

西郷公民館  
電話 26-2046  
FAX 26-3653  
メールアドレス  
kosaigou@ncn-k.net

# さいごう

世帯数 2,225戸  
人口 5,078人  
男 2,439人  
女 2,639人  
(平成28年1月末現在)

開館：月～金 9:00～17:00 (除祝祭日) 公民館の利用 (年間 9:00～22:00)

## 3月の行事・会合予定

日	曜日	時間	内容
1	火		
2	水		
3	木		
4	金	18:30	自治公民館長会
5	土		
6	日		
7	月	19:00	体育部会
8	火	9:00	ふれあい給食サービス (2班)
9	水	13:30	大風つくり
10	木		
11	金	10:00	河北中学校卒業証書授与式
12	土	16:00	ひなまつりコンサート
13	日		
14	月		
15	火		学校開放企画委員会
16	水	13:30	大相撲こぼれ話 Part.3
		19:00	第1回 地区敬老会運営委員会
17	木	9:30	主事研修会 (交流プラザ)
18	金	9:30	西郷小学校卒業証書授与式
		17:00	パトロール河北 (山根・山根茶屋・大原)
19	土		
20	日		
21	月		
22	火	9:00	ふれあい給食サービス (1班)
		13:30	ふれあい給食サービス総会
		16:00	パトロール河北 (上余戸・栗尾・虹ヶ丘町)
23	水	10:00	第3回長生会役員会
		13:30	大風つくり
24	木		
25	金		
26	土		
27	日		
28	月		
29	火		
30	水		
31	木		
4/1	金		
2	土		
3	日		



## 各教室の活動予定

太極拳  
毎月 第1・3土曜日  
20:00～

ラウンドダンス  
毎週 月曜日  
10:00～

ラージボール卓球  
毎週 日曜日  
13:00～

バウンズボール  
毎月 第2・4日曜日  
13:30～

編み物  
月3回・・・木曜日  
13:30～

お茶を楽しむ会  
3月11日 (金)  
13:30～

西郷シニア元気塾  
3月3日・17日 (木)  
9:30～

草の実俳壇  
3月15日 (火)  
10:00～

川柳  
3月22日 (火)  
13:30～

囲碁  
第2・4水曜日  
13:30～

楽しいガーデニング  
3月16日 (水)  
9:30～

絵手紙  
未定  
13:30～

### 3つの光でぐっすり睡眠 倉吉市保健センター

最近ぐっすり眠れていますか？

質のよい睡眠をとるには、体内時計のリズムが大切です！！

そこで「光」を使って、朝・昼・晩ごとに睡眠のための工夫をしましょう。

#### <3つの光>

●朝は浴びる・・・規則正しい時間に起きて、朝の光で体内時計のスイッチをオンにしよう。

●昼は感じる・・・日中の活動と自然光で昼夜のメリハリをつけよう。

●夜は抑える・・・テレビやパソコンなどの強い光を抑えよう！  
部屋の照明を落とし、のんびりしよう。



## アイラブ 西郷 子ども見守り活動パトロール報告 (市道 大原～山根線 7:10～7:55)

ある朝の登校風景・・・。7:15 大原、O・Iさん2名に付き添われて登校開始。同時刻、山根では、数名の母親に見送られ、Yさんに付き添ってもらいながら登校開始。途中でWさんが付き添う登校班と合流。伊木では、W・Wさん2名の「お早う」の声かけがあり、さらに、Kさんが集団登校の最終班に付き添い追い上げ・・・。パチンコローマの押しボタン歩道では、Tさんが見守り。パラダイス横の通路で待ち受けていると、Sさんが付き添う元気一杯の登校班に出会う。東高生の挨拶も日々に多くなる。パトロール車は、急いで南下・・・下余戸では、Nさんの姿が見える・・・上余戸に引き返すと、毎朝、一番きまりの良い栗尾の登校班に出会う。Mさんが常に付き添っておられ、上余戸集落のT・Mさん2名の激励でさらに元気つきピッチも上がる。上余戸公民館前では、Nさんが交通整理・・・。大原班は、なかなかピッチがあがらず班長は、止まっては待ちの・・・連続でいつも苦戦・・・。

急いで、虹ヶ丘町の入り口の横断指導に向い、30数名の安全を確保。続いて、複雑な交差点生部商店前で、Kさんを中心に数人で見守る。今日は、あの子がいないぞ、どうしたのかな・・・との会話が交わされ・・・心配顔・・・？ さらに、柿畑付近の緑道入口では、Fさんが横断指導・・・。最後の学校入り口付近では、校長先生と生活指導係りの真山先生がお出迎えである。

