

高城公民館だより 8月



第384号 2020年(令和2年)8月 高城公民館発行

【所在地】〒682-0642 鳥取県倉吉市上福田480

【開館】平日9:00~17:00 (休日・祝日・盆・年末年始を除く) 【TEL】28-0950

【FAX】28-6033 【E-mail】kotakasi@ncn-k.net 【HP】http://www.ncn-k.net/kotakasi/

☆6月末現在 高城地区世帯数…747世帯 高城地区人口…男935人・女957人・計1,892人

8月予定

日	曜日	内容(時間・場所)
1	土	「感染予防について(講演)」19:00~20:30
4	火	「まちの保健室」13:30~15:30
7	金	ふれあい給食
11	火	なごもう会 13:30~ 民児協定例会19:00~
13	木	高城公民館 盆休み
14	金	※貸館はできます。事前にお問い合わせ下さい。
20	木	体育部長会19:30~
21	金	ふれあい給食
25	火	なごもう会13:30~
31	月	自治公館長会19:00~

※8月20日(木)午前中は、主事不在。(公民館主事研修会)

各教室の活動予定

参加者募集中

- すぎなの会 ☆毎週水曜日 <ふれあいセンター>
- はなれ舞 ☆毎週火・木曜日<ふれあいセンター>
- ちぎり絵 ☆第1月曜日・毎週金曜日
<ふれあいセンター>
- ひまわり会<カラオケ> ☆毎月2回
<ふれあいセンター>
- 透明水彩画教室 ☆第2、第4金曜日<高城公民館>
- 尺八教室 ☆毎週月曜日 19時~20時30分
<高城公民館>
- 走ろう教室 ☆8月5日、8月19日、8月26日
いずれも水曜日です。
20時開始 ⇒ 21時終了。
<高城小学校の校庭付近に集合>
高城公民館へお気軽にお問い合わせ下さい。

募集 夏休み小学生事業

- 日時** 8月19日(水) 10:00~12:00
- 場所** 高城児童センター
- 内容** 工作(低学年は風船ホパークラフト、高学年は蒸気船を作ります。)
- 対象** 小学生
- 定員** 高城児童センター学童さん以外は、先着10名。
- 申込** 学童さんも学童以外の方も8月5日(水)までに高城児童センター(電話28-5588)へ申し込んで下さい。
- 持ち物** 特になし
- 参加費** 無料
- 講師** ものづくり道場
- 共催** 高城児童センター、高城公民館



乳幼児クラブ

8月は、夏休み期間中のためお休みです。
次回は9月18日(金)の予定です。

高城保育園 わんぱくクラブ 8月予定

- * 7日(金) 水遊び
 - * 18日(火) 室内遊び
 - * 28日(金) 製作
- ※当面の間は規模を縮小し、週に1回の開催となります。ご利用になられる場合、保護者の方はマスクの着用と、来園時に手洗い・消毒にもご協力をお願いいたします。園内で感染症が発生した場合は、利用をお断りすることがありますのでご了承下さい。
問い合わせ…高城保育園(☎28-2202)



防災によせて

リスクは見えないお化け!

令和2年7月現在、コロナウィルスの猛威、直近の集中豪雨による自然災害の猛威に、多くの方々苦しめられています。患者の皆さん、被災者の皆さんに衷心よりお見舞いを申し上げます。

コロナウィルスでは「感染リスク」、自然災害では「災害リスク」と「リスク(潜在的な危険性)(目に見えていないが、どれだけ危ないか)」という言葉、日々テレビ・新聞等で目に耳にします。

災害リスクは、普段は隠れており(潜在化の状態)、あるとき、化け物のように現れる(顕在化、発現する)ものです。

高城地区に災害リスクが現実顕在化したのが、平成28年10月21日鳥取県中部地震、平成30年9月30日台風24号襲来です。民家の倒壊、洪水による土砂崩れを眼前にし、自然災害の脅威に身を持って感じたことと思います。

6月度高城地区自治公民館協議会館長会で「高城地区防災計画」策定することの承認を頂きました。「防災計画」は、見えないものを何とか見ようとする事で「今ここで災害が起きたら、いったいどうなるのか?」を考え、どうなるのかが分かれば、「どうすればよいか」、「今だからできる事はないか」、「前もってやっておくべき事はないか」等の、「リスクを見積り」ます。

そして、命を守る「減災」への仕組みづくりをするものです。今後、各集落に行き画面を観ながら、防災「災い」を“防ぐ”について、皆さんとお話をさせていただきます。
高城地区集落支援員 伊藤豊昭

