



3月の行事・会合予定

日	曜日	時間	内容
1	月		
2	火		
3	水	10:00	なごもう会
4	木	17:00	パトロール河北(下余戸・八屋・伊木)
5	金	18:30	自治公民館長会
6	土		
7	日	13:30	倉吉市立図書館歴史講座
8	月		
9	火	9:00	ふれあい給食サービス
10	水	18:30	西郷地区まちづくり協議会防災・安全部会
		9:30	主事研修会
11	木	13:30	ケアマネジャーとの座談会(地区社協)
		18:30	西郷地区まちづくり協議会地域振興部会
12	金		河北中学校卒業授与式
		18:30	西郷地区まちづくり協議会生涯学習部会
13	土	9:30	西郷地区まちづくり協議会地域福祉部会
14	日		
15	月		
16	火	19:00	学校開放企画運営委員会
		9:30	西郷地区まちづくり協議会役員会
17	水	10:00	なごもう会
18	木		
19	金		西郷小学校卒業授与式
20	土		
21	日		
22	月		
23	火	9:00	ふれあい給食サービス
24	水		
25	木		
26	金		
27	土		
28	日	10:00	西郷地区まちづくり協議会総会
29	月		
30	火		
31	水		
4/1	木		
2	金		
3	土		



各教室の活動予定

ストレッチ教室
3月22日(月)
13:30~

お茶を楽しむ会
3月12日(金)
13:30~

ラウンドダンス
3月15・22日(月)
10:00~

西郷シニア元気塾
3月10・24日(水)
10:00~

草の実俳壇
3月17日(水)
10:00~

川柳教室
3月22日(月)
13:30~

囲碁教室
第2・4水曜日
13:30~

絵手紙
3月18日(木)
13:30~

世帯数 2,231戸
人口 4,825人
男 2,287人
女 2,528人
(令和3年1月末現在)

さいごう

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)

西郷公民館をご利用の場合には、次の点を再度ご確認くださいませようお願いします。主催者の方は、参加者の体調チェックと緊急時の対応確認。参加者の方は、ご自身の体調の確認。(体調不良の際は参加を自粛)

西郷小学校・河北中学校の卒業生の皆さん。ご卒業おめでとうございませう。

皆さんの輝く未来に幸多かれと祈ります。何事も恐れず、笑顔を進んで下さい。夢に向かって

令和三年三月

西郷公民館長
大原自治公民館長
栗尾自治公民館長
上余戸自治公民館長
虹ヶ丘自治公民館長
下余戸自治公民館長
八屋自治公民館長
伊木自治公民館長
山根自治公民館長
山根茶屋自治公民館長
山根地区青少年育成協議会
西郷地区社会福祉協議会
西郷地区同和教育研究会
西郷地区民生児童委員協議会

山根弘二
岩崎幸雄
増田篤規
涌田博文
大隅洋志
中井義寛
深田佳洋
河田雅志
小谷喜寛
河本良二
中野義貴
福井繁雄
三谷裕昇
吉川裕

第5回「俳句大会in西郷」の応募案内 西郷小学校菜の花プロジェクト実行委員会
倉吉市『菜の花プロジェクト』の一環として、校区のみなさんと一緒に「俳句大会」を計画しています。
楽しい俳句作りに挑戦してみませんか♪
<募集期間> 4月12日(月)～5月17日(月)
下の三つ規則に従って、皆様の「素敵(すてき)な俳句(はいく)」の応募をお待ちしております。

- 基本的に「5・7・5」の17文字とする。
※小文字「つ」や伸ばし棒「ー」は1文字と数える。その他の小文字は数えない。
(例)「チューリップ」⇒ 5文字
- 下記の春の季語(季節の言葉)の中から一つを選んで入れてください。
「菜(な)の花」「桜(さくら)」「チューリップ」「蝶(ちょう)」「雲雀(ひばり)」「その他の春の季語」
※原則的に、一句内に季語は一つのみです。
- 一句内に、切れ字「や・かな・けり」は一つのみとします。

《応募部門》 小学校の部、中学校・高校の部、大学生・一般の部
《応募方法》 西郷小学校または西郷公民館に備えてある応募用紙に記入し、応募箱に入れて下さい。(お一人さま6句以内) 同じ季語でもよい。
《選句と発表》 西郷公民館「草の実俳壇」の方に選句をお願いします。優秀作品は、「西郷公民館だより」に掲載する予定です。



