

4月 倉吉市・成徳公民館・各団体のおもな予定

日	曜	時間	内容
1日	金		辞令交付式(市教委)
2日	土		
3日	日		
4日	月		
5日	火	8:00~ 9:00~ 19:15~	ふれあい給食 せいとくキッズ☆打吹山たんけん隊 ヨガ教室①
6日	水		
7日	木		
8日	金		
9日	土		
10日	日		
11日	月	19:00~	玉川を美しくする会総会
12日	火	19:15~	ヨガ教室②
13日	水	13:30~	成徳・明倫ハツラツ教室
14日	木	10:00~	なごもう会
15日	金		
16日	土		
17日	日	6:50~ 7:00~	第1回玉川一斉清掃 天神川流域一斉清掃
18日	月	20:00~	住民スポーツ:バスケット(東中)
19日	火	8:00~ 19:15~	ふれあい給食 ヨガ教室③
20日	水	19:00~	成徳地区青少年健全育成協議会総会
21日	木	13:30~ 16:00~	倉吉市公民館職員研修会(交流プラザ) 倉吉市公民館連絡協議会総会(交流プラザ)
22日	金	19:00~	成徳地区振興協議会総会
23日	土		
24日	日	8:45~	自然散策 羽衣石山を歩こう!(体振)
25日	月	19:00~	倉吉市成徳公民館管理委員会総会
26日	火	13:10~ 19:15~	学校へ行こう!(成徳小) ヨガ教室④
27日	水	13:30~	成徳・明倫ハツラツ教室
28日	木	10:00~ 10:00~ 19:00~ 19:45~	おしゃべり広場「びよびよ」親子 de ピラティス なごもう会 成徳地区同和教育研究会総会 成徳地区同和教育推進員連絡協議会総会
29日	金		
30日	土		

上記の予定は貸館(一般の利用)の予定ではありません。
利用のお申し込みは、成徳公民館にお問い合わせください。

・・・おしらせ・・・4月21日(木)は倉吉市公民館職員研修会のため12時以降は事務室を閉めます。
ご了承下さい。公民館の利用を申込みをされている団体の方はカギの受け取りをお願いします。

枚数に限りはありますが・・・
カラー版の館報「成徳」を成徳公民館窓口に置いています。市報、県政だより、市社協「しあわせ」のほか、情報提供資料・チラシがありますのでお気軽にお立ち寄りください。

自治公民館協議会 4月のおもな予定 (3月29日現在)

交通安全部長会 1日(金) 19:00~ 成徳公民館
倉吉市自治連合会総会 9日(土) 14:00~ 未来中心
館長会 9日(土) 17:00~ 石井旅館
社会部役員会 20日(水) 9:00~ 成徳公民館
社会部長会 26日(火) 19:00~ 成徳公民館
自治公三役会 28日(木) 10:00~ 成徳公民館

みんなで出来る環境活動

ペットボトルのキャップは 公民館でも回収しています。

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ご協力をよろしくお願いします。
回収についてのお願い

- 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・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

公民館のベルマーク運動

切り取り、集計ボランティアの方も募集中!



地域の皆様にはいつもベルマーク収集にご協力をいただき感謝申し上げます。
最近では男性の方も関心を持って集めていただくようになってきました。ありがたいことです。
何事もコツコツ・・・
今後ともご協力をよろしくお願いします。

ありがとうございました・・・

住吉町女性部の皆さんからタオルを寄贈していただきました。また、ベルマークもご持参いただき感謝申し上げます。



かんぼう
館報

kurayoshishiseitokukominkan
せいとく
成徳

第399号 平成28年4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77-1) 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 ○HP: <http://www.ncn-k.net/koseitok/>

自ら勝つ者は強なり

～ 玉川沿いで出会った二人から ～



伝統的建造物群保存地区にある白壁土蔵群と並んで観光の目玉になっている玉川は成徳地区の中央を流れています。その川に投棄されるゴミにより汚れが目立つという声が聞かれるのです。玉川に沿って西から東へと歩を進めると下流に行くほどゴミの堆積が多くなり景観が損なわれています。地域の住民が立ち上げている「玉川を美しくする会」は年6回、早朝に多くの住民が参加して清掃活動を継続していますが、なかなかゴミがなくなる現実には心が痛みます。

