

6月

- 📖 書道教室 13:30～
- 🎹 大正琴教室 13:30～
- ✂️ 手芸教室 13:00～
- 🍲 給食サービス
- 👑 はつらつ教室 13:30～

- ☀️ 住民スポーツの日
- 🎵 うたともクラブ 13:30～
- 🌸 舞踊教室 20:00～
- 😊 なごもう会 10:00～
- 🏛️ 館報編集委員会 9:30～

日	月	火	水	木	金	土
31 春の子ども大会	1	2 ☉□	3 👑	4	5 🐣	6 未来ウォーク
7 認知症予防講演会 13:30～	8	9	10 😊	11 これから大学	12 🐣 未来会議 19:30～	13 民協会 13:00～
14	15 🎵□	16 ☉	17 👑	18	19 🐣	20
21	22 ウォーキング 19:30～	23 🏛️	24 😊 ・アクセサリ作り 19:30～ ・社協理事会 19:30～	25 未来会議 19:30～	26 緑陰大学 13:20～ アロハホール	27
28	29 定例館長会 19:30～	30				

6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」です。

「食育」に対する関心と知識を高めてもらうことを目的として、6月は「食育月間」と定められています。規則正しい食生活、栄養バランスのとれた食事、食を通じたコミュニケーションやマナーといった食に関する基礎知識を身に付けること、感謝の心や食文化への理解を深めることなどを合わせて「食育」といいます。

食育の一環として、倉吉市でも「早寝早起き朝ごはん」を推進していますが、朝ごはんを食べることで集中力が上がり、成績が上がることや体力が向上することなどが、科学的に証明されています。この機会に「食育」について考え、家族一緒に食事をする機会をつくる、朝ごはんを食べる、食前食後のあいさつをきちんとするなど、できることから実践してみたいかがでしょうか。


問合せ先：倉吉市保健センター（電話 26-5670）

「かっさま！いいね👍」

今回のご紹介は、タイ王国在住の正善みぎわさんです。現在フリー漫画家・イラストレーターとして活躍中。自宅の玄関に猿が居て家に入れなかった中学時代。牛蛙の声におびえながら夕暮れ時の田んぼ道を自転車で帰った高校時代。こ～まい秋祭では底知れぬ住民パワーに驚愕していました。

いつでも四季を感じられ、かっさま元気で物知りなお年寄り、天地災害があっても、みんなで笑って乗り越えられそうところが好き。

地元を離れ早2年。少しだけ遠くから日本、地元の素晴らしさを再認識しています。灘手住民であることを誇りに思い、誰にでも自慢してください。そが～なところは他にはないで！



灘手公民館 だより

事業報告！

主催：灘手公民館

プリザーブドフラワー教室

4月25日(土)午前9時より、花工房あげたけの有福真紀子さんを講師にお迎えし、プリザーブドフラワーを使ったアレンジメント体験教室を開催しました。地区外からの参加者との交流もあり、母の日に、自分へのご褒美に、楽しみながら素敵なプレゼントができました♪

※生花を特殊加工したもので、水やりの手間もなく、美しい状態を長期間楽しむことができます。



主催：灘手公民館・灘手いきいき元気の会

第1回 わいわい楽しく歩か～で！ ～ウォーキング教室2015～

4月28日、第1回ウォーキング教室が開催されました。当日は、18名の参加者に加えてトイプードル犬2匹。19時30分ストレッチの後、公民館をスタート。川沿いの農道を北面までの往復40分、暗やみの中、ひたすら足許を見つめる以外見えるもの無し。コースは毎回変わります。長くも短くも公民館涌嶋主事のさじ加減一つ。これから虫の季節、乱舞を見るのも楽しみです。参加しませんか。

灘手いきいきげんきの会 会長 吉田 則彦

平成27年6月発行No.351 発行元：倉吉市灘手公民館
住所：倉吉市尾原500 電話：0858-22-5401
FAX：0858-23-6021 メール：konadate@ncn-k.net

灘手公民館 検索 携帯電話からも見られます

公民館・地域の情報満載！灘手公民館ブログ
<http://konadate.blog13.fc2.com/>



Twitter ツイッターアカウント 「konadate」フォローよろしくお願いします。

Facebook はじめました。こちらもよろしく。

主催：灘手自治公民館協議会

平成27年度 灘手地区敬老会

5月10日(日)灘手小学校体育館にて、灘手地区敬老会を開催しました。今年232名を招待し、96名が出席されました。灘手保育園の園児による歌や踊り、各サークルの踊りや歌の演芸があり、お年寄りも一緒に口ずさんだり、手をたたいたりして楽しんでいました。また、自治公民館長による保育園児を演じた寸劇、歌もあり、会場が笑いの渦となりました。いつまでも健康で長生きし、来年も敬老会にきてください。

社会部長会長 伊藤 幸治



イベント・講座のお知らせ

お知らせ

倉吉市集落支援員の配置について

6月より集落支援員が灘手地区に配置されます。
灘手公民館を拠点として活動されます。
地域の皆さま、よろしくお願いします。



募集

灘手地区社会福祉協議会主催

介護予防教室

～認知症診断・予防の第一人者を囲んで～

日時 6月7日(日)
13:30～15:00

場所 灘手公民館 大会議室

講師 浦上 克哉さん
(日本認知症予防学会理事長)
※詳しくはチラシをご覧ください。



歩く

灘手公民館・いきいき元気の会主催

ウォーキング教室

第3回

わいわい・楽しく歩か～で!!

