



# めいりん 公民館だより



## 2月



字手紙サークル「美鈴会」  
小谷美恵子さん作品



明倫公民館HP

■No.450 令和3年2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

■E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

### 国際交流

明倫公民館主催  
異国の食文化体験・国際交流

### スリランカカレーを作って食べよう!

地区在住のスリランカからの高校生留学生のハシニさんから家庭料理のカレーの作り方を学びます。

2月10日(水) 9:30~12:30



イメージ

- 場 所 明倫公民館
- 講 師 ハシニ ダナンジャーさん  
(明倫地区在住 倉吉東高2年スリランカからの留学生)
- 持ち物 お米0.5合、エプロン、三角巾
- 参加費 500円
- 切 2月8日(月)

スリランカカレーとは、「ライスを中心としてカレーや副菜を盛りつけたワンプレート式」を基本とするスリランカ料理です。

### 参加者募集!

明倫公民館主催

### 切り絵講座 ~春の花~

初心者から経験者の方までどなたでも参加いただけます。

3月13日(土) 9:30~11:00

- 場 所 明倫公民館
- 講 師 米田美保さん
- 参加費 300円
- 切 3月8日(月)
- 募集人数 10名程度

※材料は主催者で準備します。



### 校区女性連絡会

西中・鴨中校区女性連絡会  
(明倫、小鴨、上小鴨、関金地区)

### 女性が地域で元気に輝くためにできること

3月9日(火) 9:40~11:30

- 場 所 吉祥院 (西岩倉町2189)
- 集 合 9:30 吉祥院に集合
- 講 師 吉祥院住職 湯浅英利さん
- 内 容 写経体験と仏像のお話  
& 元気になるお話
- 定 員 5名程度
- 切 3月2日(火)



### その他の事業の予告

- めいりん♪<門出ライブ> 3月28日(日)午後
- 倉吉市女性連絡会研修 3月(日にち未定)



2021年	2月の行事予定					
	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	(自)社会部長会 19:00~20:00	(自)体育部長会 19:00~20:00			(自)文化部長会 19:00~20:00	青少協)スキー教室 大山ホワイトリゾート
7	8	9	10	11	12	13
主催)めいりん⑤ 9:00~11:00 青少協)スキー教室 大山ホワイトリゾート		(自)館長会 19:00~20:00 住民スポーツの日 20:00(バドミントン)	主催)スリランカ カレー教室 9:30~12:30	(祝) 建国記念日		
14	15	16	17	18	19	20
主催)めいりん⑥ 9:00~11:00			学校開放企画運営委員会 19:30~20:00			
21	22	23	24	25	26	27
		(祝) 天皇誕生日				
28	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 西岩倉町 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。					

### ピックアップめいりん<1月>

明倫公民館事業・各団体・サークル活動などの様子

### めいりん講座 1/10.17.24



ギター、ベース、ドラムのパートに分かれて課題曲の練習をしています♪

### レモンマーマレード作り 1/19



明倫地区で育った無農薬のレモンを使ってジャム、マーマレード、カードの3種類を作りました。

## 明倫コミュニティセンターの主事を募集します

令和3年4月から、地域づくりの活動拠点としての「明倫コミュニティセンター」になるのに伴い職員を増員します。つきましてはコミュニティセンターで働く新たな仲間を募集します

### 1 募集職種、採用人数

募集職種	採用人数
コミュニティセンター主事	1人

### 2 勤務条件等

- (1) 職務内容 コミュニティセンター事業に関する業務、施設の維持管理に関する業務、その他、任命権者が命ずる業務、各種団体の事務など
- (2) 勤務場所 明倫コミュニティセンター（倉吉市福吉町2丁目1674）
- (3) 勤務時間 午前9時00分～午後5時00分  
※ただし事業、会議等で夜間、休日勤務の場合もあります。
- (4) 雇用期間 令和3年4月1日～令和6年3月31日
- (5) 給与 月額147,800円（昇給制度あり）  
※このほかに通勤手当、期末手当、時間外勤務手当等の諸手当が条件に応じて支給されます。
- (6) 加入保険等 雇用保険、労災保険、健康保険、厚生年金

