

日	曜	時間	内容
1日	火	8:00~ 13:10~ 19:00~	ふれあい給食(歳末たすけあい募金助成事業) 学校へ行こう!(成徳小) ヨガ教室④
2日	水		
3日	木	9:30~	倉吉市公民館まつり作品展示(未来中心)
4日	金	9:30~ 9:30~	倉吉市公民館まつり作品展示(未来中心) 認知症絵本教室(成徳小)
5日	土	9:30~ 13:00~	倉吉市公民館まつり作品展示 " 舞台発表(未来中心)
6日	日	10:00~	第4回成徳 YOU友女性教室
7日	月		
8日	火	13:10~ 19:00~	学校へ行こう!(成徳小) ヨガ教室⑤
9日	水	13:30~	成徳・明倫ハツラツ教室
10日	木	10:00~	なごもう会
11日	金	10:00~	倉吉市女性連絡会研修交流会(鳥取看護大学)
12日	土	9:00~	成徳健康フェア
13日	日		
14日	月		
15日	火	8:00~ 13:10~ 19:00~	ふれあい給食(歳末たすけあい募金助成事業) 学校へ行こう!(成徳小) ヨガ教室⑥
16日	水	9:30~	小学生・高齢者交流事業【風づくり】(成徳小) (歳末たすけあい募金助成事業)
17日	木	9:00~	成徳公民館大掃除
18日	金	13:30~	第9回倉吉市公民館研究大会(交流プラザ)
19日	土		
20日	日		
21日	月	終日	看護大学生フィールド体験実習
22日	火	終日	看護大学生フィールド体験実習
23日	水		
24日	木	10:00~	なごもう会
25日	金		
26日	土		
27日	日		
28日	月		
29日	火		
30日	水	10:00~	お正月花飾り講座
31日	木		

お知らせ・下記は事務室を閉めます。 倉吉市成徳公民館管理委員会  
ご不便をおかけしますがご理解いただきますようお願いいたします。

- ◆12月 2日(水) 11:30以降  
倉吉市公民館まつり作品展示準備
- ◆12月 4日(金) 15:30以降  
倉吉市公民館まつり舞台発表リハーサル
- ◆12月18日(金) 12:00以降  
倉吉市公民館研究大会
- ◆年末年始閉館 平成27年12月29日~平成28年1月3日  
この間の利用については成徳公民館へお問合せ下さい。

自治公民館協議会 12月のおもな予定  
(11月27日現在)  
館長会・部長会長合同会  
12月10日(木) 18:30~(福助旅館)  
自治公三役会 12月15日(火) 10:00~(成徳公)

### 成徳公民館 年末大掃除について

12月17日(木)9:00~10:30

公民館内の掃除を行いますので、地域の皆様のご協力をよろしくお願いいたします。  
成徳公民館管理委員会

### みんなで出来る環境活動

#### ペットボトルのキャップ

#### 公民館でも回収します。

倉吉市内にある事業所、株式会社ウッドプラスチックテクノロジーの依頼により、ペットボトルキャップ回収ボックスを成徳公民館の玄関に設置しました。回収されたキャップは製品の原料として再生利用されるとともに、事業所の社会貢献活動の一環として回収量に応じてポリオ撲滅、森林保護に取り組まれるものです。焼却ごみ減量の一環として可能な範囲でご協力をいただきますようよろしくお願いいたします。



#### 回収についてお願い

- ① 回収するのはお茶やジュース等ペットボトルのキャップのみです。調味料の中蓋やビンの蓋は回収不可
- ② キャップは必ず洗って乾かして持ってきてください。

#### 使用済小型電子機器等

##### 及び使用済み天ぷら油の食用廃油

※設置場所：成徳公民館自転車置き場の横です。

中部ふるさと広域連合 環境福祉課 36-1025

倉吉市役所・・・・・・環境課 22-8168

ゴミをできるだけ出さない社会(循環型社会)をつくるための基本的な考え方があります。みんなで出来る環境活動をしよう!

- Reduce (リデュース) ゴミを減らす
- Reuse (リユース) 再利用する
- Recycle (リサイクル) 再び資源として利用するもの

### 公民館のベルマーク運動

無理なく 無駄なく 根気よく!

