



2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		
5	金	10:00 18:30	河北中学校区人研社会部会役員会 自治公民館長会
6	土		
7	日		
8	月		
9	火	9:00	ふれあい給食サービス
10	水	9:30	館長杯パットゲームスター大会
11	木		
12	金		
13	土		
14	日	13:30	自治公民館協議会総会・役員研修会
15	月		学校開放企画運営委員会
16	火	9:00 14:40	ふれあい給食サービス さいごうっ子クラブ
17	水	10:00 17:00	なごもう会 パトロール河北(栗尾・上余戸・虹ヶ丘町)
18	木	9:30	主事研修会
19	金		
20	土		
21	日		
22	月		
23	火		
24	水	13:30 19:00	ふれあい給食サービス役員会 自治公体育部会
25	木		
26	金		
27	土		
28	日		
3/1	月		
2	火		
3	水		



各教室の活動予定

- ストレッチ教室
2月15日(月)
13:30~
- お茶を楽しむ会
2月12日(金)
13:15~
- ラウンドダンス
2月8・22日(月)
10:00~
- 西郷シニア元気塾
2月10・24日(水)
10:00~
- 草の実俳壇
2月22日(月)
10:00~
- 川柳教室
2月8日(月)
13:30~
- 囲碁教室
第2・4水曜日
13:30~
- 絵手紙
2月18日(木)
13:30~

「西郷地区の地域づくり」に関するアンケート調査結果の情報提供について

アンケートの実施にあたって、ご協力いただき感謝申し上げます。この度、集計結果がまとまりましたので、お知らせします(西郷公民館ホームページに掲載)。また、更に詳しい内容をお知りになりたい方につきましては、公民館でご覧いただけるよう準備をしております。公民館に直接お問い合わせください。

今後は、調査の結果をまちづくりに活かしていきたいと思っております。ご協力に感謝いたします。

健康だより

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。
<情報提供>倉吉市健康推進課 健康増進係

世帯数 2,225戸
人口 4,825人
男 2,283人
女 2,542人
(令和2年12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ますようお願いいたします。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)

西郷地区まちづくり協議会設立によせて

西郷地区まちづくり協議会 会長 岩崎 幸雄

西郷地区にお住いの皆様には益々ご清祥のこととお喜び申し上げます。新しい年を迎え、1ヶ月が経ちましたが、コロナ禍での不安は尽きません。それと同時に、しっかりと先を見据えていかなければと、気の引き締まる思いです。

さて、西郷地区の皆様も新聞や市報等でご承知のことと思いますが、本年度4月より地区公民館がコミュニティセンターとして新たにスタートいたします。それに伴い、地域組織の改編を進めてまいりました。先日、西郷地区まちづくり協議会が無事に発足し、会長に選出されました。その責任の重さに戸惑いもありましたが、微力ながら頑張っていこうと決意を新たにしております。

近年、全国的に少子高齢化が加速し、地方の衰退が大きな問題となってきました。我が倉吉市も例外ではなく、地域が安心し、豊かに暮らすことができる持続可能な地域づくりを進めていかなければなりません。その為には、地域の変化に柔軟に対応していく力を身に付け、進化を続けていくことが大切となってくると考えています。

先日、西郷小学校の開館式に出席する機会がありました。江戸時代末期から続く、全国的にも珍しい伝統行事に参加し、何世代にもわたり受け継がれてきた思いの深さを感じずにはられません。長い歴史の間には、苦難の時代もあったことと思います。それを乗り越え、地域で大切にしてきた伝統を今を生きる私たちに残してくれました。私たちも、先人たちが継承してきた伝統や人々のつながり、そしてあたらしい可能性を次世代に伝えていくことが出来たらと思います。

4月より新しい組織でのスタートとなりますが、まだまだ不十分な所もあるかと思っております。皆様のご理解とご協力をいただきながら、全ての住民が生き活きと輝き、安全で安心して生涯にわたり暮らせる地域づくりを推進し、地区の発展のために、皆様と共に歩んでいきたいと思っております。

若桐山

年末の交通安全運動期間の十二月十四日(月)十八日(金)に、百七十九号線の山根西交差点で山根茶屋の河本館長さんと安全見守りの活動をしました。

中学校の校長先生からの依頼をきっかけにこの活動を行うこととなりました。中学校もこれまで以上に地域との関わりを深め、より多くの場面で地域人材を活用したいとの気持ちがあるのですが、現時点では、具体的な計画は今後の課題となっております。

さて、実際に見守りを行っていると、生徒さんたちは積もった雪を避けながら歩道を歩いていて、車道に出ることもなく交通ルールを守っている様子が見られました。安心して見守らせている印象を持ちました。見守りに加えて挨拶など声をかけてみたのですが、予想していた以上に多くの生徒さんが挨拶を返してくれたことに、少し驚いてしまいました。なぜ驚きを感じたのか、寒さが厳しかったことによつていつもと異なる発想になったためだったのか、私自身の中学生に対する思い込みなのだろうか、私自身の心接する中学生や高校生の方々の挨拶の心地よさにも通じるものだと感じました。中学生の皆さんが挨拶のことに気づいては、後日、校長先生にお話をすることができました。

私自身の経験や伝え聞く情報から私なりの中学生の皆さんにイメージを作っていたのですが、実際のその姿に触れることで、印象が変わってきました。ごくごく当たり前のことではあります。直接関わること、理解できることはたくさんあると思っております。これまでしていくことが大切だと思えました。

