



上文殊公民館だより 上文殊

地区の人口(8/1付)
1,524人

男性746 女性776

前月比±0世帯数605

令和7年度

三二版



令和7年8月16日 上文殊公民館発行 ☎41-0516 ✉ kmonju-k@mx1.fctv.ne.jp

びしょぬれ大作戦！夏の水あそびDAY

8月6日、公民館の駐車場で『かみもんWATER DAY』と題して水あそびを行いました。連日の猛暑が続く中、この日の予報は雨でしたが、幸いにも開催時間中は雨も降らず、天気が何とか持ちこたえてくれました。

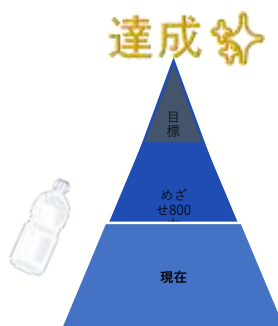
公民館の大きなプールに水を張り、小さなプールにはカラフルな水風船を浮かべて、涼しげでとてもきれいな光景が広がっていました。こども達は大はしゃぎで水あそびを楽しみ、ひと時の『涼』を感じることができました。大人も子どももびしょぬれになりながら、笑顔いっぱいの楽しい時間となりました。



9月のご案内

ペットボトル回収へのご協力ありがとうございます！

2日・16日	稲っ子クラブ(福井学)	
6日(土)	なかよし学級	9:30～
7日(日)	資源回収 育成会	
12日(金)	文寿大学 異文化交流	13:30～
12日(金)	移動図書館フェニックス号	14:05～14:35
13日(土)	東大寺お米送り 刈り取り式	
28日(日)	敬老とふれあいの集い	9:30～



冬のイルミネーションに向け、ペットボトルの回収にご協力ありがとうございました。皆様のご協力で、ペットボトルの目標としていた本数を無事に集めることができました。皆様の温かいご支援とご協力に心より感謝申し上げます。ツリーの製作は10月から開始します。完成の折にはみんなで祝いたいと思います。お楽しみに！



文寿大学

多文化共生事業のお知らせ

日時: 9月12日(金)

13:30～15:00

場所: 上文殊公民館 大会議室

講師: ヤーシンさん(マレーシア出身)



今回は福井大学に在学中の留学生・ヤーシンさん(マレーシア出身)のお話を通して、異なる文化や価値観にふれることで、新たな気づきや、学びを得られる機会になればと思います。

～今後の予定～

11月12日(水)

行き先: 足羽川ダム現場見学



10月から健康教室(後半) 始まります！

秋の健康教室は“ウォーキング”です！過ごしやすい季節に軽やかにウォークできるよう、身体を動かしましょう

ウォーキング

①10月2日、9日(木)

②10月23日(木) ※地区外ウォーク



なかよし学級のお知らせ

ぜにばちでくるりんぱっ！

日時: 9月6日(土)

9:30～11:30

場所: 上文殊公民館 大会議室

講師: 和太鼓 天馬



※ 今年も敬老とふれあいの集いでぜにばちの演奏を発表する予定です。放課後の練習も始まります！



移動図書館フェニックス号

9月12日(金) 上文殊公民館 14:05～14:35

〃 帆谷町 15:45～15:00

お知らせ

上文殊校伝言板は夏休みのため今月号はお休みします。次回の掲載をお楽しみに！

館長通信

8月に入り、猛暑日の連続で、田んぼの水も身体も干上がりそうです。
皆さん、水分補給は適切に摂っていますか？ 私事ですが、先日朝早く田んぼに草刈りに出た時に、熱中症（汗が噴き出て体が動かなくなり胸悪くなり嘔吐）の症状になり大変でした。
朝早くは涼しいので朝飯を食わず出ましたが、聞くところによると、睡眠で水分は失われやすく就寝前と起床後は水分補給をすることが必要で、なおさら食事でも多くの水分が補われるので、食事をとっていないのは最悪の状態だとの事です。皆さんは、水分はどのくらい取られていますか？ 1日に適切な水分量は、個人差がありますが2ℓ程度（食事を含み）が目安と言われています。又、飲み物は、水・お茶・スポーツドリンク等が主流かと思いますが、絶えずお茶で水分補給と言われる方が多いと思いますが、お茶でも「麦茶」がおすすめ（ミネラルも少量含む）です。ほかの緑茶類はカフェインが含まれており、カフェインには利尿作用があり水分補給には不向きとの事です。また、スポーツドリンクは吸収も良く、大量に汗をかいた後は非常に良いのですが、糖質も多く、飲む量を調整する必要があります。一番の水分補給としては、水（ナチュラルミネラルウォーター）との事で、起床時・食事中・入浴前・就寝前と1時間半～2時間おきに、200mlが目安との事です。
皆さんも、適切な水分の補給を行い、この暑い夏を乗り切ってください。

