

UWANADA★



倉吉市上灘公民館

〒682-0811 倉吉市上灘町9番地1

【TEL】22-0640 【FAX】23-6012

【メールアドレス】kouwana@ncn-k.net

【ホームページ】<http://www.ncn-k.net/kouwana/>



新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、

地区の事業を当面中止します。

又、公民館の貸館、学校開放事業による体育館

の利用も中止の期間があります。

ご迷惑をおかけいたしますが

よろしく申し上げます。



新型コロナウイルス感染症について

■軽い風邪症状の場合には、無理をせず、なるべく自宅で安静にして、療養しましょう。

3つの条件（密閉・密集・密接）に要注意！！

- ① 換気の悪い密閉空間
- ② 多くの人密集
- ③ 近距離での会話や発声(密接場面)

■日常生活の中で、この3つの条件が同時にそろう場所や場面を避ける以下の行動をとりましょう。

- ① 換気を行う(可能であれば2つの方向の窓を同時に開ける)
- ② 人の密度を下げる(互いの距離を1、2m程度空ける)
- ③ 近距離での会話や発声などを避ける(やむを得ない場合はマスクを付ける)

■手洗い:帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに石けんやアルコール消毒液などで手を洗いましょう。

■咳エチケット:咳やくしゃみが出る時は、ハンカチなどで鼻と口を覆ったり、マスクを付けるなどの咳エチケットを心がけましょう。

相談窓口

○発熱・帰国者・接触者相談センター

(24時間対応)

ご心配な場合も相談可能です。

倉吉市 健康推進課

5月



5月のおもな行事予定 ・使用団体

※利用予定は中止になることがあります。

12日	火	自治公定例館長会	19:30
13日	水	給食サービス事業 → 中止	9:00
		地区民生児童委員(協)研修会	10:00
14日	木	なごもう会 (開催未定)	13:30
22日	金	ガラスアート同好会	13:30
27日	水	給食サービス事業 → 中止	9:00
		地区社協・評議員会	19:30
28日	木	なごもう会 (開催未定)	13:30

～中止のお知らせ～

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため！
5月8日「フラワーアレンジメント」は、中止にします。

【上灘地区人口集計】

【2月末】		【3月末】	
世帯数	2,546世帯	世帯数	2,544世帯
人口	5,479人	人口	5,449人
男性	2,542人	男性	2,528人
女性	2,937人	女性	2,921人

【年齢別人口】	0～14歳		765人	
	15～64歳		3,076人	
	65歳以上		1,608人	

《 団体活動日 》

※利用予定は中止になることがあります。

- ・エアロビ・ビリティ教室…5月11・18・25日
- ・のびのびクラブ…5月12・19・26日
- ・倉吉ダンスクラブ…5月8・13・15・20・27・29日
- ・ボディリセット…5月11・18・25日
- ・リラックスヨガ…5月7・11・14・17・18・21・24・25・28日
- ・朗読バラエティ花みずき…5月11・14・18・21・25・28日

ゴールデンウィーク

営業します！！

*5/7 (木) 臨時休業
(店内電気工事のため)



昭和田 1-107 ☎ 23-1611

～ちょっと 思う事～

上灘公民館
館長 徳井 幸弘

今月も新型コロナウイルスがらみの話になってしまいそうですが、感染拡大の懸念から、公民館事業の目玉である「桜まつり」も、残念ながら「万燈」(3月26日から4月9日)のみの縮小実施となりましたが、今年は桜の開花状況にも恵まれ、こんな状況の中で、少しでも地区住民や市民の皆様の癒しの場になったのではと思っています。

また、政府が7都府県に対して5月6日までの緊急事態宣言。続いて対象地域が全国に拡大されました。こうした状況を受けて、当館も5月6日までの貸館業務を中止しております。併せて事業も止めています。利用者の皆様には多大のご迷惑をおかけして申し訳なく思っております。こうした状況なのでご理解の程よろしくお願いいたします。

只、感染拡大の終息の見込みが見通せない中、緊急事態宣言の延長も頭に置いておかなければ。また、鳥取県は感染者3名にとどまっていますが、いつどうなるかわかりません。私たちが今しなければならぬのは3密(密閉・密集・密接)を避けることとそうした状況を作らないこと。マスクの着用と手洗いの励行。耳にたこですが、みんなで一緒に頑張っていきたいと思います。

「新型コロナウイルス感染症」 高齢者として気をつけたいポイント

2020年3月 日本老年医学会より

全国的に新型コロナウイルス感染症が流行しています。
喫煙者や糖尿病、心疾患など基礎疾患をお持ちの方は感染症が重症化しやすいので注意しましょう。
また、感染しないために、**手洗い**を中心とする感染予防を心がけましょう。ただ、感染を恐れるあまり外出を控えすぎて『生活不活発』による健康への影響が危惧されます。