夕刻、白壁土蔵群の近くで毎日投棄されたゴミを取り除いておられる一人の男性に出会います。「ゴミが目に入ると気になって仕方がないので清掃ボランティアを継続している。」とのことです。荒神町内でも清掃ボランティアをされている一人の女性に出会うことがあります。「ゴミを捨てる人が無くなれば・・・。玉川の汚れが気にならないのでしょうかねえ。」と口をそろえて言われます。人に迷惑をかけようが、「自分さえ良ければいい。」という考えや態度で、みんなのことを考えたり、感謝する心が希薄になっているのが現代の風潮だとよく指摘されます。いわゆる利己的な人間社会になってきているということだと思います。

「自ら勝つ者は強なり」という名言があります。自分の欲求や邪念に打ち勝ち、押さえられる者が本当の強者であり勇者であるという意味です。人は安易に自己の利益や欲望に流れ、他のことは考えなくなりやすいものです。そういう私利私欲に勝てる者は本当に強い人で、社会のために役立てる人だと思います。暗い話題の多い世の中ですが、地道にコツコツと清掃活動をされる二人の姿に何かしら心温まるものを感じます。

成徳地区にもいろいろな形で地域に貢献されている人が多くあると思いますが、「自分に出来ることは何なのか。」を考え、行動できる人が一人でも二人でも増えてくれることを願ってやみません。

成徳公民館の活動もその一助になればと思っています。平成28年度も地域の皆様に親しまれ、愛される公民館をめざし、地域の課題解決はもちろんのこと、将来を見据えた「学びの場」となることを期待して職員一同努力を重ねていきますので、皆様のご支援・ご協力をお願い致します。



公民館のサクラ:平成28年の開花は3月23日

倉吉市成徳公民館 館長 小谷次雄

・・・4月 contents・・・★自ら勝つものは強なり～玉川沿いで出会った二人から～★自然散策 羽衣石山を歩こう!参加者募集
★学校へ行こう!参加者募集 ★住民スポーツの日参加者募集 ★保健だより ★葛飾北斎展 前売り券販売
★子育て支援事業 参加者募集 ★成徳地区敬老会 ★入園・入学式日程 ★子ども食堂オープン★成徳写真館 ★講座の開催予告
★4月のおもな予定 ★みんなで出来る環境活動 ★公民館のベルマーク運動 ★寄贈の御礼

自然散策 参加者募集

主催：成徳地区体育振興会

うえしやま
新緑の羽衣石山を歩こう！

羽衣石城跡や羽衣伝説の由来となった場所を巡るウォーキングです。新緑の木々を心地よく感じながら楽しく歩きましょう。この機会にぜひご参加下さい！

○日 時：4月24日(日) 小雨決行
8：45(成徳公民館集合・出発)
12：00(成徳公民館帰着)

○講師：國本光紀さん

○参加費：無料

○参加対象：小学生～高齢者

○行 先：東伯郡湯梨浜町 羽衣石山
約3キロ歩きます。(少し急な坂道あり)

○交通手段：観光バス

○持 参：帽子、タオル、合羽(小雨決行のため)
※飲み物は主催者が準備します。

○申込み：4/20までに成徳公民館へ



住民スポーツの日 参加者募集

主催：学校開放企画運営委員会

スポーツを楽しもう！

4月は**バスケットボール**



毎月1回「住民スポーツの日」を設定し、
いろいろな種目のスポーツを楽しむ活動を行います。
どなたでも参加OK！ 直接、各会場にお越しください！

日 時：4月18日(月) 20：00～22：00

場 所：倉吉市立東中学校体育館

指導者：睦月クラブの皆さん

持 参：運動のできる服装、運動シューズ、飲み物
(必要な用具は準備します。)

参加費：無料

参加対象：成人。小学生、中学生の場合は保護者の送迎を
参加条件とします。

28年度は下記の内容で開催する予定です。

詳細は当月の館報に掲載します。

5月：種目：バウンズボール 会場：成徳小学校
バウンドテニス 会場：東中学校

6月 種目：バレーボール 会場：東中学校

7月 種目：バレーボール 会場：東中学校

8月 種目：バドミントン 会場：東中学校

9月 種目：バドミントン 会場：東中学校

10月 種目：ソフトバレー 会場：東中学校

11月 種目：バドミントン 会場：東中学校

1月 種目：ソフトバレー 会場：東中学校

2月 種目：ソフトバレー 会場：東中学校

お問合せは倉吉市成徳公民館まで

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めます。
だれでも気軽に参加できます！

▲4月は1回の開催です。26日(火曜日)