若桐山
私は朝、山根から下余戸にかけて市道大原山根線を歩いている。氷点下の気温を記録しているのを目にした。家々の庭を彩る草木や花をそれとなく眺めていると、それぞれの季節を彩る草木や花の特徴が目に入る。目の前に映る姿だけでなく、四月になればと、九月になると等々、草木がつける花の姿も浮かんできたりする。

各家にある草木は、家主さんと庭師さんが相談してその家にふさわしいものを選定されているようである。それ故、他の家それぞれのものとの関係の中で生きていくわけにはないだろうが、不思議と一つの庭園のようにも映ることがある。何故そう映るのか、うまく説明できないが、なんとなくそう思うことがある。

私たちの日々の生活においても、後で振り返ってみると気づくことが、慣れていなかったり、何となく過ぎていたりすると、そうはいかない。しかし、私たちは同じ苦労を繰り返すより、繰り返さない方がよいと思えば、うまくこなすために少しでもよいもの、より成果の上がる活動を自ら求めていくのではないだろうか。少なくとも自分にとって、それぞれのできる範囲で、工夫していかうとしているのではないだろうか。

三月は、新しい年度を迎えるにあたって、より良く過ごせるようにと振り返りと計画を行う時期でもある。より良くなっているかどうか、振り返って見ないと分からないこともあるが、それでも何かしら見直しを行っている。自分の能力を超えることはできないにしても、少しでも得意なことを活用して、時間的にも空間的にも様々な活動を眺めることができる、世界(取り巻く環境)が変わってくるのかもしれないと思う。



2月の報告

<PTA活動支援>

さいごうっ子クラブ

開催日：2月16日（火）

今回は、折り紙教室を開催。山田真理さん（虹ヶ丘町）に『かみひこうき』の絵本を読んでもらった後、実際に絵本に出てきた紙飛行機を折り、飛ばしてみた。翼の形を変えたりといろいろと工夫をし、面白い飛び方になった。その他に、人気アニメの柄風の手裏剣や蓋つきの箱も作った。地域の方とも仲良くなり、楽しく交流することが出来た。



第6回館長杯パットゲームスター大会

開催日：2月10日（水）

毎年恒例となったこの大会も、今年で早6回目を迎えた。「コロナなんかには負けないぞ〜!!」と気合を入れた16名が、元気いっぱいホールウンを目指して楽しんだ。

優勝は、見事V2 稲田文枝さん（八屋）でした。おめでとうございます。

成績は次のとおりです。

- 優勝 稲田 文枝さん（八屋）
- 準優勝 音田 正久さん（山根）
- 3位 岩崎 幸雄さん（大原）
- 4位 牧山 孝子さん（山根）
- 5位 山本富士男さん（下余戸）



