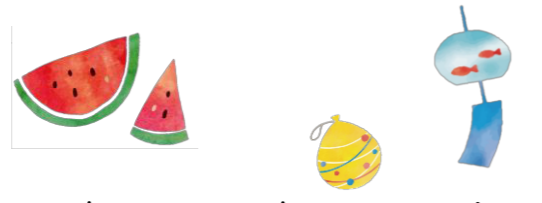


# 8月行事・利用予定



日	月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7	8
	くらぶ悠遊友定例会9:30 バットゲーム教室(ゆずりはの会)9:30	なごもう会 はたおり教室②10:00 地区公民館長会(市役所)	いきいき健康クラブ10:00 寺子屋川柳教室13:30 カローリング教室②19:30 中校区青少年協役員会18:30(西郷公)	3B体操教室10:00 書道教室13:30 定期館長会19:00		民生児童委員定例会9:30
9	10 山の日	11	12	13	14	15
			ふれあい給食の日 学校開放委員会19:00	事務室閉室		
16	17	18	19	20	21	22
		なごもう会 民踊教室13:30 はたおり教室③10:00	いきいき健康クラブ13:30 カローリング教室③19:30	3B体操教室10:00 書道教室13:30 主事研修会(北谷公)		上北条小学校環境整備6:30
23	24	25	26	27	28	29
福祉協力員研修会10:00		シルエットアート教室10:00	ふれあい給食の日	水墨画教室13:30 倉吉市市民対話集会(館長会)	百八会13:30	
30	31	9/1	9/2	9/3	9/4	9/5
	バットゲーム教室(ゆずりはの会)9:30	なごもう会		3B体操教室10:00 書道教室13:30		

## 寺子屋川柳会

\*毎週木曜日 << ノルディックウォーク >>  
【集合時間】9:00 【集合場所】上北条公民館玄関前  
出欠連絡は要りませんので、暑い日も雨の日も、自分のペースで参加できます。貸しポールがありますので、気軽に参加してみてください。

### 上北条公民館利用について【お願い】

- 以下の新型コロナウイルス感染症感染拡大防止対策を講じた上で利用、来館されますようお願いいたします。
- ・収容定員の半分以下の利用とする
  - ・人と人との間隔を2mを目安に確保する
  - ・大声での発声、近距離での会話が原則想定されないこと
  - ・歌唱は十分な距離を保つこと
  - ・アルコール消毒液の設置
  - ・手すり、ドアのぶの消毒
  - ・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
  - ・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が把握しておく

※公民館主催講座・教室・サークルについても同様です。

倉吉市上北条公民館  
〒682-0003 鳥取県倉吉市新田422-1  
TEL (0858)26-1763  
FAX (0858)26-3515  
Mail kokamiho@ncn-k.net  
開館 月～金 9:00～17:00  
(祝祭日・盆・年末年始を除く)  
公民館の利用 9:00～22:00

令和2年8月1日 第389号  
しあわせいっぱい ふるさと上北条  
上北条の人口 2,423人(2,418人)  
男 1,136人/女 1,287人  
14歳未満 335人/65歳以上 766人  
世帯数 1,002 (1,000)  
<令和2年6月末現在>

# 上北条

<公民館だより>

## 親子海ついで体験 in 下北条海岸

NPO



52



5



3



# おうちカフェごはん



”自宅での食事をちょっと楽しんでみましょう。”  
ということで、おしゃれなテイクアウト弁当が完成しました♡



指導/上本悠奈さん(ナチュラルスイーツマスター)



# 工芸にふれよう 「はたおり」教室



”機を織る、という貴重な体験をさせていただきました。



指導/古澤順子さん(ありのみ工房)



みんなが作品を完成させることができました。  
約5時間(◎\_◎;)!!  
”手しごと.. のおもしろさを感じてくれたかな？”

# ふれあい給食ボランティアの仲間を募集!

毎月第2・4水曜日に上北条地区の高齢者のみなさん(35名)へ、手作り弁当を調理、配食しています。一緒に活動をしてくださる仲間を募集します!

9 00 2

# ふれあい給食の日

( ) ( )



11 00 12 00

26-1763

## 上北条地区各団体からのお知らせ

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、事業の【中止】が決まりました。

### 上北条地区振興協議会

- ・上北条まつり(11/1)
- ・上北条文化作品展(11/20~22)

### 上北条住民体力づくり振興会

- ・ソフトボール大会(8/9)
- ・大運動会(9/20)

## 今月の☆床の間☆

毎月、水墨画教室(東雲会)のみなさんの作品を展示しています。ぜひご覧ください。

「仲秋」  
横濱恵美子さん



( ☎ 27-0030 )

## 熱中症予防 × コロナ感染防止で 「新しい生活様式」を健康に!



**注意** マスク着用により、熱中症のリスクが高まります

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。
- 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。

## 事務室【閉室】のお知らせ

8月13日(木)、14日(金)

お盆休みのため

\*貸館はできますので、8/13~16に利用されたい方は、早めに申請書を提出してください。

\*カギの受渡しは、8/12までです。

**ご理解とご協力のほど、お願いします。**



「上北条公民館公式LINE」  
はじめました☆

講座のご案内など、公民館の情報をお知らせしていきます。



QR