



酒生公民館だより

E-mail:sakou-k@mx1.fctv.ne.jp TEL/FAX:0776-41-2503

授業参観

かえるの楽校

実施日：10月8日（火）



福井市民の
不屈の気概
不断の努力

福井大震災から、わずか一か月後におきた記録的な大雨による水害状況や、三八豪雪の記録映像を見ながら、山形館長の解説を交え話し合いました。また、日本を代表する名優宇野重吉氏主演の福井県観光番組では、福井の魅力を再発見することが出来ました。

自分のための時間

リズムフィットネス

実施日：10月16日（水）



冷え性改善
筋力アップ
肩こり改善

朝晩、めっきり肌寒くなりました。こんな季節の変わり目こそ、思いっきりカラダを動かして♪有酸素運動で心肺能力を高め、代謝の良い寒さに負けない筋力・体づくりを始めましょう！

初心者の方でも大丈夫(*^▽^*)

自分のためにできること、一緒にしませんか？

防災研修会

防災力を高めよう

実施日：10月26日（土）



自助！
共助！

福井市危機管理課奥島氏を講師にお迎えし、年明けに発生した能登半島地震の現状や、現場での様子などをお聞きしました。避難所運営がスムーズに出来ていた地域での取り組みを参考にし、常日頃からの備えと、地域の繋がりの大切さを実感しました。

不死鳥のねがい

福井市市民憲章 制定60周年記念

戦災や震災などの度重なる災禍にもめげず、再び三たび立ち上がった福井市民の努力は、まさに不死鳥の姿に似ているところから、不死鳥が福井市のシンボルとなっています。

あたらしい実践目標です！

1. 声かけと 笑顔うまれる 地域の輪
2. スポーツで 心も体も さわやかに
3. まちの美化 広がる緑と 豊かな心
4. 防犯防災 日々の声かけ 心がけ
5. 伝えよう 私が知ってる 福イイネ！

11月30日記念式典が開催されます。