福井市南消防署からのお知らせ

救える命を救うために

救急車の適正利用にご協力ください！！

9月9日は「救急の日」

9月7日(日)から9月13日(土)までの期間は「救急医療週間」としています。この機会に、救急車の適切な利用について考えてみませんか？

こんな時は迷わず119番！！

- ・急にろれつがまわらない・体が動かない
- ・突然の激しい頭痛・胸痛
- ・呼びかけても反応がない、呼吸が止まっている

その119番
本当に緊急ですか？



迷った時の便利ツール

- ①救急車必要なのはどんな時？
- ②全国版救急受診アプリ「Q助」
- ③救急相談窓口「#7119



お問い合わせ 福井市南消防署 TEL33-0119

総合開発委員会からのご案内

東大寺お米送り『刈り取り式』
日時：9月13日(土)

只今『奈良東大寺へお米送り奉納行事』参列者募集中！
日時：10月15日(水) 5時30分出発
申込み期日 9月17日(水) 申込は公民館まで

体育振興会からのご案内

日頃より、地域の皆様には体育振興会の活動に際し、ご協力いただきありがとうございます。春の地区体育祭はあいにくの雨での開催となりましたが、地域の皆様にご協力いただき、無事終わることができました。

後半の事業についてご案内いたします。ぜひご参加ください。
10月12日(日) ゲートボール大会・モルック大会
10月19日(日) 地区ゴルフ大会
11月 9日(日) 球技大会(場所:福井市東体育館)

育成会からのお願い

資源回収

日時：9月7日(日) 午前7時(雨天決行)

※詳しくはチラシをご覧ください

敬老とふれあいの集い近日公開！

祝敬老・自治会 福祉祭・社協 収穫祭・総合開発 2025
3つのお祭りが
一緒になった
敬老とふれあいの集い
9月28日(日)
9:30~12:00
於:上文殊小体育館

主催：敬老事業実行委員会
自治会連合会 社会福祉協議会
総合開発委員会 上文殊公民館
協賛：文殊苑 高志福祉会あゆみ
すいせんの里すだちの家

オープニング第1部は
「COLOR P.T」楽しいミュージカルや
ダンスを披露！笑いあり感動ありの
ステージに乞うご期待!!
第2部は公民館グループ「殊峯詩会」「なかよし学級」
「和太鼓天馬」が会場を盛りあげます♪

9:30 式典
10:00 おたのしみステージ
第1部 ミュージカル
10:35 おたのしみステージ
第2部 公民館グループ
11:35 収穫祭
11:45 おたのしみ抽選会

「福祉まつり」
健康相談やステージ合間のリフレッシュ
体操、当日参加の敬老者の方のお手紙、
&米寿の方には、記念品を贈呈します

「収穫祭」
9月18日に刈取り式が行われます。収穫し
た天日干し新米おこしをいただきます

R7 敬老とふれあいの集い抽選券
10月30日までに抽選会へ！当日
会場にいらっしゃる方が対象です

町
お名前
お住まい

当日は、抽選券を
持っておくことで
家族みんなで
みにきての
お楽しみを
準備します

公民館カレンダー

9 September						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

※白い数字は休館日

ご利用について

開館時間 午前9時～午後9時まで(9月4日現在)
日曜日、夜間の利用のない日は5時閉館です。
なるべく1週間前までにご予約ください。 急な利用が必
要な場合は、公民館にお問い合わせください。