### 3 応募資格・普通自動車運転免許を持っている人

- ・ワードやエクセル、メールの送受信等のパソコンの基本操作ができること
- ・年齢65才未満（定年65歳）

### 4 提出書類 履歴書を明倫地区公民館に郵送または持参してください。

### 5 受付期間 令和3年2月2日（火）から令和3年2月26日（金）（必着）

### 6 選考方法 作文・面接試験

### 7 試験日 日時：令和3年3月14日（日）9時～ 場所：明倫地区公民館（倉吉市福吉町2丁目1674）

### 8 その他 詳細については下記にお問合せ下さい。

### 9 申し込み・問い合わせ先

明倫公民館（〒682-0872 倉吉市福吉町2丁目1674）  
TEL 22-0642（平日9時～17時）



## 令和3年度明倫地区の各町の自治公民館長さんを紹介します

日々、地域のパイプ役として様々な活動をしていただいています。一年間お世話になります

新しい館長を迎え、新年度がスタートしました。  
明倫地区のみなさんが住み良い地域、楽しく暮らせる地域として「一致団結」でやっていきたいと思ひます。みなさんのご理解、ご協力をよろしくお願い致します。

～明倫地区自治公民館協議会長～



みどり町 中島立志	東岩倉町 鷺見寿久	福吉町2 大川美一	河原町 松島博隆	余戸谷町 井本敏彦	旭田町 中山陸人	八幡町 渡邊法子	鍛冶町2 山崎政彦 (代理 田中千英子)
鍛冶町1 岡 伸充	西岩倉町 田村幹夫	福吉町 米舩隆生(会長)	越中町 椿 一朗(副会長)	瀬崎町 政次康仁(副会長)	越殿町 田中淑郎(会計)	広瀬町 松井 實	金森町 井中日出子

☆明倫公民館も地域づくりの両輪として自治公民館と協力しながらいろんな事業に取り組んでいきます。

## 健康便り

### 腸内環境を整え、免疫力を高めよう

寒さで代謝が低下する冬は、免疫細胞の働きも悪くなり、病気に対する抵抗力が下がりやすい季節です。免疫機能の60～70%が集中する腸内環境が乱れると、感染症や風邪にかかりやすい状態になってしまいます。  
**免疫力を高め、感染症予防をしましょう。**

#### ○適度な運動

インナーマッスルを鍛えると、腸が刺激されて腸のぜんどう運動を促して排便がしやすくなります。激しい運動をする必要はなく、ウォーキングやストレッチ、ヨガなどで鍛えることができます。定期的に運動することが難しい方は、日常生活で多く歩くことを心がけましょう。

#### ○適切な睡眠

不規則な生活やストレスは、悪玉菌を増加させる原因となるため、夜更かしなどを避けましょう。脳や身体の動きが活発になる日中に、規則正しい食事と適度な運動を心がけましょう。

※新型コロナウイルス感染防止のため、一人ひとりが①身体的距離の確保②マスクの着用③手洗いや、「3密（密集、密接、密閉）」を避けるよう心がけましょう。

■倉吉市健康推進課 ☎27-0030

キラリ★めいりん  
わが町まち

## みどり町



明倫地区の中では世帯数が一番多く、いわゆる住宅地で比較的歴史は浅い町です。

近い距離に福祉施設が多く、以前より、交流や町内学習等が積極的に行われてきた経緯があります。

自然に囲まれ、打吹山へ上る遊歩道の経路にあたります。6月頃には蛍が見られ、有志により環境の管理を行っています。

昨年はコロナ禍で中止されましたが、夏には夏まつりを開催し、多くの方に楽しんでいただいております。