



# 12月の行事・会合予定

| 日   | 曜日 | 時間             | 内容                                    |
|-----|----|----------------|---------------------------------------|
| 1   | 火  |                |                                       |
| 2   | 水  | 10:00          | なごもう会                                 |
| 3   | 木  |                |                                       |
| 4   | 金  | 18:30          | 自治公民館長会                               |
| 5   | 土  | 9:30           | クリスマス寄せ植え教室                           |
| 6   | 日  | 13:30          | 第2回西郷地区まちづくり協議会設立準備会                  |
| 7   | 月  |                |                                       |
| 8   | 火  | 9:00           | ふれあい給食サービス                            |
| 9   | 水  |                |                                       |
| 10  | 木  |                |                                       |
| 11  | 金  | 13:30          | 倉吉市公民館研究大会【オンライン】                     |
| 12  | 土  |                |                                       |
| 13  | 日  | 9:30<br>13:30  | 女性部反省会<br>倉吉博物館講座「倉吉の古代寺院」            |
| 14  | 月  |                | 全館大掃除（リースキン）                          |
| 15  | 火  |                | 学校開放企画運営委員会                           |
| 16  | 水  | 10:00          | なごもう会                                 |
| 17  | 木  |                |                                       |
| 18  | 金  | 13:30<br>17:00 | 公民館研究指定事業<br>パトロールチーム河北（伊木・下余戸・八屋）    |
| 19  | 土  |                |                                       |
| 20  | 日  |                |                                       |
| 21  | 月  |                |                                       |
| 22  | 火  | 9:00           | ふれあい給食サービス                            |
| 23  | 水  |                |                                       |
| 24  | 木  |                |                                       |
| 25  | 金  | 9:00<br>12:00  | お正月飾りをつくろう（西郷小学校体育館）<br>楽しいクリスマスパーティー |
| 26  | 土  |                |                                       |
| 27  | 日  | 13:30          | 西郷地区まちづくり協議会設立総会                      |
| 28  | 月  | 9:00           | 西郷公民館大掃除（ボランティア）・仕事納め                 |
| 29  | 火  |                |                                       |
| 30  | 水  |                |                                       |
| 31  | 木  |                |                                       |
| 1/1 | 金  |                |                                       |
| 2   | 土  |                |                                       |
| 3   | 日  |                |                                       |
| 4   | 月  | 9:30           | 仕事はじめ・書初めの会                           |



## 各教室の活動予定

- 太極拳  
12月2・16日(水)  
20:00~
- ストレッチ教室  
12月22日(火)  
13:30~
- お茶を楽しむ会  
12月11日(金)  
13:30~
- 西郷シニア元気塾  
12月9・23日(水)  
10:00~
- 西郷バレーボールクラブ  
12月27日(日)  
20:00~
- 草の実俳壇  
12月16日(水)  
10:00~
- 川柳教室  
12月7日(月)  
13:30~
- 囲碁教室  
第2・4水曜日  
13:30~
- 絵手紙  
12月17日(木)  
13:30~

**事務室閉室のお知らせ** 西郷公民館管理委員会  
下記において、事務室を閉室いたします。貸館については応じますので、ご相談ください。  
○12月11日(金)「倉吉市公民館研究大会」13:00~15:30  
○12月29日(火)~令和3年1月3日(日)「年末・年始休館」

**健康だより** 寒い冬のヒートショックに注意しましょう！  
「ヒートショック」とは、温度の急激な変化で血圧が上下に大きく変動することなどが原因となり起こる健康被害のことです。失神や心筋梗塞、不整脈、脳梗塞を起こすことがあります。入浴時に急激な血圧低下により失神し、溺れて死亡するケースは、入浴時のヒートショックの典型的な例だといわれています。  
対策として重要なのは、寒い季節、脱衣所や浴室を温かくすることです。また、トイレも体を露出させる場所なので、温かく保つと効果的です。