この一部の地域の報告だけでも、20名近くの人々に参加いただいている。これ以外の箇所でも、見守ってもらっているはずである。

本当にありがとうございます。下校時も含め今後ともよろしくお願ひします。



### 若桐山

三月、陰暦では弥生と云い、官公庁は年度末。一区切りつけるため、配置換え・移動・退職・転勤など、なにかと多忙で、その上に物悲しい月である。

特に、学校においては、卒業式という一大行事がある。卒業式といえば、私たちの世代は、「蛍の光」のメロディーが、すぐ思い浮かぶ。あの何とも云えない哀愁帯びたメロディーを聞いたときに、胸がつまり涙が込み上げて来るのである。これぞ卒業式であった・・・が最近の卒業式で耳にすることはほとんどない。寂しい限りである。

ところが、昨年のNHKの朝ドラ「マッサン」で毎朝のように耳にしウルウル、いつの間にか引き込まれ、毎朝見ずにはおれなくなつた。引き込まれたにはもう一つの理由がある。このドラマの脚本は「羽原大介」さん。聞くところによると、倉吉生まれ東京育ち。父親は、倉吉東高野球部で現役・監督と大活躍されていた羽原利昭氏で、私にとってはよき師匠・相談役・特に由良育英野球部の監督時代はよきライバルでもあった。

余談はさておき、最近の卒業式では、蛍の光に代わり、世相を反映した「歌」の合唱が聞かれ、これもまた楽しみの一つである。今年は、どんな「曲」かな・・・？

西郷小・河北中の卒業式が楽しみである。



平成28年度 西郷自治公民館協議会  
館長会および各部会 事業計画



〈館長会〉

会長 笠見 篤義 (伊 木)  
副会長 小椋 満久 (大 原)

1. 西郷地区の振興に関すること
2. 西郷地区の福祉向上に関すること
3. 各部の計画する事業の推進に関すること
4. 各自治公民館相互の連絡・調整に関すること
5. 対外機関との折衝・連絡に関すること
6. その他、必要な事項

〈社会部〉

会長 古磯 和義 (伊 木)  
副会長 福澤 政一 (栗 尾)

1. 地区敬老会の実施 5月8日 (日)  
会場：グリーンズコーレせきがね  
・第1回敬老会運営委員会 3月16日 (水)  
・第2回 " 4月
2. 同和教育町内学習会の開催  
・7月～11月 各自治会にて開催  
・11月下旬 反省会
3. サラバンダin西郷' 16の開催  
10月23日 (日)



〈衛生部〉

会長 伊達 保 (大 原)  
副会長 涌嶋 和明 (栗 尾)

1. ゴミの回収  
※分別収集の出し方についてPRする。特に、スプレー缶は穴をあけてから出す。
2. 健康管理のため各種検診を勧める。
3. 健康づくり推進委員として、地域住民の健康づくりを積極的に進めるため、その啓蒙及び普及に努める。
4. 市一斉清掃ゴミゼロ運動への協力と西郷地区の美化 (小、中学校のPTA・子どもたちにも協力を要請する。)
5. サラバンダin西郷' 16への積極的協力 (健康相談コーナー)

〈女性部〉

会長 前野 千代子 (八 屋) 副会長 河本 香 (山根茶屋)

1. 視察研修旅行 岡山県勝山方面 3月4日 (金)
2. ガーデニング教室 4月24日 (日)
3. 健康教室  
・料理教室 7月  
・講習会 (ヨガ教室) 11～12月
4. サラバンダin西郷' 16への協力  
喫茶 (コーヒー、チーズケーキ等の販売)



〈総務部〉

会長 荒瀧 明弘 (栗 尾)  
副会長 中井 義寛 (下余戸)

1. 自治公民館役員総会の開催 2月14日 (日)
2. 共通問題研修会開催 4月15日 (金)  
(各自治公民館の情報交換)
3. 館長会・総務部会合同研修会 9月頃
4. サラバンダin西郷' 16への協力

〈交通・安全部〉

会長 手嶋 衣智子 (上余戸)  
副会長 田中 和弘 (虹ヶ丘町)

1. 交通災害共済保険の加入取り纏め
2. 春・夏・秋・冬全国交通安全運動に協力
3. サラバンダin西郷' 16での交通安全講習会の実施と協力 (交通整理)

