



7月の行事・会合予定

日	曜日	時間	内容
1	日		
2	月	9:00	西郷地区更生保護女性会
3	火	10:00	パットゲームスター交流大会(上北条公民館)
4	水	10:00	なごもう会
		13:30	体が元気になる体操教室
		19:00	西郷地区福祉推進委員会
5	木		
6	金	18:30	自治公民館長会
7	土		
8	日		
9	月		
10	火	9:00	ふれあい給食サービス
		18:00	パトロール河北(下余戸、八屋、伊木)
11	水		
12	木		
13	金		学校開放企画運営委員会
14	土		
15	日		
16	月	7:00	大日山登山道草刈作業(地区振興協議会)
17	火	13:30	体が元気になる体操教室
18	水	10:00	なごもう会
		15:30	少年キャンプ事前説明会
19	木	9:30	主事研修会(関金公民館)
20	金	13:30	少年キャンプ前日準備
21	土	13:30	少年キャンプ(1日目)
22	日		少年キャンプ(2日目) 11:30終了予定
23	月		
24	火	9:00	ふれあい給食サービス
25	水	19:00	第25回サラバンダin西郷'18 実行委員会
26	木	8:30	西郷長生会ペタンク大会(西郷小学校グラウンド)
27	金		
28	土		
29	日		
30	月	9:30	地区社協西郷地区サロン交流会(西郷小学校体育館)
		18:50	河北中学校区同研夏季研修会(倉吉市体育文化会館)
31	火		
8/1	水	19:00	第1回西郷地区大運動会実行委員会
2	木		
3	金	18:30	自治公民館長会



各教室の活動予定

太極拳
毎月 第1・3水曜日
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~

バウンスボール
毎月 第2・4日曜日
13:30~

西郷シニア元気塾
7月5日、12日(木)
10:00~

お茶を楽しむ会
7月13日(金)
13:30~

草の実俳壇
7月12日(木)
10:00~

川柳
7月23日(月)
13:30~

囲碁
第2・4水曜日
13:30~

楽しいガーデニング
7月10日(火)
9:30~

絵手紙
7月19日(木)
13:30~

私たちは、西郷地区の更生保護女性会です

非行や犯罪を防止し、罪を犯した人たちの「立ち直り」を支える活動をしています。

★バザー★

7月7日(土)倉吉未来中心アトリウムで10時から行ないます。是非とも足を運んでみてください。一人でも多くのおいでをお待ちしています。

★愛の灯、観察協会費募集★

7月、8月と募金に回らせて頂いています。皆様さまからお寄せいただいた浄財は、更生に努力している人々や子ども学園等へ支援、また非行犯罪の予防活動に役立っています。今年もご協力をお願いいたします。

【メンバー】福澤 八州子(栗尾)、吉川 時子(下余戸)

冥加 律子(虹ヶ丘町)、涌嶋 順子(上余戸)、河本 香(山根茶屋)

世帯数2,221戸
人口4,997人
男2,380人
女2,617人
(平成30年5月末現在)



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)

西郷地区ソフトバレーボール大会

開催日：6月10日(日)

今年で第23回目の自治公民館対抗のソフトバレーボール大会を開催。総勢19チームによる熱戦が繰り上げられた。

軽いソフトバレーのボールは扱いが難しく、あちこちに飛んでしまうため、皆が大苦戦し珍プレー、好プレーが続出した。

決勝戦は、上余戸Aチームと八屋Bチーム。アタック、ブロックとハイレベルな戦いが続き、会場は大いに盛り上がり、フルセットの末、上余戸Aチームが見事優勝した。おめでとうございます。

また、参加された選手、応援のみなさんお疲れ様でした。膝に大きなアザが出来たり、全身筋肉痛に襲われた人もいたのでは!?これを機会に、毎日少しずつ体を動かしてみましよう!

