

10月の行事・会合予定



日	曜日	時間	内容
1	木		
2	金	18:30	自治公民館長会
3	土		
4	日		
5	月	17:00	パトロール河北(下余戸・八屋・伊木)
6	火	13:30	ペーパーデコレーション教室
7	水	10:00	なごもう会
		15:00	枕太鼓伝承教室
		19:00	サラバンダ in 西郷' 15 実行委員会
8	木		
9	金		
10	土		
11	日		市民体育大会
12	月		
13	火	9:00	ふれあい給食サービス
14	水	10:00	西郷子育て支援「たんぽぽ」
		15:00	枕太鼓伝承教室
			学校開放企画委員会
15	木		第37回全国公民館研究集会in鳥取
16	金		第38回中国・四国地区公民館研究集会鳥取
17	土	13:30	サラバンダのぼり旗立て
18	日		市民体育大会
19	月	10:00	大平焼き陶芸体験
20	火	10:00	西郷地区社協研修 in マグノリア
21	水	10:00	なごもう会
		15:00	枕太鼓伝承教室
22	木		
23	金	17:00	パトロール河北(山根・山根茶屋・大原)
24	土	9:30	サラバンダ準備
25	日	9:00	第22回 サラバンダ in 西郷' 15
26	月		
27	火	9:00	ふれあい給食サービス
28	水		
29	木		
30	金		
31	土		



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~

バウンスポール
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
10月9日(金)
13:30~

草の実俳壇
10月21日(水)
14:00~

川柳
10月13日(火)
13:30~

囲碁教室
第2・4水曜日
13:30~

楽しいガーデニング
10月7日(水)
9:30~

絵手紙
10月15日(木)
13:30~

*都合により活動日が
変更になる事があり

事務室閉室のお知らせ

10月15日(水)~16日(木)

第37回全国公民館研究集会in鳥取
第38回中国・四国地区公民館研究集会鳥取大会のため2日間
事務室を閉室します。貸館には応じますのでご相談ください。

西郷公民館管理委員会

世帯数 2,204戸
人口 5,059人
男 2,426人
女 2,633人
(平成27年8月末現在)

さいごう

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

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

第22回 サラバンダ in 西郷' 15
～西郷地区文化祭～

〈日時〉10月25日(日) 9:00～15:00 (雨天決行)
〈場所〉西郷小学校体育館・校庭

作品展示、舞台発表、模擬店、全長25mのジャンボサラバンダ寿司、
若桐おこわなど盛りだくさん! お楽しみ抽選会もあるよ!
お友達と☆家族と☆さあ～みんな集まれ～!!

※詳細は、10月15日(木)全戸配布予定のチラシをご覧ください。

西郷子育て支援
「たんぽぽ」
主催：西郷公民館

4回目となる今回は、「どうぞのイヌ」
(パネルシアター)を予定しています。
みんなで楽しくおしゃべりをして、
夏の疲れをいやしましょう。

日時 10月14日(水)
10時～11時30分
場所 西郷公民館 2F大会議室
参加費 100円(お茶代)
持ち物 タオル 1枚

「大平焼き 陶芸体験」
主催：西郷公民館
共催：西郷地区青少年育成協議会

一人ひとりの創造力と集中力を高めるため、
陶芸体験を企画しました。
この機会に陶芸体験をどうぞ。

日時 10月19日(月)
10時～11時30分
場所 西郷公民館 大会議室
参加費 子ども 無料!
大人 1,000円
参加申込 10月7日(水)までに
西郷公民館26-2046

若桐山 十月と言えば「神無月」と言う。これは、出雲大社に全国の神様が集まつて、一年のことを話しあわれるため、出雲以外には神様が居なくなるからだと言われている。したがって出雲では「神有月」と言う。

その十月は、だんだんと秋が深まる月で、「スポーツの秋」「読書の秋」「食欲の秋」「芸術の秋」など、秋に関する言葉がたくさんある。それは、何をするにも快適な季節であるからです。

ところで、あなたにとって、どんな秋ですか?とたずねたアンケートによると、「食欲の秋」と答えた人が、ダントツで55%、続いて「読書の秋」が13%、「スポーツの秋」は11%で、「芸術・行楽・睡眠の秋」は、各8〜4パーセントとなつている。さて、皆様にとって、今年はどうな秋になるでしょうか・・・?

私たち高齢者は、足腰が弱りつつある。まず「スポーツの秋」で足腰を鍛え、さらに、バランスのいい食事を心がけ「食欲の秋」にすることで健康を維持しよう。もっと欲張って、ボケ防止に「読書の秋」「芸術の秋」にも挑戦してみたい。何はともあれ、少しずつで良いから、継続することが一番肝心であることを肝に銘じて・・・



9月の報告



西郷地区大運動会

開催日：10月25日(日)

秋晴れの心地よい天候の中、西郷小学校グラウンドで地区大運動会を開催！すべての競技に大きな声援がそそがれた。

復活した飲食リレーでは、豆腐やとろろてんにむせて苦戦する人があったり、運動不足のせいか足がもつれて転倒する人が続出したが、大きなケガはなかったようでホッとした。

また、中学生のボランティア42名と、体育部長をはじめ運営委員のみなさんのご協力のお陰で、競技に参加された方だけでなく、観戦された方も含め、ちびっ子からお年寄りまで地域のみなさんが、世代や自治公の垣根を越えて、一緒になって身体を動かすことが出来た。この運動会を通じて『スポーツの秋』を堪能されたのではないのでしょうか。



結果は、見事、山根が総合優勝V2を達成！おめでとうございます！！

【成績】	総合	優勝	山根	準優勝	大原	3位	下余戸
	リレー	優勝	山根	準優勝	伊木	3位	大原
	綱引き	優勝	山根	準優勝	八屋	3位	栗尾・虹ヶ丘町



「放送こぼれ話 Part.2」

開催日：9月8日(火)