平成30年台風24号の爪痕



たかしらの歴史を訪ねてコーナー

記念すべき 百周年に当たる
今年は国勢調査の年

大正9年10月1日に第1回目の調査が実施された。お気付きでしょうか高城公民館前の2本の石の門柱に「第1回国勢調査記念」。もう一本には「大正九年十月一日」の刻字。

裏には「寄付者」として調査に当たられた方々の氏名が……。今年も10月1日を基準日として準備が進められていて、この門柱、今注目を集めているらしい。

高城に公民館が誕生したのは、倉吉市になった昭和28年の事。合併により村役場の任務が移行したのである。筆者の記憶に残る公民館は、現在地に木造総二階建て、裏には住込みの管理人室が隣接されていて、主事は市の職員が派遣されて



(統計課より) 鳥取県ホームページ

いた時代があった。その後、昭和43年には高城財産区原資も手伝って高城会館が建設され、昭和64年には、待望の大会議室を増築。同年の文化祭には、各集落からの出演により盛大に開催された。

(小谷 政美)

《石柱に刻字のご芳名》 順不同

- | | | |
|----------|-------|-----------|
| 村長 矢田 貞三 | 可世木大雄 | 宮本 辰蔵 |
| 古林 伊蔵 | 朝倉 定一 | 河野 信正 |
| 石田 栄隆 | 楠本 正憲 | 山部 太一 |
| 由田慶五郎 | 野坂 長蔵 | 佐伯 高蔵 |
| 中江 貞造 | 山根 栄吉 | 門脇仙次郎 |
| 岩井 永一 | 照下 徳二 | 稲毛 市造 |
| 杉本 義夫 | 大田 秀蔵 | (石工 佐伯平蔵) |

7月報告

乳幼児クラブ (7月10日(金))

今月は、小谷真理子さんを講師を招き、ベビー&ママヨガを学びました。

講師の先生も小さい3児の母であり、産後あるあるネタで笑いを交えた話もあり、参加者の笑い声が絶えない1日でした。

参加者から「普段動かすことのない部分を伸ばすことができ気持ち良く、リラックスできた」という声。新型コロナウイルス感染拡大防止のため4・5・6月は講義を中止していたので、今年度第1回目が、当初予定のヨガでした。自粛生活の中で体を動かすこともなかったようなので、ヨガで良かったようでした。

参加者から「家でもしたい」との感想もあり、このご時世乳幼児を連れてなかなか外出もできないので、家でもヨガに取り組んで欲しいです。また、「自分のことができる時間が嬉しい」との感想もあり、公園にすら連れて行けず、家でワンオペ育児(1人で仕事、家事、育児の全てをこなさなければならぬ状態を指す言葉)をしていたお母さん方のために開催できたことは、大変良かったことだと思います。

8月は夏休み中のため、毎年乳幼児クラブはお休みですが、次回は9月に開催します。



研究指定事業 Yellowプロジェクト

「菜の花・農園」で栽培学習

さつまいも

6月の終わりに菜の花畑の土壌を活かして、3種類のさつまいも苗を植え、成長・栽培学習しています。「大きなさつまいも」そして「おいしいさつまいも」を期待しながらの作業を行い…。しかし、自然の厳しさも体験。去年は、現れなかった“イノシシ”の存在をまのあたりにして、悔し涙をぬぐう場面もありました。残されたさつまいもの茎を再度、畝に植えながら愛おしさも感じる時間でした。



かぼちゃ

天空に伸びるツルと葉っぱの隙間から、小さなかぼちゃの姿が見え、その後もかぼちゃの生育は、順調と確認しています。日に日に大きくなり、このままイノシシ被害が無いことを祈り、見守りたい。



菜の花種

菜の花種を小さな袋に小分けして、高城地区の皆さまの元にお届けする予定にしています。(9月配布)

小さな花が地域をつなぐ架け橋になって欲しいと願いを込めて活動しています。

種が届いたら、ぜひ蒔いてくださいね。



高城の文化財を紹介します。(その4)