▲時間：13：10～13：40 ▲参加費：無料 申込不要

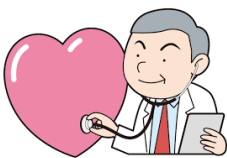
▲場所：成徳小学校仮校舎1階

皆さんのご参加をお待ちしています。



保健だより 春は心の健康に気をつけよう！

春は、気候はもちろんのこと新しい環境に移る人も多く「変化」の多い季節でもあります。
気温差に体温調節がうまくいかなかったり、新しい環境で心が疲れてストレスになってしまったり、
様々な面で自律神経が乱れやすくなります。次のことに気をつけて、心のバランスを整えましょう。



1. 朝はきまった時間に起き朝日を浴びよう

朝日を浴びると体内時計がリセットされて体内リズムが整います。また太陽の光によってハッピーホルモンである「セロトニン」が体内でたくさん作られますので、気持ちが安定します。

2. 食事は3食決まった時間にバランスよく食べよう

規則正しく食事を摂ることで体内時計を整えられます。

3. 休養をとろう

自分なりのリラックス法で休日を過ごしましょう。

4. 体温調節をしっかりと

暑さや寒さもストレスになります。温かい日でも外出の際は羽織れる上着を持参しましょう。 倉吉市 保健師



葛飾北斎の作品を集めた展覧会 北斎展～師とその弟子たち～ 倉吉博物館にて4/9～5/8開催

公民館でも前売り券を取扱い中！お早めどうぞ 一般800円(当日1,000円) 高校・大学生600円(当日800円)

子育て支援事業 参加者募集

主催：倉吉市成徳公民館

平成28年度おしゃべり広場「ぴよぴよ」4月14日スタート！



ピラティス

親子de 参加者募集！

赤ちゃん&MAMAのためのピラティス教室を4月～12月まで
毎月1回開催します。

産後や子育て中のママ・・・

赤ちゃんを抱っこしているうちに身体がゆがみ、姿勢が悪くなっている
いませんか？ピラティスで正しい姿勢に戻し、ムリなくインナーマッスルを鍛えましょう。エクササイズの後には楽しいおしゃべりタイム♡わずかな時間でも心身ともにリフレッシュできます。一人でも、お友達と一緒にでも気軽にご参加ください。

★申込み不要。

いつからでも参加できます。お住まいの地区は限定していません。

★指導者：どこの教室でも大人気！ 河本珠紀先生

★参加費：1回100円(当日)

★持 参：タオル、飲み物、赤ちゃんのおやつ&飲み物

・・・皆さまのご参加をお待ちしています・・・

★ピラティス教室のチラシをHPにUPしています。

平成28年度 第63回

成徳地区 敬老会

昭和16年12月31日以前に出生の方が対象者です。

◎開催日：5月22日(日)

会場：グリーンスコレセきがね

式典：11:00～

各町の社会部長が敬老会の案内ハガキを届けます。
出欠の取りまとめをしますので、よろしくお願ひします。
関係者一同、皆様のご出席をお待ちしています。

主催：成徳地区自治公民館協議会

入園・入学おめでとう！

めぐみ保育園 4月2日(土)

倉吉愛児園 4月2日(土)

倉吉幼稚園 4月7日(木)

成徳小学校 4月8日(金) 10時～

東中学校 4月8日(金) 14時～



こども食堂はじめます！

4月19日(火) 16：00～20：00

明治町にあるテラハウスにて、まずは月に1回開催。

詳細は回覧チラシをごらんください。

主催：倉吉こども食堂テラハウス

講座の開催予告・・・

5月から開催！

★スポーツ教室「ファミリーバドミントン」

5月28日(土)スタート！全5回

★成徳 YOU 友女性教室

6月から開催！

趣味をみつけよう！楽しもうシリーズ

★オカリナ体験教室

★切り絵体験教室

★和紙手芸体験教室 など

詳しくは館報でお知らせします。

成徳写真館

まもなく春本番！...色鮮やかに咲き誇る花に癒されます...
植えた時期が遅かったので...今年の菜の花は遅咲き...