【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



<情報提供> 倉吉市健康推進課 健康増進係

健康だより

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】

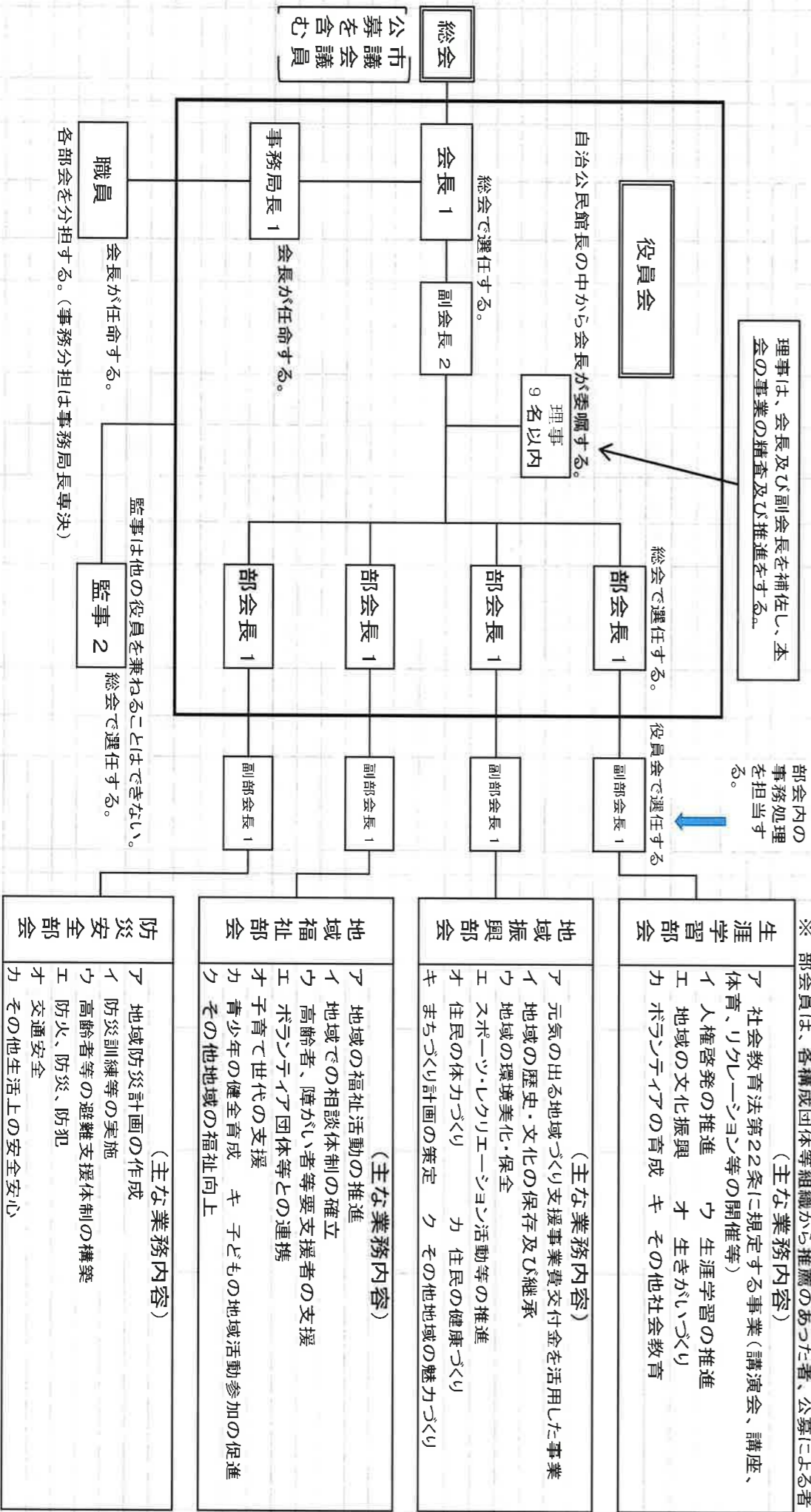
- あごは引いて、視線前に
- 肩の力を抜き、ひじは直角にして腕を大きく振る
- 胸をはって背筋を伸ばす
- 歩きやすい靴がおすすめ
- ☆姿勢を正しく、サッサのリズムで歩くとより効果的です。



昨年12月に発足したまちづくり協議会です。令和3年度の活動に向けて、各分会で担当する業務を念頭に、地区公民館協議会等これまで各組織で行ってきた地区全体を巻き込んだ活動を、どう計画に位置づけるか工夫しているところです。

令和2年度 西郷地区まちづくり協議会組織体系図

◎本会の運営に関する経費は、自治公民館の拠出金のほか、指定管理料、負担金、交付金、寄付金及びその他の収入をもつて充てる。



草の実俳壇

豆撒きし子等の空き間やいつ戻る
田中 ひでや

力くらべ春草を引く八十路かな
増井 ゆり枝

寒肥の大地に溶けて始動待つ
中井 えつ子

次回 三月十七日(水) 午前十時
場所 西郷公民館図書室

西郷川柳教室

選者: 牧野 芳光

お題「広い」

悩み事空の広さに解けてゆけ 淑子

大空が心広げと背中押す 悦子

叱られ泣いて負ぶさる父の広い背に あけみ

負われてた父の背中を思い出す 勝己

選者吟 妻の掌で自由に泳がされている

お題「鍵」

キーロック急ぎ立てられる音になる 悦子

更新日通過祈ってキー始動 淑子

午前様呼べど開かない固い鍵 あけみ

駅前のロッカー借りてお召し変え 勝己

選者吟 日本酒を飲んだら鍵がゆるくなる

次回 三月二十一日(月) 午後一時三十分
場所 西郷公民館図書室

お題「好き」「香り」