

休日健診のお知らせ

健診を受ける機会の少な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。ぜひこの機会に健診を受けましょう。

日程	平成29年5月28日(日)	特定健診等	一般健診(20歳以上)・特定健診(40~74歳) 長寿健診(75歳以上)
会場	倉吉体育文化会館	がん検診	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) 前立腺がん(50歳以上) 肝炎ウイルス検診(40歳~74歳) 子宮がん検診(20歳以上) 乳がん検診(マンモグラフィ検査)(40歳以
健診受付時間	午前8時から午前10時まで		物忘れ健診
持ち物	・保険証 ・特定健診受診券 ・がん検診受診券 ・自己負担金		
その他	・保健センターに予約が必要です。 ・胃・子宮・乳がん健診には、定員があります。 ・詳しくは、受診券に同封している「倉吉市健康診査の手引き」をご覧ください。 ・転入された方・85歳以上の方は、受診券の申し込みが必要です。		

★裏面の保健だよりも、あわせてご覧ください。

ご協力をお願いします！～ 地区社会福祉協議会 ～

ふれあい給食サービスを各自治公民館や団体よりボランティアを選出してもらい活動をしているところですが、近年高齢化が進み、調理ボランティアを確保できない集落が増えてきました。そこで、そういった集落への助っ人派遣システムとして「調理ボランティアバンク」があり、年に1～2回程度依頼を受け活動しています。ですが、ボランティアバンク事態もまだまだ人材が不足しています。ぜひバンクへ登録し活動していただきますよう、ご協力をお願いします。

★年齢・性別・経験は問いません。

★料理作りの好きな方、料理に興味ある方どなたでも登録できます。(事務局〈北谷公民館内〉：☎28-0969)

ふれあい給食調理ボランティア登録



12ヶ月
連続企画
ニューコラム

北谷のあれこれ！

【北谷小学校②】

北谷小学校は、4月10日に8名の新1年生を迎え、全校児童53名で頑張っています。ところで、北谷小学校のシンボルで歌にまで歌われる「ヒマラヤ杉」はいつから小学校の校庭にあるのでしょうか？ 沢谷に小学校ができた明治30年からでしょうか？ その答えは「きただにの百年」に載っていました。沢谷の野島文雄さんが大正9年に卒業する時の卒業記念樹として植えた1本だそうです。今から97年前の出来事です。当時の児童数60人ぐらいで、今とそう変わらない北谷小学校であったと想像します。



『北谷地区同和教育推進協議会』

4月13日同和教育推進協議会総会が開かれ、平成29年度の事業計画・予算が承認されました。例年、10月11月に町内学習会を各自治会で、内容を工夫し取組まれています。今年度も全体テーマである「地域のみなが（だれも）の人権が尊重されるむらづくり～真の“ぬのこ谷”の創造、「わたしにできることは…」～」を念頭に、地域全体で学習に取り組んでいきましょう。

平成29年度
会長 阪本 幸雄
副会長 福井 健一(新)
森下 哲哉

みんなで徹底しよう「三ない運動」

政治家は有権者に寄付を、贈らない！
有権者は政治家に寄付を、求めない！
政治家から有権者への寄付は、受け取らない！



各種事業ご案内・参加者募集

伝統文化を体感しよう

「開運神社めぐり ①」



私達が生活する場所には、必ず身近なところに神社があり、馴染み深く、祭りなどを通して伝統が受け継がれてきました。今回は、酉年に因んだ神社に出向き、神主さんから歴史や地域との関わりをお聞きし、今年の開運祈願をしましょう！

日時：5月22日(月)

10時～13時頃

★10時に公民館を出発します。(マイクロバス)

場所：天日名鳥命神社(鳥取市大畑)

参加費：1,600円

・開運手ぬぐい代

・昼食代(鹿野町「夢こみち」)

定員：先着20名

申込み：5月15日(月)までに
北谷公民館へ(☎28-0969) ※厳守

主催：北谷公民館

美しい和歌に魅せられて…

「絵てがみ風楽描き教室 ①」

今年のテーマは「百人一首」です。近年、競技かるたの世界を描いたマンガが映画化されるなど、大変注目をあびています。そんな、和歌の世界を絵手紙にしてみませんか。好きな歌人・歌・季節などから選び、和の魅力を楽しみましょう。



日時：5月30日(火)

13時30分～

場所：北谷公民館

内容：百人一首

参加費：実費

持参：筆記用具・黒の筆ペン

申込み：5月23日(火)までに
北谷公民館へ(☎28-0969)

主催：北谷公民館

ぬのこまつり出店団体 募集

ぬのこまつり ▶ 7月15日(土)

出店申込み締切 ▶ 6月9日(金)
までに北谷公民館へ

「地区卓球大会」

日にち：6月18日(日)

会場：北谷小学校体育館(予定)



