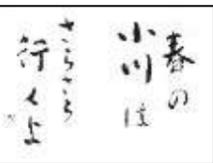




# 3月



字手紙サークル  
「美鈴会」  
徳永 秀さん作品

## めいりん 公民館だより



■No.451 令和3年3月号・明倫公民館発行

倉吉市明倫公民館

〒682-0872 倉吉市福吉町2丁目1674

TEL (0858)22-0642

FAX (0858)23-6015

メール komeirin@ncn-k.net http://www.ncn-k.net/komeirin/

利用時間 9:00-22:00  
(事務所: 平日) 9:00-17:00



明倫公民館HP

### 地域のみなさまへ

#### 持続可能な地域を目指してコミュニティセンターへ!



いよいよ4月から「コミュニティセンター」としての活動がスタートします!

これまで社会教育施設として、地域活性のための各種講座や事業などを行い、集会所としての機能や仲間づくりなど生涯学習を通じて地域づくりの支援を行ってきました。

これからは、社会教育の機能に加え、福祉や防災などの課題を住む人たちが自ら解決に向けて取り組むことで、誰もが楽しく豊かに暮らし続けることができる地域を目指す「地域づくりの拠点施設」として「コミュニティセンター」が設置されます。

今後も培ってきた社会教育機能と住民主体のまちづくりを進めるための活動を行っていきますので、よろしくお願いいたします。

### 公民館利用のみなさまへ

明倫公民館主催

#### 公民館利用についての説明会と AED救命講習会及び公民館清掃

公民館利用団体・サークルの皆さまを対象に団体登録や減免申請についての説明とAED講習会、春の館内一斉清掃を実施しますので、ご協力をお願いします。

4月7日(水) 10:00~11:40

- 場 所 明倫公民館
- 内 容 公民館利用説明会及び利用団体登録減免申請手続き  
AED講習会  
公民館内一斉清掃

※後日各団体の代表者の方へ案内文章をお渡しします。  
※AED講習会はコロナ感染症の動向により中止の場合有

### めいおん

明倫軽音楽部バンド講座

#### めいおん門出ライブ 2021

開催♪

今年度めいおん講座の練習の成果と小学6年生の卒業を祝う「門出ライブ」を開催します。ぜひお誘い合せていただき、熱い応援をお願いします。

3月28日(日) 13:30~15:30

- 場 所 明倫公民館・大会議室
- 出 演 めいおん9期生~11期生  
なだおん
- 入場無料 ※人数制限有
- \*後日動画配信予定あり  
(公民館ホームページにてお知らせします。)



2021年 3月 の行事予定						
			水	木	金	土
			3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
		中学校区女性連絡会 9:30吉祥院  (自)館長会 19:00~20:00	住民スポーツの日 20:00 (バレーボール)			(主催)切り絵講座 9:30~11:00
14	15	16	17	18	19	20
職員採用試験 9:00~	6年生手形パッチ ワーク授与 10:15小学校		学校開放企画運営委員会 19:30~20:00		倉吉市女性連絡会 10:00防災センター	
21	22	23	24	25	26	27
				地区振臨時総会 19:00~		
28	29	30				
めいおん♪ 門出ライブ♪ 13:00開場 13:30開始						

安心安全パトロール 15:30~ <明倫地区地域安全推進協議会>  
 毎月 第2木曜日 老人クラブ 第3水曜日 明倫小学校PTA  
 第3木曜日 自治公民館協議会 第4金曜日 青少年育成協議会・民生児童委員会  
 ※青少協担当町 越中町 明倫公民館集合 ※ご都合の悪い場合は明倫公民館へご連絡下さい。



### 研修

#### 倉吉市女性連絡会・研修交流会

- 日にち 3月19日(金) 10:00~11:30
- 場 所 倉吉市防災センター (倉吉市福守町415-2)
- 内 容 防災について ~施設見学と活動実践を学ぶ~
- 参加費 無料
- 定 員 各地区3名程度

※申し込み→明倫公民館 ※どなたでも参加できます。  
※マイクロバスを運行します。市役所本庁舎東玄関9:40発

### お知らせ

#### ◆生活排水溝の清掃

- 4月11日(日) **Aグループ**  
福吉町・旭田町・金森町・福吉町2丁目・八幡町  
鍛冶町2丁目・河原町・余戸谷町・みどり町
- 4月18日(日) **Bグループ**  
瀬崎町・東岩倉町・西岩倉町・鍛冶町1丁目  
越中町・越殿町・広瀬町  
※詳しくは各町の厚生部さんへ <自治公厚生部>

