3B体操で楽しく健康的な身体づくり」

講 師 日本3B体操協会 公認指導者  
齋藤 美恵子

本を読もう！ 素敵な  
みどり図書館貸出ランキング

眠トレ! ぐっすり眠ってすっきり目覚める66の新習慣

●快眠セラピスト 三橋 美穂／著 ●三笠書房

1万人の眠りを変えた快眠セラピストが、誰もすぐに実践できて、効果がある「眠トレ」を紹介しています。心地よく眠るために、「体内時計」「自律神経」「体温」「ホルモン」などの準備が整っている必要があります。そのための「生活習慣」「運動」「考え方」など著者が研究した中で、効果のある66の方法を厳選。ベストな睡眠スタイルを見つけて“眠りの達人”を目指しましょう。

透明な螺旋 ●東野 圭吾 著 ●文藝春秋

マスカレード・ゲーム ●東野 圭吾 著 ●集英社

魔女と過ごした七日間 ●東野 圭吾 著 ●KADOKAWA

地域のライブ配信を楽しもう！

一般財団法人 自治総合センターが宝くじ社会貢献広報事業として行っているコミュニティ助成事業を活用し、ライブ配信機器と公民館でのライブ配信鑑賞環境の整備を行いました。

新型コロナウイルス感染症が5類感染症に移行されました。それでもいろんなケーズで密集を避ける傾向にあります。それは地域のイベントにおいても同様です。

そこで今回の整備で、地域の演奏会などでライブ配信を今まで以上に積極的に活用して家庭でもイベントを楽しむようにしていきます。また、鑑賞する環境がない方にも公民館をライブ配信の鑑賞会場として活用する予定ですので、ぜひ、ご利用ください。

イベント会場に行かなくてもインターネットを介し、地域のみんなつながろう！

杭州アジア大会  
4×100mリレー  
銀メダル

おめでとう！ 宇野 勝翔 君(緑苑)

社北小、社中出身の宇野勝翔君(順大)がアジア大会のリレーで銀メダルを獲得。200m走でも8位入賞と大活躍。まだ若干22歳の宇野君。今後も日本代表として、世界での活躍が期待されています。社北のみんなで応援していきましょう！

11月の社北公民館行事予定

3日(日) 17:00 イルミネーション演奏会

11日(日) 13:00 チャオカーリ作戦(くるりん秋まつり)

16日(金) 10:00 やしろ北学び専科(健康体操)

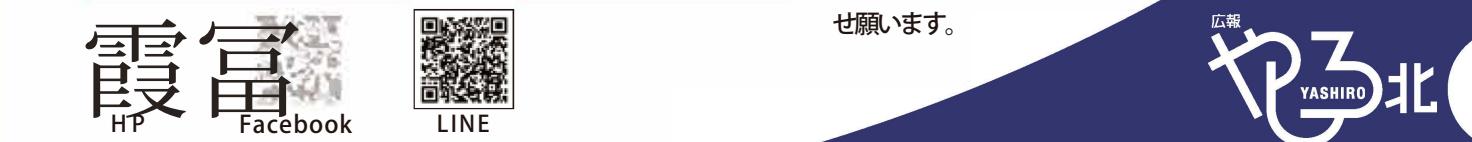
編集後記

今まで実施してきた地区体育祭やサマーフェスタ、公民館まつりなどの地区事業を今年から一新し、オーブンカレッジ社北、桜まつり、社北フォトロゲイニング、サマーイルミネーションを実施。どの事業も参加した方からはとても好評で、来年以降も継続する方向で検討中です。でも、参加されない方はどの事業にも参加されていないようです。

地区事業は各家庭から支出している自治会費で地域の交流や個人の成長、健康促進を目的に行っている事業です。端から参加しないと決め込むのではなく一度参加してみて事業を体験してみてはいかがでしょうか？社北地区としては、参加者の声を反映し、住民の皆さんに楽しんでもらえるような事業に。常に改善していく心構えでいます。

まずは地区事業に参加して、皆さんのご意見をお聞かせ願います。

令和5年10月19日発行  
発行・編集:社北広報委員会  
広報  
やしろ北 YASHIRO  
社北広報委員会  
n\_039  
2023.10.19



広報  
やしろ北  
YASHIRO  
社北広報委員会  
n\_039  
2023.10.19

西部緑道イルミネーションコンサート\*

11月3日(金・祝) / 13:00 - 17:00-18:00

秋夜の西部緑道に輝くイルミネーションの光に包まれ響くやさしいマリンバの音色  
今年も文化の日に開催する感動のコンサート  
Pulse Duのふたりの息ピッタリのマリンバ演奏にみんな釘付け  
素敵な音と光を、ぜひお楽しみください