地域の皆様にはベルマーク収集のご協力に厚く感謝申し上げます。コツコツと収集中! 今後ともご協力をどうぞよろしくお願いいたします。



かんぼう  
館報

kurayoshishiseitokukominkan  
成徳  
せいとく

第395号 平成27年12月1日

QRコード読取機能のある携帯・スマホをお持ちの方は簡単アクセス!  
・・・ご利用ください・・・



倉吉市成徳公民館(鳥取県倉吉市住吉町17-1) OTEL: 0858-22-1301 OFAX: 0858-23-3653

○開館: 月~金 9:00~17:00(祝祭日を除く) 公民館の利用: (年間 9:00~22:00)

○E-mail: [koseitok@ncn-k.net](mailto:koseitok@ncn-k.net) ○HP: <http://www.ncn-k.net/koseitok/>

## 同和教育町内学習会 平成27年度(2015)を振り返って

今年度の町内学習会も無事終了いたしました。

参加者の人数が年々増えています。これも同和教育推進員さんのご努力の成果かと思えます。

今年度の町内学習会を振り返ってみますと、仲ノ町・新町1丁目と同和教育町内学習推進指定町として7月に合同学習会を開催しました。倉吉市企画振興部観光交流課の鄭然旭(チョンヨンウク)さんを講師として、両町内に広がる白壁土蔵群・赤瓦周辺に増えてきた外国人観光客への接し方を学びました。両町内ともこの研修を活かした学習会を展開されました。

町内学習会ですが、“個人情報”“高齢者の人権(含認知症)”を取扱った町内が多かったことです。“個人情報”については“情報機器”を含めて5町内ありました。“個人情報”の取扱いに敏感になってきているのではないのでしょうか。そこに人権侵害の要素が含まれていることが明らかになってきました。同時に“個人情報”と町内在宅の高齢者問題に対する整合性が問題になってきました。今年も“高齢者の人権”をテーマにした町内が9町内ありました。高齢者・障害者問題を踏まえた町づくりへと発展しつつあるのではないのでしょうか。今年のもう一つの特徴として、講師等を招かないで住民だけによる学習会を開催された町内が多くありました。町内の実態を見つめた上での課題を取り上げた学習会が開催されたものと推察します。

最後となりましたが、同和教育推進員の皆さん、指定町内の仲ノ町、新町1丁目の皆さん、そして町内学習会に参加された成徳小学校、東中学校の先生方、講師の方々ご苦労様でした。 成徳地区同和教育研究会会長 田村昭夫

町内学習会の様子

堺町3丁目のテーマは「災害から考える高齢者の人権」



事前学習会・・・情報機器と人権侵害について

- ・・12月 contents ・・★同和教育町内学習会平成27年度(2015)を振り返って ★年末の交通安全県民運動
- ★ヨガ教室参加者募集 ★学校へ行こう!参加者募集 ★お正月花飾り講座 参加者募集 ★成徳健康フェア参加者募集 ★保健だより
- ★第27回倉吉市公民館まつり ★倉吉市社会福祉大会 倉吉市社会福祉協議会長表彰 ★成徳写真館 ★鳥取看護大学フィールド体験実習
- ★12月のおもな予定 ★成徳公民館管理委員会お知らせ ★自治公民館協議会12月の予定★みんなで出来る環境活動
- ★ベルマーク収集



鳥取県交通安全年間スローガン ゆずり合う ゆとりと笑顔 防ぐ事故

交通ルールを守り悲惨な事故を防止しましょう

年末の交通安全県民運動 平成27年12月7日(月)~12月16日(水)





**趣味の講座** としておきの健康法「**ヨガ教室**」へどうぞ 主催：倉吉市成徳公民館

幅広い年代の方に大好評。ヨガによるリラクゼーションは心身の緊張を緩めることから、高いリラックス効果とストレス解消を実感できます。皆様のご参加をお待ちしています！

- 開催 ◆12月1日 ◆12月8日 ◆12月15日 全て火曜日
- ◆場所：倉吉市成徳公民館 ◆時間：19：00～20：15 ◆対象：女性（成徳地区外の方も大歓迎。）
- ◆参加費：12月（2,400円） ◆講師：田村真由美さん（全米ヨガアライアンス認定講師）
- ◆持参品：バスタオル、タオル、飲み物 申込み不要！当日会場へおいでください。

**学校へ行こう！**

主催：倉吉市成徳公民館  
 高齢者と小学生が囲碁や将棋、昔遊びをして一緒に楽しみます。お気軽にどうぞ！

▲12月 1日、8日、15日 全て火曜日  
 ▲時間：13：10～13：40  
 ▲参加費：無料 申込不要  
 ▲場所：成徳小学校仮校舎1階 皆さんのご参加をお待ちしています。

**第27回 倉吉市公民館まつり**

主催：倉吉市公民館連絡協議会 倉吉市教育委員会

倉吉市内13地区公民館が作品を展示。最終日には学習の成果を舞台上で発表します。各地区公民館の活動をぜひご覧ください。

●**作品展示の部** 12月3日（木）～5日（土）9：30～19：00（5日のみ16：30まで）会場：倉吉未来中心 アトリウム

●**舞台発表の部** 12月5日（土）開場12：00 開演13：00 会場：倉吉未来中心 2F大ホール 入場無料

成徳公民館はスポーツ教室で行ったエアロビクスを舞台上で発表します。



**趣味の講座**

主催：倉吉市成徳公民館

**お正月花飾り講座**

新年を迎えるお正月のフラワーアレンジを作ってみませんか？今回は門松風の素敵な花飾りを作ります。

- 大好評のヒミツは・・・
- お値段以上に見た目が豪華なこと！
- お正月用の花材の質が良く、とても長持ちすること！
- 今まで以上に花が好きになり、心の豊かさを実感できること！
- 自分のアレンジした花を飾って新年を迎えられること！