【成績】優勝：上余戸A、準優勝：八屋B、3位：虹ヶ丘町B、下余戸A



さつま芋の苗植え

雨で延期になっていた西郷小学校の「さつま芋の苗植え」が、15日小雨の中、地域のボランティアの方、アイラブ西郷の皆さんの協力、指導のもと植えられた。初めて体験する1年生は、苗をさして植えてしまったり、土をかけるだけだったりと悪戦苦闘。要領よく植える上級生は、さすがなれたもの。秋には甘く大きく育てている事を期待しながら、今から収穫祭が楽しみである。

ご協力頂きました皆さん、ありがとうございました。



ピーナツ人形かざりづくり

開催日：6月14日(木)

「おたがいさま見守り活動」の一環として、独居老人等給食受給者にプレゼントする慰問品を、西郷小学校有志児童が作った。そして、子どもたちの手伝いに、民生児童委員さん、地域の皆さんも協力して下さいました。

ピーナツにかわいい顔を描き、服を着せたり、帽子をかぶせたりした。細かい作業だったが、最後まで頑張っておかずりを作りあげた。



若桐山

早くも水無月が過ぎ、1年の折り返しの月となりました。田んぼの稲も一日と大きく育ち、一面緑に染まった風景から季節を感じとれます。まだ梅雨の真只中ですが、梅雨明けが近づくと、しばしば豪雨がもたらされます。この時期の豪雨は、西日本で発生しやすい、特に九州や中国、四国地方に多く、特に九州や中国、四国地方に多いようです。記憶に新しい九州北部豪雨など、大きな被害をもたらした豪雨災害が度々起こってきたのもこの時期です。梅雨が明けた後のぐずついた天気には戻り梅雨、再び梅雨、残り梅雨といろいろと呼び方がありますが、梅雨空を眺めながら、豪雨による災害が起きないように願っているところです。

一方、この時期は、夏野菜、スイカ、メロンなど、夏ならではの味が旬を迎える時期であり、フルテリアにも所狭しと野菜が並んでいます。我が家でも家庭菜園で定番のナス、キュウリをはじめとした7種類の野菜を無農薬で栽培し、食卓の一品として並べています。さっぱりとした夏野菜は、私には少し物足りない気もしますが、心臓病、高血圧持ちの私にとっては苦みのない良薬であり、自分では野菜と聞いていただけでとても美味しく感じられるものです。健康管理に努める毎日です。



7月のご案内



河北中学校区(西郷・上北条)合同事業 第2回パットゲームスター交流大会

主催：西郷公民館、上北条公民館

第1回好評につき、第2回は上北条公民館に出向き、パットゲームスターで上北条地区のみなさんと交流をします。

<日 時> 7月3日(火)
10:00~11:30

<場 所> 上北条公民館第1会議室
<持ち物> 上靴、飲み物



Let's! 膝・腰 身体が元気になる体操教室

主催：西郷公民館

身体の歪みがあることで、色々な不調を引き起こすことがあります。

まずは、自身の歪みをチェックし、ストレッチの方法、下半身強化を目指しましょう!

<日 時> 7月4日(水)、17日(火)
13:30~15:00

<場 所> 西郷公民館2階大会議室
<内 容> ・姿勢、体の歪みチェック
・股関節、膝、腰痛を防ぐ日常での体の使い方
・ストレッチ、骨盤ケア体操等

<講 師> 鉄本 幹枝さん
(運動実践指導員)

<参加費> 無料

<持ち物> タオル、飲み物

<申込み> 7月3日(火)までに
西郷公民館へ



第31回西郷長生会ペタンク大会

主催：西郷地区長生会協議会

毎年恒例の自治公民館対抗のペタンク大会を開催します。暑い夏を吹き飛ばし、皆さん一緒に楽しみましょう。

<日 時> 7月26日(木) 受付：8:30~
※雨天の場合 30日(月)

<場 所> 西郷小学校グラウンド
<持ち物> 飲み物、タオル

<申込み> 7月5日(木)までに
各単位クラブ会長へ

※暑さ対策をしておいでください。



少年キャンプのお知らせとお願い

主催：西郷地区青少年育成協議会

<日 時> 7月21日(土) 13:30~
22日(日) 11:30まで

<場 所> 西郷小学校庭(若桐山周辺)

今年も夏休みの初日から、西郷小学校5、6年生の希望者による少年キャンプを開催します。当日は、近隣の皆様には何かとご迷惑をおかけいたしますが、子どもたちのために、ご理解、ご協力頂きますようよろしくお願い致します。

【お願い】

人参、ジャガイモ等、寄付頂ける食材がありましたら、20日(金)までに西郷公民館に届けていただきますよう、よろしくお願い致します。



西郷地区サロン交流会

主催：西郷地区社会福祉協議会

各サロンさんと西郷小学校児童による交流会を計画しました。みんなでニュースポーツをして楽しみましょう!

