



事業の中止等のお知らせ

スポーツ協会	8月9日(日)	地区ソフトボール大会
地区事業	9月13日(日)	敬老会 式典は中止します。対象者に記念品をお配りします。
	11月3日(火)	文化祭 ステージ発表・食のイベントは中止します。作品展示のみ実施予定です。

※詳しくは公民館までお問合せください。

プレミアム商品券「さばえでおトク券」抽選販売!

食べる・泊まる券とお店券(小売り・サービス)6,000円分を5,000円で販売します。
使えるお店は、広報さばえ8月号や鯖江のホームページでご確認ください。おつりは出ません。
利用の対象とならない店舗

- ・スーパーマーケット、ドラッグストア、コンビニエンスストア
- ・県外資本チェーン店、フランチャイズ店
- ・売り場面積が1,000平方メートルを超える小売店



対象	鯖江市在住のすべての人
購入方法	(1) Webまたは(2) はがきにて申込の上、抽選。当選の方のみ指定した郵便局にて購入。 ※当選結果は購入引換券の発送をもって代えさせていただきます。 抽選への応募方法は下記参照。
価格	1冊5,000円(1,000円分のプレミアム付き)
購入上限	おひとり2冊まで
応募期間	令和2年8月17日(月)まで はがきの場合、当日必着
券利用期間	令和2年8月1日(土)~12月31日(木)

~応募方法~

WEB 申込フォームから
ご応募ください。
申込フォームはコチラ→→→



はがき 必要事項をご記入の上、右記宛先にお送りください。
※はがき・切手代はお客様のご負担となります。



916-8666
鯖江市にぎわい推進室
さばえでおトク券
実行委員会
行

- 1) 郵便番号
- 2) 住所
- 3) 氏名
- 4) 電話番号
- 5) 購入冊数
- 6) 券受取希望郵便局※

※新横江・御幸簡易郵便局を除く



詳しくは

問合せ先：にぎわい推進室 ☎53-2230

公民館からのお願い

- ・マスクを着用してください。
- ・手洗いやアルコール消毒液を使っての手指の消毒を行ってください。
- ・体調不良の方や体温が37度以上ある方は、入館しないでください。文化講座の受講生は、事前に体温を測ってきてください。
- ・原則として、個人の水分補給を除く施設内での飲食はしないでください。



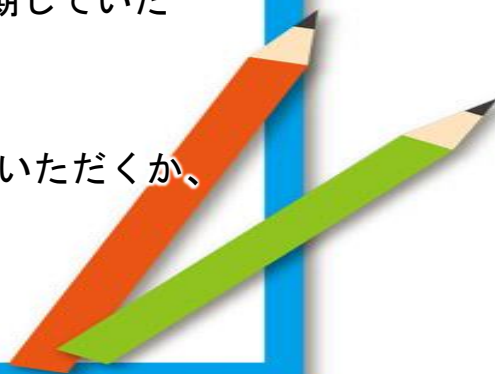
<8月の休館日> 2日(日) 10日(月) 11日(火) 16日(日) 25日(火)

令和2年度 「放課後子ども教室」が始まります！

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、延期していた「放課後子ども教室」を、9月より開催します。

対象は、片上小学校1年生～6年生です。

詳しくは、小学校経由で配布される案内をご覧ください。片上公民館までお問合せください。



頭と体を同時に使って介護予防

地域支え合い推進員

野菜で右向き

野菜の名前を聞いたら右向き、野菜以外の名前を聞いたら左向きです。脳で変換し素早く動きましょう。

所要時間	5～6分	隊形	散在、立位・座位
人数	何人でも	用具	なし

《進め方》

- ① 参加者は、前後左右、ぶつからない程度に広がります。
- ② 支援者が野菜の名前（または物の名前）を言います。
- ③ 参加者は指示に従って左右に90度回転します。

《支援のポイント》

- リズムよくお題を言いましょ。
- 野菜を果物や魚などに置き換えてみましょう。
- 左右を向く時にポーズを加えてみましょう。

例：右を向く時は頭の上で手を合わせる。左を向く時は両手でおしりを触る。



ゲー・チョキ・パーステップ

ゲー・チョキ・パーを左右交互に行いながら、足踏みプラスします。

所要時間	5～6分	隊形	散在、立位・座位
人数	何人でも	用具	なし

《進め方》 ・ふるさと・海・赤とんぼ・こいのぼり・おぼろ月夜・ぞうさん

- ① 歌を歌いながら右手と左手を交互に右手（ゲー・チョキ・パー・順）左手（チョキ・パー・ゲー・下ろすの順）の順番。最初に右手をあげてゲー・チョキ・パー、次に右手を下におろすと同時に左手をあげてチョキ・パー・ゲーをします。
- ② 慣れてきたら、足踏みをしながら行います。

《支援のポイント》

- ゲー・チョキ・パーは3拍子、足は2拍子を同時に行います。最初に見本をやってみましょう。失敗してもOK！！
- 足を上げる高さで強度が変わります。
- テンポアップで難易度アップになります。