

4月 おもな予定 (倉吉市・成徳公民館・団体)

日	曜	開始時間	内容	日	曜	開始時間	内容
1	水			17	金		
2	木			18	土		
3	金			19	日	6:50	第1回玉川一斉清掃
4	土			20	月	19:00	地区振興協議会総会
5	日			21	火	8:00 12:45	ふれあい給食 学校へ行こう!
6	月	17:30	玉川を美しくする会監査会	22	水		
7	火	8:00	ふれあい給食	23	木		
8	水			24	金	13:30	倉吉市公民館職員研修会(交プ)
9	木		成徳小、東中入学式	25	土		
10	金			26	日		
11	土			27	月	19:00 20:00	体育振興会総会 学校開放企画運営委員会
12	日			28	火		
13	月			29	水		昭和の日
14	火			30	木	10:00	高齢者のスマホ教室
15	水	19:00	玉川を美しくする会総会				
16	木						

※4/24(金) 午後は公民館職員研修会のため、事務室を閉めます。ご理解をいただきますようよろしくお願い致します。

成徳地区自治公民館協議会 4月おもな予定 (3/27 現在)

- ◆倉吉市自治公民館連合会総会 4月11日(土) 倉吉未来中心
- ◆館長会 4月11日(土) 18:00~(松原旅館)
- ◆体育部長会 4月22日(水) 19:30~(成徳公民館)
- ◆三役会 4月24日(金) 10:00~(成徳公民館)

子ども食堂テラハウス 当面中止

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため開催を中止しております。大変残念ではありますが、当面の間、開催中止を継続します。再開が決定しましたら、皆様へお伝えしますのでよろしくお願い致します。 代表者 山本とも子

リサイクル ベルマーク ご協力ありがとうございます。

- ★使用済み小型電子機器 (成徳公民館自転車置き場ヨコ)
- ★天ぷら油の食用廃油 (成徳公民館自転車置き場ヨコ)
- ★ベルマーク (成徳公民館玄関内)



館報「成徳」カラー版を成徳公民館窓口に置いてあります。
市報、県政だより、チラシ等ご自由にお持ち帰りください。

自治公体育部事業★ソフトバレーボール大会

当初は4月開催を予定していましたが、次のとおり変更します。詳細は体育部長会で決定
★5月24日(日) 市体育センター

なごもう会

4月以降の教室再開について現時点で未定
コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため開催を中止としています。参加者へは、文書または電話にて再開のご案内を予定していますので、ご理解をいただきますようお願い申し上げます。

長寿社会課 高齢者福祉係 Tel: 22-7851

3B体操教室 新型コロナウイルス感染拡大防止のため4月の教室は引き続き中止とします。

5月12日(火曜日)から再開予定

- 時間: 14:00~15:30
- 場所: 倉吉市成徳公民館
- 講師: 福井留実さん
- 持参: シューズ、飲み物 ■服装: 自由



第447号 令和2年4月1日

倉吉市成徳公民館 (鳥取県倉吉市住吉町 77-1)

TEL: 0858-22-1301 FAX: 0858-23-3653

○開館: 月~金 9:00~17:00 (祝祭日を除く)

公民館の利用: (9:00~22:00)

倉吉市の人口 46,620人 世帯数 20,633

成徳地区の人口 2,821人 (男 1,304人 女 1,517人) 世帯数: 1,412世帯

0歳~14歳: 290人 15歳~64歳: 1,406人 65歳以上: 1,125人 (令和2年2月末現在)



人生にとって健康は目的ではない。しかし、最初の条件である。

新型コロナウイルスが日本のみならず、世界に感染を拡大しています。目に見えないウイルスの恐怖に学校は休校を強いられ、世界の経済にまで大きな影響を与えています。鳥取県内の感染者は確認されていませんが、不安は増すばかりです。このウイルスが私たちの生活にどんな影響を与えるのかという不安の中で、感染拡大防止策を講じながら令和2年度がスタートします。どんな環境の中にあっても、明るい展望を持ちながら逞しく立ち上がる力を持っているのが人間の底力であると思っています。世情がこんな状況ですから、今まで以上に健康に関する話題が多くなることは容易に予想されます。一口に健康といっても多種多様で、認知症予防、転倒防止、スポーツ、食育教育、健康診断など幅広い分野がありますが、自分の健康は自分で管理しようとの意識を高めることが大切だと思います。成徳公民館では今年度も健康に関する講座を計画しております。住み慣れた地域でより安心して元気に暮らせるように講座を充実させたいと考えていますので、参加を期待しているところです。