令和3年度 西郷自治公民館協議会役員紹介



大原自治公民館長
岩崎 幸雄



栗尾自治公民館長
増田 篤規



自治公民館協議会長
上余戸自治公民館長
涌嶋 博文



自治公民館協議会副会長
虹ヶ丘町自治公民館長
大隅 洋志



下余戸自治公民館長
中井 義寛



八屋自治公民館長
深田 佳洋



伊木自治公民館長
河田 雅志



山根自治公民館長
小谷 喜寛



山根茶屋自治公民館長
河本 良二

◎部会長 △副部会長

	副館長	総務部	社会部	体育部	衛生部	交通・安全部	女性部
大原	山根 幸夫	山本 聡	牧野 和則	亀田 一仁	牧野 正道	石賀 慎治	守本 光枝
栗尾	向井 一平	△向井 一平	山本 路子	△向井 大介	山本 修久	向井 英己	
上余戸	涌嶋 祥雄 廣谷 信雄	山本 真一	◎八渡 和仁	阪本 裕治	原田 千恵	◎高島 大輔	澤 修恵
虹ヶ丘町	繁原 洋子	繁原 洋子	山崎 好美	上治 實	石井 陽三	△松本 英次	大塚 奈津子
下余戸	廣戸 将共	伊藤 純一	西田 英生	◎原 威彦	宮本 裕二	藤原 浩樹	
八屋	安長 章	福井 昌一	長谷川 芳則	岩本 雄二	◎浦富 雅宏	西田 護	◎前野 千代子
伊木	米廣 伸生 鳥飼 真輔 亀嶋 誠朗 名子平 隆	◎涌嶋 賢一	△谷川 清一	涌嶋 祐介	△西村 由博	谷本 博正	△福嶋 寛子
山根	村尾 和広	立花 圭二	福田 和志	一村 光児	牧田 潤一	米田 健二	
山根茶屋	涌嶋 吏司	前田 大輔	足利 信治	中嶋 純	藤内 裕士	中本 雅也	

役員の皆様、1年間大変お世話になります。よろしくお願いいたします。

令和3年度 西郷自治公民館協議会総会・役員研修会

<日 時> 令和3年2月14日(日) <場 所> 西郷公民館2階大会議室

◇役員研修会 13:30~14:15

テーマ: 「洪水・土砂災害ハザードマップによる防災研修会」

講 師: 倉吉市防災安全課

◇総会 14:30~15:30

※新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、出席者の人数制限(各自治公から4名まで)をさせていただきます。



1月の報告

書初めの会

開催日: 1月4日(月)

毎年恒例となった「書初めの会」に児童と地域の方が参加した。

コロナ感染防止の為、人数を制限しての開催となったが、その分、じっくりと講師の方に指導いただくことが出来た。

大きな筆と大きな紙に書くことが初めての子も、ダイナミックに書き、満足のいく作品に仕上げることができた。



2月のご案内

<PTA活動支援> さいごうっ子クラブ

主催: 倉吉市西郷公民館

共催: 西郷地区子どもいきいきプラン

今年度最後の西郷小学校学級懇談があります。保護者の方が安心して参加できるように、児童を対象に『折り紙教室』を開催します。

<日 時> 2月16日(火)

14:40~16:10

<場 所> 西郷公民館2階大会議室

<内 容> 折り紙教室(絵本の読み聞かせ)

<参加者> 12名程度

※詳細・申し込みは、西郷小学校配布のチラシにてご確認ください。



アイラブ西郷活動参加者の募集について ~登下校時の児童の見守り活動

参加者(新規)募集~

これまで、長年にわたって西郷小学校に児童が通う日には毎日のように、アイラブ西郷の方々の協力をいただき、児童の見守り活動を行ってきました。現在、40名弱の方に活動をしていただいております。本年度、地区振興協議会から活動支援のために、新たにベストと帽子を作っていただきました。

そこで、見守り活動に参加してみたいと思われる方を新規に募集したいと思います。家の前で活動される方、児童と一緒に歩いただけの方など、ご自身が活動できる形で参加いただければよろしいかと思います。ご希望の方は、西郷公民館(Tel.26-2046 担当山根)にお知らせ下さい。よろしくお願ひします。

令和3年度西郷地区まちづくり協議会(総会の) 代議員及び(各部の)部員の募集について

令和2年12月27日に、西郷地区まちづくり協議会が発足しました。この協議会には、予算や事業等を決定する総会や事業活動を行う部会を設けています。規約により、総会にも、部会にも各団体からの推薦者以外にも、趣旨に賛同をいただいた上で、まちづくり活動に関心をお持ちの方(個人でも団体でも可)にも参加いただけるようにしております。

そこで、総会に参加する代議員及び部会に参加する部員を募集したいと思います。関心をお持ちの方がございましたら、西郷公民館(Tel.26-2046 担当山根)にお知らせ下さい。また、更に詳しくお知りになりたい方にも説明をさせていただきますので、お知らせ下さい。多くの方に参加いただき、活動してまいりたいと思いますので、ご理解とご協力をよろしくお願ひします。

西郷川柳教室

選者: 牧野 芳光

お題「内緒」

内緒事に負けじと二つ嘘をつく

気に入りの茶碗こわして探すふり

絶対に内緒のはずが知っていた

隠し事に仕舞い目で語る

選者吟 母と娘の内緒話は根が浅い

お題「当たる」

矢を当てて君の心底覗き見る

当たるならわずかばかりの欲を出す

後ろから投げたさい銭首の中

該当者なしの財布は空財布

選者吟 金婚にたどり着いたら大当たり

次回 二月八日(月) 午後一時三十分

場所 西郷公民館図書室

お題「鍵」「広い」

草の実俳壇

去年今年牛歩なれども健やかに

雪掻くや人の住むこと証したく

雪止みて賑わひ道に溢れたり

増井 ゆり枝

中井 えつ子

次回 二月二十二日(月) 午前十時

場所 西郷公民館図書室