〔県指定保護文化財〕 石造大日如来坐像

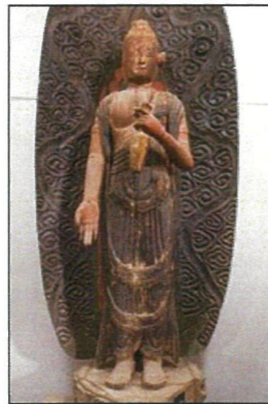


安山岩の一石造で、像高 60.1cm(現存)。腰を絞り、膝幅をゆったりととり、衣文の彫りは浅く、ほぼ等間隔に彫られているなど平安時代後期の作風を示しています。

所在地：桜 大日寺
指定年月日：平成24年11月6日



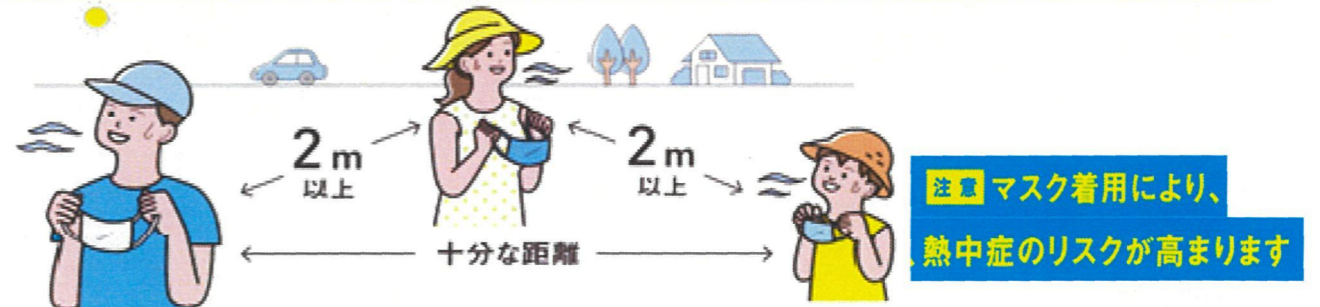
〔県指定保護文化財〕 木造菩薩形立像



一木造で、像高 158.5cm(現存)。本像は十一面観音像と伝えられており、制作年代は平安時代後期の10世紀と推定されています。腹部の二条の括り線や両足首の彫出など、表現および技法の面で8~9世紀の作例につながる古様が示されますが、面相や衣文の彫法などには平明で穏やかな次の時代につながる感覚が認められます。奈良時代から平安時代初期に造立された仏像にみられる要素が各所に認められる点特徴です。

所在地：桜 大日寺
指定年月日：平成29年4月11日

熱中症予防 × コロナ感染防止で「新しい生活様式」を健康に!



屋外で人と2m以上(十分な距離)離れている時は、マスクをはずしましょう。

【マスク着用時は...】

- ・激しい運動は避けましょう。
- ・のどが渇いてなくてもこまめに水分補給をしましょう。
- ・気温・湿度が高い時は、特に注意しましょう。

【気をつけること】

※一般的な家庭用エアコンは、室内の空気を循環させるだけで、換気は行っていません。

- ・窓とドアなど2カ所を開ける。
- ・扇風機や換気扇を併用する。
- ・換気後は、エアコンの温度をこまめに再設定。
- 高齢者は渴きを自覚しづらいので要注意!
- 2歳未満の子どもにマスクは危険!
- ・毎朝など、定時の体温測定と健康チェックをしましょう。
- ・体調が悪い時は、無理せず自宅で静養しましょう。

注) マスク着用により、熱中症のリスクが高まります



《倉吉市健康推進課》

栄養価の高い食事 「豚と玉ねぎの生姜焼き」の紹介! <高城食生活改善推進員>

フレイル予防に!

材料 (4人分)

豚切り落とし 280g (なるべく油の少なめな部分)
酒 大さじ1 (15g)、
しょうが汁 小さじ1 (5g)
玉ねぎ 100g、小麦粉 大さじ2強 (20g)
油 大さじ1 (12g)

合わせ調味料

砂糖 小さじ1 (3g)
みりん 大さじ1 (18g)
酒 大さじ1 (15g)
醤油 大さじ1と小さじ1 (24g)
生姜すりおろし 小さじ1 (5g)
ごま油 小さじ半分 (2g)

付け合わせ

サニーレタス 20g
トマト 120g

作り方

- ① 豚肉をボウルに入れ、酒、生姜汁をもみ込み、20分程度おく。
- ② 玉ねぎは5~6mm程度の厚さに繊維に沿ってスライスする。
- ③ 合わせ調味料の材料を混ぜ合わせておく。
- ④ ①のボウルに小麦粉を加え豚肉にまぶし、油を熱したフライパンで焼く。焼き色がついてきたら玉ねぎを加えてさらに炒める。
- ⑤ 肉に火が通ってきたら、③の合わせ調味料を加えて、タレを絡める。
- ⑥ 平たいお皿にサニーレタスをのせ、⑤を盛り付け、くし形に切ったトマトを添える。

食事のポイント!! 「たくさん」より「まんべんなく」食べよう!

さあ、賑やかにいただく <<さ(魚)あ(油)に(肉)ぎや(野菜)か(海藻)に、い(芋)た(卵)だく(果物)>>

第7回 倉吉総合産業高校同窓会 久米支部定時総会

□日時：令和2年8月28日(金)午後6時~

□会場：倉吉市国分寺 社公民館

<責任者：小谷 章>

高城公民館からのお知らせ コロナ対策

- 来館に際しましては、検温をお願いします。
- 会議室の利用定員は、次のとおりです。
会議室(和室) 8名以内、相談室 6名以内
大会議室 50名以内