話は少し変わりますが、先日、ある会合で健康に関する格言や慣用語が話題になりました。その数に大変驚きましたが、私の心に印象深く残った言葉がありましたので紹介します。

大正・昭和時代を通じて志賀直哉や有島武郎らとならび称され、白樺派の代表作家の一人であった武者小路実篤が、彼の著書「人生論」の中に記している「人生にとって健康は目的ではない。しかし、最初の条件である。」という言葉です。この言葉は、健全な精神を培う源となる人間の健康を求めた武者小路の心の底からにじみ出た言葉であろうと思われます。近代文明の驚異的な進歩に適応できない社会現象の中で、生命尊重、健康の保持は人間にとって基本的な価値であり、生きること自体が幸福であり、よりよく生きることの前提が健康にあり、健全な心は健全な身体に支えられていることを表現した言葉であると捉えたいと思います。規則正しい生活をするのが心身の健康ベースであることを改めて考えさせられました。この言葉をよく噛みしめながら、初心に帰って自分の健康感を考えてみたいものです。

令和2年度も成徳公民館の職員一同、地域の課題解決をめざし、元気に公民館活動に励みたいと思っています。気軽に公民館にお出かけいただきますとともに地域の皆様のご支援、ご協力をお願いします。

倉吉市成徳公民館 館長 小谷次雄



・・・倉吉市成徳公民館主事について・・・

この度、公民館主事 前田和枝さんが3月31日付で退職されました。後任を厳正に選考の結果、中村紀子さんを採用し、4月1日から勤務をしていただくことになりました。地域の皆様の一層のご支援をどうぞよろしくお願い申し上げます。



倉吉市成徳公民館管理委員長

この度成徳公民館で勤務する事になりました、中村紀子と申します。成徳地区のことについて、まだまだ勉強中ですが、皆さんにとっての地域の学びの場、集いの場、人と人のつながりを強くし育む公民館となるよう尽力して参りたいと思います。更に親しみやすい場所となるよう頑張りたいと思いますので、気軽にお声がけ下さいね。よろしくお願い致します。

このたび、一身上の都合により成徳公民館を退職いたしました。約2年という短い間でしたが、地域の皆さまには温かいお言葉やご指導をいただき、多くのことを学ばせていただき、経験させていただきました。本当にありがとうございました。 前田 和枝

学校へ行こう！

主催：倉吉市成徳公民館

高齢者が小学校へ行き、囲碁や将棋、昔遊びをして一緒に楽しめます。お気軽にご参加ください。申込不要

4月は学校行事の関係で1回のみ開催

▲4月開催日 21日（火曜日）▲時間 12：45～13：20

▲場所 成徳小学校1階 多目的教室

誰もが命を守るための避難訓練を実施して・・・3/6実施

視覚、聴覚に障がいのある方の日中活動を支援されている鳥取県中部聴覚障がい者センターのご理解とご協力をいただき、成徳公民館と一緒に避難訓練を実施しました。障がいのある方を公民館の2階中会議室から屋外へ、どうしたら安全に早く避難することが出来るか。想像以上に困難で、3人がかりでも歩行困難な方への避難誘導は無理な場面がありました。活動内容に合わせて広いフロアのある2階を利用していただいておりますが、“もしも”の事態を考えた会場選択も検討が必要だと感じました。

聴覚障がい者センタースタッフの皆さん、訓練に参加された障がい者の方から次のような感想、ご意見をいただきましたので一部紹介させていただきます。

- ◆スリッパで階段を降りるのは怖かった。
- ◆口元を覆い低い姿勢で避難しなければならないと感じた。
- ◆椅子やタオルで持ち上げられた方は「怖い」と言われた。歩行困難な方の誘導に有効な方法を考える必要がある。
- ◆1階で活動するのが望ましいが満室の場合や“もしも”を考えるとどうすればよいか。
- ◆いざという時、支援者が不足の場合どう支援するか。
- ◆「火事！」「調理研修室から出火」「避難して」など絵を用いた情報が欲しい。今起きている情報があれば誰が見てもわかるため、その準備があるとありがたい。



毎年の訓練からいろいろな課題に気づきがあります。誰もが安心して公民館を利用出来、且つ、いざという時に全員が安全に避難出来る方法を考え、備えをしていきたいと思ひます。ご協力をいただきました皆様に感謝申し上げます。