健康クイズ！「ためしてなるほど」に挑戦してみましょう♪

Q. 5月5日の端午の節句に
食べないものはどれでしょう？

- ①ちまき
- ②かしわもち
- ③ひしもち

☆答えは裏面にあります。

第395号
北谷公民館
Tel:28-0969
Fax:28-6032
e-mail:kokitada
@ncn-k.net
平成29年5月



北谷地区住民記録

平成29年3月末現在

単位:世帯、人	
世帯数	561
総数	1,391
男性	683
女性	708
0~14歳	134
15~64歳	679
65歳以上	578

倉吉市ホームページ
自治公民館別・住民記録より

2017年

5月行事予定

日	月	火	水	木	金	土
30	1 なごもう会 13:30 老人クラブ役員会 13:30	2	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6
7 ふれあい給食(中野) 9:00	8	9 市公民館長研修会(灘手公) 10:00 民生児童員協議会定例会 13:30	10	11	12 青少協総会 19:00 地区社協総会 19:30	13 水墨画・書道教室 13:30
14	15 なごもう会 13:30 健康づくり推進委員会 19:30	16 手芸教室 13:30 長谷お試し住宅総会 13:30 振興協議会総会 19:30	17 北谷囲碁クラブ 13:00 生花教室 13:30 スポーツ教室開講式 18:30 体育部長会 19:30	18 市公民館主事研修会(成徳公) 9:30	19	20
21	22 開運神社めぐり(鳥取市) 10:00	23	24	25 ふれあい給食(更女) 9:00	26	27 水墨画・書道教室 13:30
28	29	30 絵てがみ教室 13:30	31	1	2	3

保健だより

健康に 自信があるほど 受けてほしい!!

今年度も健診がスタートする時期となりました。
年に1回は健診を受けて、からだのチェックをしましょう。
元気だと思っても調べてみるといろいろなことがわかりますよ。



今年度より以下の点が変更となりました ↓↓↓

- ★全ての集団健診日程で、胃がん検診、子宮がん検診、乳がん検診の事前申込みが必要です。
- ★休日健診は胃がん検診、子宮がん検診、乳がん検診以外の健診も事前申し込みが必要となりました。
- ★申し込みは、保健センターにお電話ください。
- ★乳がんはマンモグラフィ検査のみとなります。視触診検査はありません。

【申し込み先・問い合わせ先】倉吉市保健センター TEL 26-5670

4/15(土)「北谷を語る会～歓送迎会～」

毎年恒例であります、親睦会および歓送迎会を地区住民の皆さま、保育園・小学校の先生方をお迎えし開催しました。地域と教育機関が連携し、力を合わせて頑張ろうと熱く語りあいました



(北谷地区自治公民館協議会)

4/20(木)「第1回スイーツ教室～節句スイーツ～」

5月の節句に思いをはせながら、スイーツ教室を開催しました。ロールケーキをこいのぼりにみたく、デコレーションをしたり、春巻きの皮をカブトの形にして、餡子をいれたお菓子にするなど、見て楽しい・食べて美味しいお菓子が出来上がりました。

次回は、8月30日に「餡子」を用いたお菓子作りを予定しています。皆さん、ぜひご参加ください。



(軽運動サークル) めのこにっこり倶楽部

平成29年度は、サークル活動をお休みします。

(物作りサークル) 和い輪い

日時：5月22日(月)10時 出発
集合場所：北谷公民館
内容：開運神社めぐり(鳥取市)
申込み：5月15日(月)厳守
北谷公民館へ連絡

公民館のトイレが新しかったよ！遊びに来てね♪



6月予定

〈ふれあい給食〉

- ✳ 6月 4日(日) 福 富
 - ✳ 6月 25日(日) 大河内
- お世話になります。

〈なごもう会〉

- ✳ 6月 5日(月)
 - ✳ 6月 19日(月)
- お待ちしております。

あめしとクイズの答え

③

5月5日のこどもの日には「ちまき」と「かしわもち」を食べます。ちまきには、ちまきを毒蛇になぞらえ、それを食べる事で免疫力がつき、悪病災難を除くという意味があります。かしわもちには、かしわの木は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから、子孫代々栄えるようにといった願いが込められています。ひしもちは、3月の桃の節句です。 インターネットより



公民館をご利用いただく際、使用日誌にご記入のほどよろしくお願いいたします。
また、土日祝日や平日夜間ご利用の場合は、事前に鍵の借用を公民館にてお願いします。

館報記事募集!!

掲載希望の記事などがございましたら、北谷公民館までご連絡下さい。お待ちしております!【原稿締切:毎月25日】

【公民館図書紹介】糖尿病ガイドシリーズ⑧

内容 「糖尿病とこころの健康をよく知ろう」

糖尿病治療の中でストレスを感じていませんか?気持ちよく治療を進めるヒントが紹介されています。



糖尿病ガイドシリーズ⑨

内容 「糖尿病網膜症をよく知ろう」

糖尿病網膜症の症状や治療法、日常生活の注意点などについて説明されています。

