

6月の行事予定

12日(金) 上井地区自治公民館長会 13:30

今月の「ふれあい給食」サービス 10・25日

【教室・講座】

3B体操	(月曜)	8・15・22・29日	10:15
	(月曜)	1・8・15・22・29日	18:30
書道教室	(水曜)	3・17日	10:00
	(水曜)	3・17日	13:30
水墨画教室	(水曜)	10・24日	13:30
板画教室	(日曜)	14日	9:30
子ども硬筆・毛筆教室	(土曜)	6・13・20・27日	13:30
リラックスヨガ	(金曜)	19日	10:00

【同好会】

女性のつどい	再開日未定	9:30	
民謡同好会	再開日未定	19:00	
太極拳同好会	(月曜)	1・8・15・22・29日	20:00
	(金曜)	5・12・19・26日	10:00

【その他】

なごもう会	再開します!	2・16日	13:00
-------	--------	-------	-------

※なお、中止や変更がある場合があります。

◆上井公民館の貸し館は、再開しました。

特別給付金について
お知らせ



申請書に振込口座情報等を記入し、添付書類とともに返信封筒で倉吉市へ送る際の添付書類のコピーを上井公民館でも出来ます。(有料:1枚10円)

給付金のサギに注意!!
(詐欺)

絶対に教えない! 渡さない!

- 暗証番号 ●通帳
- 口座番号 ●キャッシュカード ●マイナンバー

市区町村や総務省などが以下を行うことは**絶対にありません**

- ×現金自動預払機(ATM)の操作をお願いすること
- ×受給にあたり、手数料の振込みを求めらるること
- ×メールを送り、URLをクリックして申請手続きを求められること

緑風・五月。上井の街角風景

臯月(さつき)の青空に泳ぐ、

鯉のぼりの風景



最近では、珍しくなった鯉のぼりの風景。
(写真提供:真壁仁志さん=清谷)

ツツジ咲き若葉が薫るいつもの通りの5月です。ホッとします。ところで、5月14日、鳥取県では「緊急事態宣言」が解除され、朝の倉吉駅には高校生の声が響き渡り、路地には小・中学生の笑顔と元気な声が戻って来ました。手洗い・マスク着用・人と人の距離を2m保つ新生活様式で、新たな日常をスタートさせましょう!(杉本)



一丁目東西の公園(正式名称=上井第一児童遊園地)は、造られてから50年は過ぎました。春は桜が華麗に咲き誇ります。写真は、色鮮やかなツツジの初夏の風景です。(佐々木)



保健センターから
お知らせ



重度の症状
意識がない・痙攣・体温が高い・返事がおかしい・真っ直ぐに歩けない

【こんな日は…】気温が高い・湿度が高い・風が弱い・急に暑くなった
【特に注意】肥満・体調が悪い人・持病がある・高齢者/幼児・暑さに慣れてない
【症状】軽度:めまい・立ちくらみ・筋肉痛

熱中症予防

去年6月、28名(※高齢者=18、6割が屋内)が熱中症で救急搬送された。コロナ対策で自宅で過ごされ場合、熱中症にもご注意ください。

痛・汗が止まらない。
中度:頭痛・吐き気・体がだるい・虚脱感

【予防】
①日傘や帽子を使う。②涼しい服装。③水分をこまめに取り、塩分の補給。日陰等で度々休憩する。④暑い時は農作業や運動など無理をしない。

【意識がない、反応がおかしい場合】
救急車を呼ぶなど医療機関を!

上井公民館の
QRコードです。
ご利用ください。



上井公民館だより

NO180
(06年10月からの通算)
編集:上井公民館
編集委員会
令和2年6月1日発行
〒682-0042
倉吉市大平町360-1
TEL26-1736 FAX26-3621
(メール) koagei@ncn-k.net

スタッフ募集中!
ラーメン
いのよし
倉吉市海田西町2-27
☎24-5549

中学3年の時、“卒業旅行”と称して親友と2人で出かけた大阪での思い出です。

地下鉄の売店で両替を頼みました。「おばちゃん!め〜で〜!」と。でも、聞こえないのか、首をかしげるおばちゃん。私は大きな

倉吉ことば
「○○をめぐ」

声で、ちょっと丁寧に「め〜で頂けませんか?」と頼んだのですが…。

この後の、おばちゃんとのやり取りで、自分が「方言」を喋っているということに生まれて初めて気がついたので。

(田中秀治=福庭)

料理コーナー
104



ポイント
は
サバ缶の
柚子胡椒
和え

春キャベツが美味しい季節になりました。今回は、簡単な一品の紹介です。

【用意するもの】

キャベツの葉を5~6枚・サバ缶1・柚子胡椒

【作り方】

①キャベツの葉をよく洗い一口大に切り600Wで

5分程レンジに。
(時間はレンジ機能により調節)

②少し冷めてから、キャベツを軽く絞りサバ缶を汁ごと入れ混ぜる。

③ゆず胡椒をお好みの量加えて和えると出来上がり!
(智子)

編集後記

編集を手伝わせて頂く事になりました。住んでいる上井の事を殆ど知らずに20数年…“少しは学習しなさい”という事かも知れませんが、それにしても、クラスト・オーバーシュートと聞きなれない言葉

もすっかりと定着し、計り知れない脅威の新型コロナウイルス。早く収束する事を願ってやみません。(楠本)▽“おる・でんウィーク”の次は、“田圃にでるウィーク”になりました。やっど、“田植え”が終わり、ホッ。(戸)

今、流行りの「大人のぬり絵」にチャレンジしてみませんか？

- ◆ぬり方によって、全くちがう作品になります。
- ◆皆さまの作品を公民館までお寄せください。
- ◆展示したいと思います。
- ◆お待ちしております！(^^) / ◆1枚で足りない方は、公民館に準備しております。ご家族でチャレンジしてみましょう！