<日 時> 7月30日(月)
9:30~11:30

<場 所> 西郷小学校体育館
<内 容> スポーツ輪投げ
スカットボール
室内ペタンク

<申込み> 各サロン代表者へ
※西郷小学校児童の皆さんは、配布チラシをご覧ください。



熱中症にご注意ください

●熱中症には、次の段階があります。

- 【軽 症】 ・めまい、立ちくらみ、筋肉痛
・汗がとまらない
- 【中等症】 ・頭痛、吐き気
・体がだるい(倦怠感)、虚脱感
- 【重 症】 ・意識がない、けいれん、高い体温
・呼びかけに対し返事がおかしい
・まっすぐに歩けない、走れない

※のどが渇く前に、定期的な水分補給を心がけましょう。

平成30年度西郷地区同和教育町内学習会予定表

「人権が尊重される、地域づくり」を、めざして!! 今年も、参加しましょう!!

町 名	期 日	時 間	町 内 テ ー マ	学 習 内 容 と 方 法
大 原	9月1日(土)	19:00~	「高齢者の健康的な生活をめざして」	講師：岩間和敏さん (デイサービスセンター和) 講演、質疑応答、まとめ
栗 尾	9月6日(木)	19:30~	「ハラスメント」 ってなんだろう	講師：繁原美保さん (子どもと女性のエンパワーメントe・ラボ) 講演、質疑応答、まとめ
上余戸	9月1日(土)	19:00~	「災害と絆」	講師：牧野紀史さん 講演、質疑応答、総括
	9月15日(土)	19:00~	「人権も同和も 同じくらい大切なこと」	講師：亀井譲二さん 講演、質疑応答、総括
虹ヶ丘町	10月10日(水)	19:30~	「誰もが住みよいまちづくり」 ~「ハラスメント」ってなんだろう~	講師：繁原美保さん (子どもと女性のエンパワーメントe・ラボ) 講演、グループワーク、質疑応答
	10月13日(土)	19:00~		
下余戸	9月15日(土)	18:30~	「笑う門には福来たる」	講師：清水住職 (三徳山皆成院) 講演、質疑応答
八 屋	8月25日(土)	18:30~	「あいサポート研修会」	講師：繁原美保さん (子どもと女性のエンパワーメントe・ラボ) 講演、質疑応答、まとめ
伊 木	9/29(土) 又は10/13(土)	13:30~	「子どもや高齢者が 安心してらせるために」	講師：未定 講演、質疑応答
	9月中旬~下旬	19:00~		
山 根	8月26日(日)	19:00~	「学校で学ぶ部落の歴史」	講師：小谷清美さん 講演、アンケート
山根茶屋	10月上旬~ 11月上旬	13:30~	「みんなが安心して 暮らせる町づくり」 ~子どもの権利を守る・地域の役割~	講師：未定 講演、ワークショップ、発表総括

(会場は、大原：多目的センター、栗尾：農事研修会館、他は各自治公民館)

お題 「音」「すっきり」

場所 西郷公民館 図書室にて

※次回七月二十三日(月)一時三十分

お題 「笑い」

男です古傷かばい苦笑い
年重ね笑いごまかすもの忘れ
時が経ち笑い話になって行く
福笑い何度やっても俺の顔
選者吟 太陽が笑うとみんな笑いだす
お題 「ワクワク」

付度が欲しいわくわく君を待つ
仮免許新車を待って眠られぬ
なつかしい母の筆跡踊る胸
日々の中ワクワク見つけ老い減らす
選者吟 ワクワクと七十代の戸を開ける

あけみ 勝己 淑子
悦子

草の実俳壇

子燕や空のプールでバタフライ
田中 ひでや

昼風やふと取り戻す静ごころ
増井 ゆり枝

花胡瓜小指大の実徒へて
中井 えつ子

※次回 七月十二日(木)十時
場所 西郷公民館図書室にて