- フレイル（虚弱）の進行を予防するために
～動かない時間を減らしましょう～
- 自宅でも出来るちょっとした運動で体を守ろう！
 - 座っている時間を減らしましょう。
 - 筋肉を維持しましょう！関節も固くならないように気を付けて。
 - 日の当たるところで散歩くらいの運動を心がけましょう！
 - しっかり食べて栄養をつけ、バランスの良い食事を！
 - お口を清潔に保ちましょう。しっかり噛んで、できれば毎日おしゃべりを。
 - 毎食後、寝る前に歯を磨きましょう！
 - お口周りの筋肉を保ちましょう。電話も活用し、意識しておしゃべりしましょう。（鼻歌を歌う、早口言葉もオススメです）
 - 家族や友人との支え合いが大切です！
 - 孤独を防ぐ！近くにいる者同士や電話などを使用した交流を。
 - 買い物や生活の支援、困ったときの支え合いを。

～倉吉市 健康推進課～

子育て総合支援センターだより

上灘町9-1 (TEL 22-3914)

子育て支援センター”おひさま”に来て一緒に遊びましょう

＜お知らせ＞

- 新型コロナウイルス感染症の感染拡大予防のため、5月6日（水）まで子育て交流室は閉館させていただきます。
併せてファミリー・サポート・センターも、ご利用して頂くことができません。相談、電話の問い合わせは、対応させていただきます。ご理解をよろしくお願い致します。

＜5月7日以降のご案内＞

- ☆新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、第2火・水曜日に行っている身体測定（おひるねアート）は中止します。（個別にご相談ください）
- ☆『おひさまベビー』を週2回しています。頭の下に敷くタオルをご持参ください。木曜日午前11時過ぎからと、金曜日午後3時過ぎからです。
- ☆『ファミリー・サポート・センター』も併設しています。お気軽にご相談ください。
- ※おひさま・ファミリー サポート センターについて
新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、やむを得ず中止または、延期等の対応をとらせていただく場合がございますので、ご理解の程お願い致します。
イベント中止等の情報については直接お問い合わせいただくか、倉吉市のHPをご確認ください。

4月から着任!

小学校・中学校の教職員人事異動があり、新しく着任されました。（※敬称略）

【上灘小学校】

山名 毅	成徳小学校より
藤山 正明	関金小学校より
田中 利樹	新規採用
濱本 優奈	新規採用
吉田 英司	北谷小学校より
土井 愛里	松江養護学校より
土橋 由美	新規採用
矢吹 峰大	新規採用
石井 洋子	琴の浦高等特別支援学校より
田中 美幸	大栄中学校より
井上 千佳	継続任用

【東中学校】

池口 公一	教頭から校長へ
淀瀬 由美	鴨川中学校より
下山 和代	河北中学校より
松本 佳乃子	西中学校より
高田 佳代子	河北中学校より
東谷 新吾	上灘小学校より
津村 ひとみ	社小学校より
松尾 絵美	
小出 志津香	
佐々木 桂子	
前田 千穂	



上灘小学校より 新入生48名を迎えて 全校283名でスタートしました!

令和2年度がスタートしました。4月9日に新入生を48名迎えて、全校児童283名でのスタートです。今年度は、全職員29名で力を合わせて学校教育に取り組んでまいります。歴史と伝統ある、この上灘小学校で、子どもたちが生き生きと学習や生活をし、自分のよさを見つかけながら、進んで学び、友だちと力かかわろうとすることのできる学校を創っていきたくと考えています。本年度の学校教育目標は、「『やさしさ』と『たくましさ』、『かひこさ』を併せ持つ子どもの育成」です。保護者、地域の皆さまの力を借りながらその実現を目指します。皆さま、どうぞよろしく願います。



新型コロナウイルス対応による各種行事の変更等について

新型コロナウイルスの感染拡大が心配される中、学校では、教育委員会、各種関係機関と連携しながら、子どもたちの感染防止および感染拡大防止に努めているところです。

さしあたり、4・5月の学校行事について、教育委員会等からの指示により、いくつか変更を含め中止が決定したものがああります。子どもたちが楽しみにしている行事、また、保護者・地域の皆さまに学校の様子をご覧いただく絶好の機会を失うことについては、断腸の思いではございますが、子どもたちの健康と安全を最優先に考えての対応であるということ、皆さまにはご理解とご協力をいただいているところです。

その中の一つ、5月23日（土）に予定していた大運動会も中止となりました。それに伴い、例年実施しております、来年度就学予定児童の皆さまの演技も今年度は実施できません。ご了承ください。就学予定児童の皆さまの来年度のご入学を心からお待ちしております。

打吹川柳

「ひらめく」

パット閃くへそくりの隠し場所

男の子幟ひらめく五月晴

ひらめいた休みの理由書き留める

「緑」

雑草の緑にこめる力瘤

緑なす黒髪うせて白髪爺

新緑の匂い一杯吸って吐き

「靴」

旅先で踵ぼろりときときと

その昔藁靴しみた通学路

靴音が今日の戦を物語る

野口 節子

福井 清

田村 紀子

西田 滋

堂満 岳人

湯本 貴恵

田中紀美恵

石湯久芽代

岡崎美知江