**【ヒートショック対策】**  
○脱衣所や浴室、トイレへの暖房器具設置  
○夕食前・日没前に入浴  
○食事直後・飲酒時の入浴を控える  
○湯温設定41℃以下  
○ひとりでの入浴を控える

世帯数 2,221戸  
人口 4,832人  
男 2,287人  
女 2,545人  
(令和2年10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第1回設立準備会を開催**  
西郷地区振興協議会は、これまで発起人会を立ち上げ、西郷地区まちづくり協議会の発足に向けて準備をしてきました。このたび、11月22日(日)にその設立のための第1回準備会を開催することができました。この会には、準備会構成員数44名のうち25名の参加者を得て、これまでの経緯を報告し、以下の3つの案件について、協議を行いました。

- 西郷地区まちづくり協議会設立準備会会則の制定について（2カ所の修正を行い、承認）  
（修正箇所）1 第3条 準備会の構成員（以下「構成員」という。）は、西郷（地区住民及び同）地区内のコミュニティ活動組織等から推薦された者で構成する。⇒（ ）内の文字を削除  
2 第14条 ⇒12条（番号の修正）
- 西郷地区まちづくり協議会設立準備会役員選出について（承認）  
（決定事項）会 長 岩崎 幸雄（地区振興協議会長） 副会長 小谷 喜寛（地区振興協議会副会長）  
事務局長 山根 弘二（地区公民館長）
- 西郷地区まちづくり協議会設立総会までのスケジュールの決定について（承認）  
○第2回準備会（令和2年12月6日(日)）  
議題 まちづくり協議会設立総会に提案する案件の決定  
(1) 協議会組織、運営体制案 (2) 協議会規約案 (3) 令和2年度の事業計画案及び予算案 など  
○西郷地区まちづくり協議会設立総会（令和2年12月27日(日)）（★市議会での条例制定を受けて開催）  
議題 (1) まちづくり協議会規約の制定承認 (2) まちづくり協議会役員選出  
(3) まちづくり協議会令和2年度の事業計画及び予算案の承認 など

＜西郷公民館研究指定事業＞  
地域課題研究 **持続可能な地域づくりをめざして**  
11月22日(日)、地域づくりアンケートの集計結果を基にして、地域課題等について意見や感想を出し合いました。地域課題としては、高齢者の見守り体制だとか、高齢者の交通手段の確保、空き家空き地対策等すでに課題だとして、話題に上ってきたものが住民の皆さんの意見と一致していました。また、地域の自慢できる場所として、山や川などの自然環境をあげている人が多かったことから、地域の良い点を活かした事業を進めていくことが必要だとの意見も出されました。大日山フットパスで使う登山道につながる道を調査するなどして、今以上に住民の皆さんに親しんでもらえるようにするなど、すぐにでもできることもありそうです。分析・集計等の詳細については、今後検討を進めていく事になりますが、資料をまとめ、皆様に見ていただけるようにしていこうと考えています。

**若桐山**  
「三百メートル先の交差点を右に曲がります。」「次の交差点を右です。」このカーナビの音声案内と異なる道を選ぶたびに「あ、ごめん！」とちよつとだけ申し訳なさを感じる事があります。  
カーナビの音声案内の声は、爽やかで明るく、元のルートへ戻そうと根強く語りかけてくれます。到底私には真似のできないことです。案内を無視し、勝手に道を変えても、カーナビは一向にへこむ様子もなく、文句をいう訳でもなく、よりよい道を改めて案内してくれれます。カーナビとはそういうものだと思いつき日々、何事もなかったように過ごしています。  
ところが、実際に生活する中での他の者との会話ではそうはいきません。い情報かどうかもわからなかったり、どんな情報でも、受け入れようとする気持ちにならなかったり、また最初から意図的に異なる意見を主張して、混乱させようとするところもあるように思っています。それどころか、同じことを言っているにもかかわらず、自分の感じ方や表現と異なること等で怒りを交えて反論したりもしてしまっています。  
私自身本当に勝手なもので、少し落ち着いて考えたり、もう一度振り返ったりすることができると良いのですが、取るに足らないことで日々悪戦苦闘しているように感じることがあります。必要な説明をすることがある場合には、ナビのまねをするのかな等と思ったりもします。余計なことかもしれないですが、もし異なる意見を持つ「ナビ」どうしが会話をしたら、どうなるだろう。平行線のままなのだろうか。それともうまく折り合いをつけるのだろうか。