藤澤 武 氏(元NHKアナウンサー)が再来館！巧みな話術と豊富な経験を活かし、大相撲の楽しみ方や見所、年齢を重ねると落ちてくる話す力(声)の保ち方等、幅広く語っていただいた。会場は、笑いと「うん！うん！」という頷きでいっぱいになった。

そして、大相撲の貴重な番付表等を見せていただき、これで10月の倉吉秋巡業は大いに盛り上がることでしよう！



公民館研究指定事業：災害にも強いまちづくり「逃げるが勝ち！」～避難計画を作ろう～

開催日：9月18日(金)

梶見吉晴教授(鳥大工学部)より、先般、水害にあった常総市の話の中で、避難勧告、避難指示への対応遅れの問題が指摘された。行政からの指示だけでなく、地域で独自の判断も必要なのではないか...自治会、自主防災組織の活用、災害時要支援者を地域の力で守る体制が必要であることを強く感じた。

これをもとに、今年度中に、各自治公で避難計画を作成し、訓練を実施できたらと思う。



第12回 大日山フットパス

開催日：9月19日(土)

さわやかな秋晴れの中、保育園児から大人まで総勢60名の参加があり、賑やかにスタート！まずは、コマツ靴店の岸田寛昭さんの指導により、ノルディックウォークの講習を受けた。2本のポールを持って美しい歩行姿勢でウォーキングすることによって「走るのが速くなる！」の言葉に、子どもたちはやる気満々！いよいよポールを持って出発！まずは、142年前の西郷小学校発祥の地、「八屋極楽寺」まで歩き、寺子屋だった頃の話の聞いたり、お寺をぐるりとまわった。

そして、茸を探しながら大日山頂上を目指した。あちらこちらに大きな茸を見つけた子どもたちは目を輝かせながら大喜び。

頂上広場では、大日山如来像に手を合わせ安全・健康祈願をし、美味しいおにぎり弁当を食べ、恒例のジャンケン・クイズ大会を楽しんだ。

自然の魅力に触れながら親子で楽しい一日を過ごすことが出来た。



10、11月の案内



市民体育大会開催！

10月11日(日)、12日(月)、18日(日)に市民体育大会が開催されます。

西郷地区からは、地区代表競技に、ソフトボール(伊木)、バレーボール(男女ともに選抜)、バドミントンが出演し、個人でもいろいろな競技に多くの方が出演されます。選手の皆さん頑張ってください！また、多くの方の応援もよろしくお祈りします！

詳しくは、倉吉行政サイトに掲載してありますのでご覧ください。

(http:www.city.kurayoshi.lg.jp)

時短！簡単！！ 美味しい・嬉しい・ヘルシークッキング

主催：西郷地区食生活改善推進委員会
共催：西郷公民館

カラダの事は気になる、食事も見直したい、でも何からしていいのかわからない...忙しくて時間がない...そんな方におすすめ！

地区担当保健師の個別相談も行います。ぜひ、お気軽にご参加ください！



〈日 時〉11月9日(月) 10:00~13:00

〈場 所〉西郷公民館

〈内 容〉◇講話
◇調理実習

〈参加費〉無料

〈持ち物〉三角布
エプロン、米 0.5合

〈申込み〉10月28日(水)までに西郷公民館へ

☆メニュー☆

- ・キノコたっぷりハンバーグ
- ・切干大根とひじきの和え物
- ・なめこと小松菜のみそ汁
- ・さつまいもとプルーンの甘煮

講演会：「認知症はこわくない ～正しく理解して予防をしよう～」

主催：西郷公民館
共催：西郷地区社会福祉協議会
マグノリア地域包括支援センター

認知症はだれでもなる病気です。そのために認知症の正しい理解と予防が必要です。認知症予防の第一人者の浦上克哉医師鳥取大学教授(医学部保健学科)を迎えてみなさん一緒に学びましょう。

〈日 時〉11月1日(日)
13時30分~15時15分

〈場 所〉西郷公民館 大会議室

〈申込み〉当日、どなたでも参加頂けます

この機会に「認知症」を正しく、理解して頂きたいので、たくさんの方のご参加お待ちしております。



講演会：「同和問題との出会い」 ～今だから人権教育～

主催：河北中学校区同和教育研究会社会教育部
講師に南部町人権教育推進員新井 則子さんを迎えて「同和問題との出会い」を自身の体験談を交えて講演いただきます。

みなさん一緒に学びましょう！

〈日 時〉11月 7日(土)
13:30~

〈場 所〉倉吉市上井公民館
多目的ホール

お気軽にお越し下さい。



西郷川柳教室

お題「火花」

神と仏並べば火花散らすかも
壁ドンにきみの火花を見たような
お出掛けに今日も無事でと石を打ち
安部論議論沸騰火花散り
遠き日の路地に匂って火花散る
火花消え火花恋しや夫婦の火
選者吟 正直と正直がぶつかる火花

お題「網」

網棚へマナーが忘れられている
法の網くぐり儲けたことはない
網タイツはいてる足は二十代
夜の海一網打尽サイフごと
網メロン食べたくなって入院し
遠き日の生活の糧地曳網
選者吟 網の目を大きくさせる資源保護

※次回十月十三日(火) 十三時三十分

西郷公民館 図書室にて
お題「祭り」「金」「金銭」

草の実俳壇

下校時と 戯れ和む 赤とんぼ
行き来する 街のファッション 田中
夕闇の にぎはひゆかし 宮脇
中井 地蔵盆 盆の墓
えつ子 みち子