〈体育部〉

会長 早川 孝弘 (上余戸)  
副会長 吉田 英樹 (八 屋)

1. 部会開催  
・第2回 3月7日 (月) (以後、事業の後に開催)
2. 球技大会  
◆地区ソフトボール大会 4月17日 (日)  
西郷小校庭、東高第2グラウンド  
※予備日：4月24日 (日)  
雨天中止、西郷小校庭のみ  
◆地区ソフトバレーボール大会  
6月12日 (日) 西郷小体育館  
◆地区卓球大会  
11月 6日 (日) 西郷小体育館
3. 地区大運動会  
9月25日 (日)  
少雨決行、西郷小校庭
4. 市民体育大会 10月10日 (体育の日) 他
5. スポーツ教室 (ファミリーバトミントン) への協力
6. サラバンダin西郷' 16への協力

2月の報告

西郷地区教育を考える会：講演会  
「いのち一番 お金は二の次  
～今の子どもや大人のこことからだは?～」

開催日：2月4日 (木)

高塚人志 氏 (鳥取大学医学部特任教授) を迎え、講演会を開催。人の命の源は「食」である。また、今の世の中は、賢く食べ物を選ぶフードチョイスの時代であり、家族が向き合う食卓こそが、「心を食べ、心を育て」ということを学んだ。

そして、今の子どもたちは、友達、家族のこと、これからの夢、未来のことに興味を持つことが必要である等、多くの事例を挙げての貴重な話を聞くことが出来た。



災害にも強いまちづくり

第5回「支え合いマップへの移行」

開催日：2月14日 (日)

はじめに、4年間の事業の経過報告をし、次に山田耕司 氏 (上灘地区社協会長) を講師に、テーマ「支え合いと助け合いのあるやさしいまち」をめざしての講演会を開催。小さな取り組みをコツコツと重ねながら、8年かけて立ち上げた「下田中支え愛ネットワーク」。地域住民が協力し合いやさしいまちづくりを目指している姿に感心した。

これを機に、西郷地区でも「支え合いネットワーク」をつくっていただけらと思う。



3月のご案内



ひなまつりコンサート♪

主催：西郷公民館

今年で4回目となる「倉吉室内合奏団」の弦楽器の素敵な音色を、みなさんにお届けします。お誘い合わせの上、ぜひおいで下さい!

〈日 時〉3月12日 (土)

16:00～17:00

〈場 所〉西郷公民館2階大会議室

〈出演者〉倉吉室内合奏団のみなさん



「大相撲こぼれ話 Part. 3」

主催：西郷公民館

大相撲好きにはたまらない、スペシャルなお2人  
石浦外喜義 氏 (鳥取城北高等学校長)

藤澤 武 氏 (元NHKアナウンサー)

の夢の対談が実現します!

〈日 時〉3月16日 (水) 13:30～15:00

〈場 所〉西郷公民館2階大会議室

公開なごもう会

「なごもう会」では、介護予防事業として、健康体操やレクリエーション等を実施しています。たくさんの方に知っていただくために、「公開なごもう会」を開催します。ぜひ、お出掛けください。

〈日 時〉3月2日・16日 (水) 10:00～11:30

〈場 所〉西郷公民館

〈対象者〉おおむね65歳以上で要介護認定を受けていない人 (送迎を希望される人は、連絡ください。)

【連絡先・問い合わせ先】 倉吉市役所長寿社会課 (TEL: 22-7851)

お題「楽」

七十年生きてまだ見ぬパラダイス  
徘徊と言われても楽しい散歩  
行楽地男子トイレは女子ばかり  
楽しみは足に感謝の万歩計  
らくらくとこの山のぼり下りられず

お題「器」

器には入りきらない私です  
涙なら武器のひとつにしてもよい  
安月給こわれぬ器ばかり買う  
美味すぎる食器をなめて猫になる  
食器なめこれじゃ足りぬと吠える犬

選者吟 人間の器に猿が入れてある

お題「狙う」「表」

※次回三月二十二日(火)十三時三十分  
西郷公民館 図書館にて

春光や山河の目覚め促せり  
寒行の京の露地抜く朝まだき  
狂ひ盡く地球回るや日脚伸ぶ  
味噌投ず桶いっぱいに願ひ込め

田中 ひでや  
増井 ゆり枝  
宮脇 みち子  
中井 えつ子

中 己  
宮 勝  
勝 己  
中 己  
宮 勝  
勝 己

西郷川柳教室