# 12月・1月のご案内



【公民館研究指定事業】

## 第6回 地域課題の研究

主催：西郷公民館

今年度、地域の皆さんに住民アンケートのご協力をいただき、その結果をもとに、今後取り組むべき課題はなにか考えていきます。学級生の皆さんはご参加ください。

＜日時＞12月18日（金）13：30～

＜場所＞西郷公民館2階大会議室

＜内容＞向こう3年間の取り組みについて

＜指導＞とっとり県民活動活性化センター

企画員 椿 善裕 氏

## 住民スポーツの日

西郷小・河北中学校体育施設開放企画運営委員会

寒い冬を吹き飛ばし、元気いっぱい楽しみましょう！直接、体育館にお越しください。

【バスケット】協力：B-Chronusのみなさん

＜日時＞12月8日（火）

19：00～21：00

＜場所＞河北中学校体育館

＜対象＞小学校高学年以上

【ソフトバレーボール】協力：KSTのみなさん

＜日時＞12月7日・14日（月）

20：00～22：00

＜場所＞河北中学校体育館



## 西郷公民館大掃除にご協力ください！

西郷公民館管理委員会

今年も、西郷公民館をご利用いただきありがとうございました。公民館の大掃除をしますので、各団体・地域の皆様、ご協力をお願いいたします。

＜日時＞12月28日（月）

9：00～11：00



## 書初めの会

主催：西郷地区青少年育成協議会

共催：西郷公民館、倉吉市教育委員会

＜日時＞令和3年1月4日（月）

9：30～11：30

＜場所＞西郷公民館2階大会議室

＜対象＞西郷地区児童・生徒（地域の方）

10名程度

＜講師＞西郷地区書道愛好家の皆さん

＜参加費＞無料

＜申込み＞12月18日（金）までに西郷公民館へ

※習字道具は公民館で準備します。



## お正月飾りをつくろう

主催：西郷地区振興協議会 共催：西郷公民館

今年もあとわずかとなりました。手づくりのお正月飾りで輝かしい新年を迎えましょう！

＜日にち＞12月25日（金）

＜場所＞西郷小学校体育館

＜日程＞

◇9：00～10：20 注連縄づくり

講師：牧野 紀史さん（大原）

定員：10名まで

◇10：30～11：40 ミニ門松づくり

（終了後、西郷公民館前で、大門松もつくりま

講師：西田 輝明さん（関金町）

山崎 重三さん（関金町）

定員：15名まで

※どちらも参加費無料です！12月11日（金）

までに西郷公民館へお申し込みください。



【河北中学校区人権教育研究会社会教育部会】

## 人権教育講演会

＜日時＞令和3年1月16日（土）

13：30～15：00

＜場所＞西郷公民館2階大会議室

＜内容＞「コロナ差別」に負けないために

～地元で何が起こってきたのか～（仮）

＜講師＞倉吉市人権政策課

日本赤十字社鳥取県支社等



## 公民館の使用について（お願い）

10月19日～2月末までの期間の公民館使用について、市より、新型コロナウイルス感染防止対策の方針基準が示されました。主催者は、以下の点について厳守をお願いします。

○対人距離は、人と人が接触しない間隔を確保する

（設置席数の100%）

○大声での歓声、声援等が想定される場合等は、概ね1m以上を空ける（設置席数の50%）

○飲食を伴う場合は、

・人との距離を最低1m空ける

・対面にならないよう配置又はアクリルボード等で遮断

・飲食物の共用は避ける

・飲食物は、あらかじめ個人ごとに分けて配膳する

○アルコール消毒液の設置

○来館者へのマスク着用、手洗い、手指消毒

○定期的な換気（1時間に1回）

○体調不良者（発熱又は風邪症状等）の参加自粛

○外国への訪問歴14日以内の者の参加自粛

○参加者の特定ができるよう参加者の氏名、連絡先を利用責任者（主催者側）が把握しておく



# 11月の報告



## 元気ハツラツ！シニア体力測定会

開催日：11月15日（日）



年齢を確認した。

65才以上の地域住民22名を対象に、体力測定を実施。握力、上体起こし、6分間歩行など6種目を測定し、体力年齢を確認した。年齢とともに、体力の低下は防ぎようがない。しかし、年に1回、体力測定をすることで、自身の体力を把握できる。そして、いつまでも元気いっぱいハツラツとした毎日を送る為、日頃から軽い運動を続けることで、健康管理をしていきたいものだ。