日時 6月22日(月) 19:30～

出発 灘手公民館

申込み 6月19日(金)までに

灘手公民館(☎22-5401)まで

※雨天中止 当日参加OKです

詳しくはチラシをご覧ください。



募集

灘手公民館主催

夏のアクセサリ作り教室

「ピアスをつけたいけど、耳に穴をあけるのは…」

「金属アレルギーだからアクセサリは…」

という方、**必見!!**

透明樹脂を使った天然石のイヤリングを作りませんか?

日時 6月24日(水) 19:30～

場所 灘手公民館

講師 宮川 明美さん(津原)

参加費 1人500円程度

(パーツによって異なります)

申込み 6月15日(月)までに

灘手公民館(☎22-5401)まで

※詳しくはチラシをご覧ください



募集

平成27年度

食生活改善推進員

養成講座受講生募集



地区で推進活動の実践が可能な方

(必ず毎回講座に出席出来る方)を募集します。

募集人数 3名程度

申込み 6月26日(金)までに

灘手公民館(☎22-5401)まで

※詳しくは6月1日号市報をご覧ください

高齢者

高齢者学級・これから大学

視察研修



日時 6月11日(木)

9:30～16:00(予定)

集合 各集落バス停 9:30集合

行先 倉吉市役所(議会傍聴)

鳥取看護大学(学食で食事・施設見学)

ゆりはま大平園(陶芸体験)

問合せ 灘手公民館まで(☎22-5401)

募集

灘手自治公民館協議会主催

役員視察研修



日時 7月4日(土) 10:00～

場所 西伯郡伯耆町上代(どぶろく特区)

とっとり花回廊

定員 30名程度

参加費 500円程度(入館料・昼食代)

※詳しくは各総務部長さんへ



報告



灘手ゴルフクラブ春季大会結果

恒例の春季大会が4月29日、好天の中、光好カントリークラブで開催されました。12名の参加があり、好プレイ、珍プレイ続出で和気藹々と楽しい一日を過ごしました。結果は下記とおり。

優勝:石田博章

準優勝:石田節子

3位:伊垢離克秀



秋の大会は11月を予定していますので多数の参加をお待ちしております。

灘手ゴルフクラブ会長 石田繁幸

～ち～とまえの話だけどな～

灘手の地では、田植えが最中ですが

皆さんのお宅はどうですか。

さて昭和時代から四半世紀を過ぎて、様々なことが昔話となってきました。今月は代満(しろみて)が有ります。まだ昭和の末年あたりまでは我が村でも行っていた様に記憶していますが、各村ではどうでしょうか。

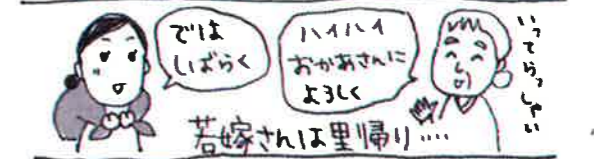
代満には自家で田植えがつつがなく済んだ事を祝う小代満があります。我が家では、きな粉餅を神仏に供えています。皆さんの家庭ではどうですか。

村全体での代満では、田植えの進行具合を聞いて曜日を決めておられました。現在でも代満として各村々で行われているのでしょうか。昔話に、代満の日は農作業休みしてヤイトすえ、若嫁は里帰り、早乙女賃金支払いなど行い、休み明けには三徳山や大山寺に参拝した様ですが、現在では言葉だけの行事なのかと思ったりしますが、明日は代満だけごつつおするけえな、おこわか、くじら飯かお婆さん、ハンバーグがええわ。今月も昭和を思い出してください。

歴史講座運営委員

田植えかすんだら皆でお祝いだー!

代満(しろみて) 「しろ」→田植え 「みて」→終りの意



by ミギワン

松井館長のつぶやき。

私たちが行う社会教育の中にはスポーツの分野もあります。子供から老人に至るまで、今や身体を動かすことの大切さは健康維持に不可欠であることを多くの皆さんが認識しておられます。私たちの周りには多くのスポーツクラブ・スポーツサークルがあります。あなたはどんなスポーツをしていますか。特別なスポーツをしなくても毎日の通勤を徒歩にしてみるとか、エレベーターのあるところは階段で上がるとか、多くの運動の中から自分に合った健康スタイルを選択・実践し、自分流の健康生活を作り上げて行く、そんな皆さんを公民館は応援して行きます。



灘手保育園より

5月は暑い日が続きましたが、子どもたちは元気よく過ごしています。地域の方々との交流も沢山経験をしました。老人クラブさんと「グランドゴルフ交流会」。スティックの持ち方や玉の打ち方を丁寧に教えていただきました。

最後にみんなで得点を競った時に「ホールインワン」が2人出てびっくり、記念のメダルに大喜びでした。



がんばれ!