小学生から大人の方までどなたでも参加できます  
 ・ ・ 皆様の参加をお待ちしております ・ ・

- ☆ 日 時：12月30日（水）10：00～11：30
- ☆ 場 所：倉吉市成徳公民館 2F 中会議室
- ☆ 材料費：2,800円（器代込み）
- ☆ 持 参：花ばさみ
- ☆ 講 師：藤戸命子さん（花と雑貨のお店ばんだすみれ）
- ☆ 募集人数：15名程度



ご希望の方は12月22日までに成徳公民館へお申込みください。

主催：成徳地区体育振興会

**「成徳健康フェア」を開催します！**

日時：12月12日（土）9：00～12：30  
 場所：倉吉市成徳公民館  
 今年も盛りだくさんの内容で開催をします。申込み不要！参加費無料！ご参加をお待ちしています。

- 健康チェック**
  - ★骨密度測定 ・ ・ 骨の強さを調べよう！
  - ★体重、体脂肪、血圧測定
  - ★肌年齢測定 ・ ・ 自身のお肌の状態を調べよう！
  - ★足指力測定 ★握力測定
  - ★もの忘れ検査
  - 足湯コーナー**
  - 野菜たっぷりのポトフとおいしいパンの試食**
- あめだますくいもあります！  
 詳細は、各戸配布するチラシをご覧ください。  
 お問い合わせ等は倉吉市成徳公民館まで



**第57回「倉吉市社会福祉大会」11月17日**

倉吉市社会福祉協議会長表彰  
 成徳地区では次の皆さんが受賞されました。

**在宅福祉奉仕者（褒賞）**

- 穂久美知子さん 岡田綾子さん 市場恭子さん
  - 坂上照子さん 津村好子さん 坂本壽久さん
  - 平井博美さん 牧田智子さん 他3名の方
- ひとり暮らしの高齢者に対し福祉協力員として、10年以上ボランティア活動をされています。



**社会福祉活動奉仕功労者（表彰）前田三津子さん**

独居老人給食サービス事業において永年ボランティア活動を行ない、高齢者の在宅生活を支えておられます。

**優良子ども会（表彰）仲ノ町子ども会会長 井奥ゆりさん**

地域の方とのふれあいを大切に、愛着のもてる活動を積極的に行い子ども会活動としての範を示されています。

**休日健診のお知らせ**

健診を受ける機会の少ない若い人や平日に健診を受けることが難しい人を対象に「休日健診」を実施します。この機会にぜひ健診を受けましょう。

- [休日健診]
- 日にち・場所：H28年1月31日（日）・倉吉体育文化会館
- 受付時間：午前8時～午前10時
- 内容・対象者：
- 一般健診（20歳以上）・特定健診（40～74歳）・長寿健診（後期高齢者健診）（75歳以上）・胃がん検診（30歳以上）・肺がん検診（30歳以上）・大腸がん検診（30歳以上）・子宮がん検診（20歳以上）・乳がん検診（視触診＋マンモグラフィ検査）（36・38歳、40歳以上）・前立腺がん検診（50歳以上）・肝炎ウイルス検診（40～74歳）

- その他：
- \*持ち物：各種健康診査受診券、保険証、自己負担金
- \*申込みが必要です。\*胃・子宮・乳がん検診は定員があります。
- \*詳しくは受診券に同封の「倉吉市健康診査の手引き」をご覧ください。
- ※タッチパネルによる「物忘れ」相談
- タッチパネルは1人約5分！！アルツハイマー型認知症が早期に発見できると言われています。早く見つけて、早く治療することで今後の生活を安心して送ることができます。

**お酒を飲むときは**

クリスマス、忘年会、新年会などでお酒を飲む機会が増えるこの季節は、肝臓に負担がかかりやすくなります。

飲酒は1日に、日本酒は1合、ビールは中びん1本、ウイスキーはダブル1杯ワインはグラス2杯に抑えることを心がけましょう。また、心身ともに健康を保ち楽しくお酒と付き合い、いくためにも週に2日は休肝日をつくりましょう。



倉吉市保健センター

**鳥取看護大学 基盤看護学実習（フィールド体験実習）が始まります！**

- 看護学部看護学科1学年6名の学生が成徳公民館において実習を行います。
- 12月12日（土）成徳健康フェアの参加者・主催者へのインタビュー調査
- 12月21日（月）成徳地区一般的な地区踏査
- 12月22日（火）成徳地区住民の例を通しての地区踏査



**成徳写真館**

平成27年11月の事業より・・・



夢中になってモノづくりをするって楽しい！  
 多肉植物寄せ植え教室 ・ ・ 干支づくり手芸教室