## 親子でフィッシングGoToツリボリ！

開催日：11月1日（日）

清流游YOU村で、親子で魚釣りを楽しんだ。長い竿を振るのが初めてで、糸が絡まったり針が切れたりしたが、魚が釣れると大喜びしていた。たくさんのボランティアの方にお世話頂き、ありがとうございました。



## 干支づくり 開催日：11月20日（金）

来年の干支「丑」の置物を、河本香さん（河本粘土教室）に教えていただいた。くるくると丸め、パーツを付けると、あつという間にかわいい置物が完成した。



## 一言広場

### 新型コロナ、1年

伊木自治公民館長 河田雅志

令和2年も年末を迎えましたが、新型コロナウイルス感染拡大は収まる気配をみせず、さらなる拡大「第3波襲来」という状況にあります。今年初めに伊木公民館館長職に就任した時にはこんな状況になるうとは全く予想していませんでした。個人的には、能天気旅行の計画を立て、出発寸前でしたが、すべてキャンセルすることになりましたし、公民館関係の公的行事もほぼ中止となりました。一方では、体温測定、手洗い励行、マスク着用という習慣が日常生活の中に定着しつつあるよう見えます。感染発生からまだ1年たっていないことを考えると、これほど短期間に私たちの生活を一変させた新型コロナウイルスの脅威の大きさを改めて感じないわけにはいきません。

このウィルスの怖さは、現時点では、確立した治療法や治療薬がないために、発症したら、治癒するかどうかは本人の回復力次第だということだと思います。もちろん、医学は日進月歩ですから、重症化への対応は当初に比べてはるかに進んでいると聞きますが、感染が拡大し重症者が増えると対応は困難になると言われています。感染しても無症状の人もあれば、重症化し死に至る場合もある、どんな形で発症するかはデータがあっても、それが自分に当てはまるかどうかは定かではない、となれば、確かに恐ろしい。しかし、経済を回さなければ生活できないのも事実です。治療法が確立し、治療薬が開発されるまで、新型コロナウイルスの脅威に委縮することなく、日常生活を過ごし、活発な公民館活動を行うためにはどうすればよいのか、新型コロナウイルスが私たちに課した次年度へ向けての課題のようです。

今回は、小谷山根自治公民館長にバトンタッチします

**西郷川柳教室**

お題「言葉」

言葉数少ない人に心寄せ  
オンラインステイホームのひとり言  
あの時一言足りず橋崩れ  
恋人が早く聞きたいプロポーズ  
選者吟 言葉には神と悪魔が棲んでいる

お題「扉」

今宵また戸の音沁みて明日を待つ  
ドアチャイム母が居るよな匂いして  
隠し事アリの穴から戸が開き  
冷蔵庫へソクリかくしママにばれ  
選者吟 疑うと扉次々現れる

次回 十二月七日（月）午後一時三十分

場所 西郷公民館図書室

お題「包む」「穴」

**草の実俳壇**

ラストシニート制して冬の全国へ  
冬海の活魚こりこり舌の上  
庭中の彩り統べるい石露の花  
中井 えつ子

増井 ゆり枝

田中 ひでや

次回 十二月十六日（水）午前十時

場所 西郷公民館図書室

お題「言葉」

言葉数少ない人に心寄せ  
オンラインステイホームのひとり言  
あの時一言足りず橋崩れ  
恋人が早く聞きたいプロポーズ  
選者吟 言葉には神と悪魔が棲んでいる

お題「扉」

今宵また戸の音沁みて明日を待つ  
ドアチャイム母が居るよな匂いして  
隠し事アリの穴から戸が開き  
冷蔵庫へソクリかくしママにばれ  
選者吟 疑うと扉次々現れる

次回 十二月七日（月）午後一時三十分

場所 西郷公民館図書室

お題「包む」「穴」