・・・お気軽にご参加を・・・ 申込み不要

マ ミ/アカ・フラスタークル4/27（月）

- 時間：10：00～11：30
- 場所：倉吉市成徳公民館
- 講師：河本高枝さん
- 持参：タオル、飲み物
- 参加費：一人1回 500円
- 服装：自由 下はスカートが良いです。



保健だより なくそう！ 望まない受動喫煙。

健康増進法において、望まない受動喫煙を防止するための取り組みが2020年4月4日より全面施行され、マナーからルールへと変わります。



- ・多くの施設において屋内が原則禁煙に。
- ・20歳未満の方は、喫煙エリアへ立入禁止に。
- ・屋内での喫煙には喫煙室の設置が必要に。
- ・喫煙室には、標識掲示が義務付けに。



○喫煙は肺がんの危険因子の1つです

たばこを吸う人は吸わない人に比べて、何らかのがんになるリスクが約1.5倍高まることもわかっています。

たばこは吸う本人のみならず、周囲の人の健康も損ねます。禁煙は、がん予防の大きく、確実な一歩です。吸っている人は禁煙し、吸わない人はたばこの煙をなるべく避けて生活しましょう。

倉吉市役所 健康推進課 Tel.27-0030

初心者向け 高齢者のスマホ教室

主催：倉吉市成徳公民館



ゆっくりやさしい スマホ教室 in 成徳公民館 参加者募集！



最近スマホを始めた方必見！

ガラケー（ガラパゴス携帯）からスマホ（スマートフォン）に替えたけれど・・・という高齢者の皆さんへスマホの使い方から、目的に合わせた基本操作を教えてください。使い方がわかると色々な情報を得られ日常生活に役立ちます！

- ★日時：4月30日（木）10時～12時
 - ★場所：倉吉市成徳公民館
 - ★対象：高齢者の方
 - ★人数：先着10名 4/17までに成徳公民館へ
 - ★受講費用：テキスト代1,500円（税込）
 - ★持参：スマートフォン、筆記用具、飲み物、マスク
 - ★講師：スイコー株式会社
- ゆっくりやさしくパソコン教室
倉吉教室 中村春香さん、山崎みどりさん

教室の内容は→



- ★電話番号を登録したり、追加や削除方法
- ★アプリって何？を知る
- ★スマホで写真や動画を撮影する
- ★撮影動画の確認（指操作）
- ★インターネット検索をしてみよう！
倉吉の天気は？ 成徳公民館を検索すると？
- ★地図のインストールなど

令和2年度 第67回成徳地区敬老会開催の中止について

倉吉市の敬老会開催に向けて倉吉市自治連合会常任委員会は3月26日、倉吉市の説明を受けました。新型コロナウイルス感染症対策本部が示した取り扱い方針は、現時点でもその判断基準を緩める状況にないとのことです。敬老会開催の可否は委託を受ける各自治公民館協議会が決定するにあたり、同日、成徳地区敬老会実行委員会を開催しました。その結果、令和2年度の成徳地区敬老会は中止を決定しましたのでお知らせします。なお、被敬老者全員の方には各町の社会部長さんを通じて記念品を配付致します。

開催の判断基準に4項目も当てはまり高齢者が多く参集する敬老会は感染リスクが高いこともありますが、敬老者の皆さんが安心して参加出来る状況にないことを優先すべき点ではないか等を鑑みて、成徳地区では延期ではなく中止と致しました。楽しみにしておられた方も多く心苦しい限りですが、新型コロナウイルスに感染した事例が相次いで報告される中、感染を出来る限り抑えることが重要となっていますので、ご理解をいただきますようよろしくお願いいたします。 成徳地区自治公民館協議会 会長 齋木英宏

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため開催を予定していても中止となる場合があります。

公民館の会場使用については事前にお問合せをお願いします。

感染防止の具体的な対策として次の項目を検討しています。

- ①換気への配慮（扉を開放、2方向の窓を開ける等）
- ②参加者のマスク着用
- ③手指の消毒・手洗い
- ④会場の清掃・消毒
- ⑤座席は適度な間隔を持たせる。
- ⑥体調の良い方、
体温37度以上は参加自粛を要請。



今後の感染の広がりや重症度を見ながら適宜、見直しがあります。



倉吉市の主催イベント等取り扱い方針

判断基準

- ① 不要不急でない場合
- ② 県内外から不特定多数の参加が見込まれる場合
- ③ 参集規模が多数の場合
- ④ 会場が屋内の場合
- ⑤ 飲食を伴う場合
- ⑥ 向かい合って話し合う場面や飛沫の拡散が予測される場合