e-とこ朝日

朝日地域コミュニティ運営委員会だより
（第 128 号/令和 5 年 12 月）

〒916-0141 越前町西田中 4 丁目 501
TEL 0778-34-7771　FAX 0778-34-7772　e-mail etoko.asahi@gmail.com

お正月の寄せ植え

冬花の特性や手入れの仕方、植え方のコツ等を学びながら楽しく寄せ植えしましょう！

【日 時】 12 月 13 日（水）午前 10 時～12 時
【場 所】 朝日コミュニティセンター（e-とこ朝日）
【講 師】 （株）花市場　渡辺 寛幸　氏
【定 員】 先着 15 名
【参 加】 2,500 円（材料代として）
【締 切】 12 月 5 日（火）
【持 参】 移植ごて・ゴム手袋・袋（持ち帰り用）

仲間募集！

●ノルディックウォーキング

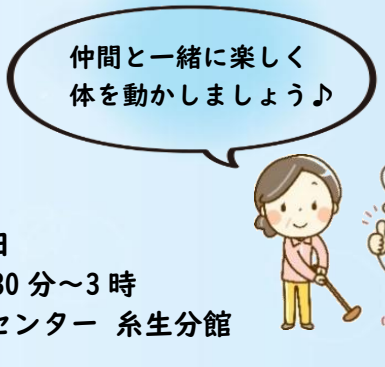
ポールを使うことで効率よく有酸素運動ができます。膝や腰への負担も少なく、首や肩こりの解消につながります。
半足分大股で少し速く歩くことで脳に強い刺激が伝わり、認知症予防にもなります。

≪定期開催≫
開催日：毎週火曜日
時　間：9 時～10 時 30 分
集　合：12 月～ 3 月　朝日体育館（陽光館西側）
　　4 月～11 月　町営球技場　駐車場

≪講習会≫
開催日：12 月 12 日（火）
時　間：9 時～10 時 30 分
集　合：朝日体育館（陽光館西側）
講　師：日本ノルディック協会
　　ベーシックインストラクター 亀田 友起 氏

●スティックリング

福井発祥のゴルフとカーリングを組み合わせたようなスポーツです。
特別な技術や力は必要ないので、誰でも安全に手軽に楽しめます。



朝日
開催日：毎週火曜日・木曜日
時　間：午前 9 時～11 時
場　所：朝日コミュニティセンター（e-とこ朝日）

糸生
開催日：毎週火曜日
時　間：午後 1 時 30 分～3 時
場　所：生涯学習センター 糸生分館

コミセンギャラリー

現在は下記の展示品がございます。ぜひご覧ください。
●キルト、創作粘土　17 点　近江 時江 氏
※e-とこ朝日ではコミセンギャラリーに飾る作品を随時募集しております。事務局までご連絡ください。

裏面もご覧ください。