# 地域のお知らせ



## 中央児童館からのお知らせ

\* 4月より明倫児童クラブ（放課後児童クラブ）は、中央児童館から明倫小学校に移転するため、中央児童館は『自由来館』を主体とした単独運営に変わります。

18歳未満のすべての子ども（乳幼児・小学生・中・高校生）を対象とし、地域における遊び及び生活の援助と子育て支援を行い、子どもの心身を育成し情操をゆたかにすることを目的とした活動を行います。

\* 新たな活動として、乳幼児親子を対象にした『乳幼児クラブ』等の子育て支援事業を実施します。午前から、乳幼児親子が自由に交流できる場として提供していきます。

※詳細は、次号や配布する『利用パンフレット』をごらんください。



## さよなら倉吉西保育園

昭和27年に認可を受け約68年間、地域の皆さまに親しまれた倉吉西保育園は、倉吉市再編計画により令和3年3月31日で廃園する運びとなりました。長い間、多くの園児の成長を見守り続け、たくさんの思い出を作ってくれた園舎には、愛惜を感じる思いです。

地域の皆様には、園の運営に、ご理解ご協力をいただき感謝の気持ちでいっぱいです。本当にありがとうございました。

子どもたちは、4月から転園先で、新たな生活がスタートします。地域の大切な宝物として、これからも子どもたちの成長を見守っていただきますようよろしくお願い致します。



## ピックアップめいりん < 月 >

明倫公民館事業・各団体・サークル活動などの様子



### めいおん講座⑤⑥ 2/7、14



全6回の講座を終え、ライブに向けてそれぞれのバンドグループで練習をしています♪



### スリランカカレー作り 2/10



地区在住の高校生留学生のハシニ ダナンジャーさんにスリランカの家料理のカレーの「ポテト」と「チキン」の作り方を教えていただきました。一緒に食事をした後の交流の場面では、スリランカのことや倉吉の印象などの話が盛り上がりました。

### 親子スキー教室 2/6、7



今年も大山ホワイトリゾートにて親子スキー教室を開催しました。日帰り、宿泊で総勢35人の参加があり、初めての人も毎年参加の人も思いっきり滑りました。

キラリ★めいりん 町まち わが

## 福吉町

～若いもんが集まって～

福友会は若年層のメンバーが自ら楽しんで活動することで、周りも「おもしろそう」「楽しそう」と感じて、じゃあ私も参加してみようかな。とその輪をどんどん広げて来ました。当初は約20人から始まった組織でしたが今では30人以上の大所帯となり、LINEグループを使って行事連絡や生活に役立つ情報のやり取りを行っています。



令和2年12月13日 社協にて

## 健康便り

### ウォーキングで健康なからだづくり

今年の冬は、寒さだけではなく、コロナの影響により身体を動かす機会が減ったのではないのでしょうか。少しずつ気温が上がってきた今から、ウォーキングで健康な身体づくりを行いましょう。ウォーキングなどの有酸素運動は、**脂肪を燃焼させ、生活習慣病の発症を減らす効果**があります。この効果を上げるには、正しい歩き方が大切です。

#### 【姿勢のポイント】

- あごは引いて、視線前に
- 肩の力を抜き、ひじは直角にして腕を大きく振る
- 胸をはって背筋を伸ばす
- 歩きやすい靴がおすすめ
- ☆姿勢を正しく、サッサのリズムで歩くとより効果的です。



#### 【運動を行うときの注意】

- ①運動の強度は、心もち息が弾むくらいが適当です。
- ②息は止めず、呼吸を意識して。
- ③こまめに水分補給を。
- ④無理をせず、体調が悪いときは休む。
- ⑤歩く前後にはストレッチをし、けがや事故を予防しましょう。

倉吉市健康推進課 ☎27-0030

## 紙上講座

講座で作ったスリランカカレー・チキンの作り方を紹介します！

#### 【チキンカレー】材料（4人分）

- ・鶏肉 1枚
- ・玉ねぎ 1/4個
- ・にんにく 2~3個
- ・しょうが にんにくと同量程度
- ・レッドペッパー 大0.5 甘口~2 辛口
- ・サラダ油 大2~3
- ターメリック
- 塩
- こしょう
- ガラムマサラ
- 水

#### 【作り方】

- ① 玉ねぎをみじん切りにする
- ② 鶏肉を一口大に切る
- ③ にんにく、しょうがをスライスし、包丁を叩いて潰す
- ④ フライパンでレッドペッパーを弱火で色が変わるまで炒める
- ⑤ 熱した油に③と玉ねぎを入れて弱火で炒める
- ⑥ 別の鍋に②④⑤Aを入れて強火で10分煮込み、さらに中火で10分煮込む。最後に塩で味を調える

作り方④



作り方⑤



スーパーなどでお手軽に手に入る材料で、作り方も簡単！ぜひ作って食べてみてくださいね！！