

# UWANADA★



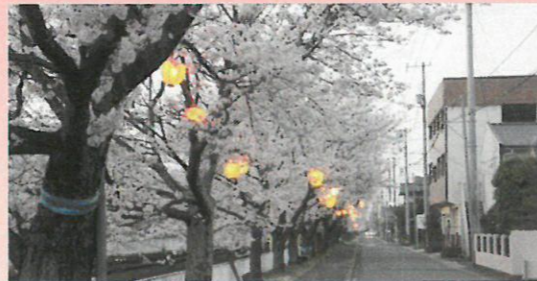
## 倉吉市上灘公民館

〒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/



## 『第16回うわなだ桜まつり』

今年の桜まつりは新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、4月4日に予定していた上灘公民館及び中央公園でのイベントは中止します。但し、万燈の広場及びフォトコンテストは開催します。

「万燈の広場」として会下谷川桜並木の夜間点灯を行いますので、お花見にお越しください。

※夜間点灯 3月26日(木)～4月6日(月)

午後6時30分～9時30分

～あなたが選ぶ～

## うわなだ桜まつりフォトコンテスト

- ▶「会下谷川桜並木での撮影された写真を募集します！」
- ▶◆受付 4月15日(水)から5月7日(木)までに上灘公民館に持参。
- ◆撮影期間 令和2年3月13日から4月14日の間に撮影したもの。
- ◆展示期間 5月13日(水)から17日(日) 倉吉未来中心アトリウム
- ◆表彰式 5月17日(日)15時から展示会場にて

※あなたの一票で各賞が決まります。

～主催 うわなだ桜まつり実行委員会  
上灘地区振興協議会・上灘公民館～



母の日

## 心を込めて…花を贈ろう!

母の日をきっかけに…、母だけでなくお世話になっている方へ、感謝の気持ちを込めて愛情いっぱいの「フラワーアレンジメント」を贈ってみませんか。簡単に出来るのに豪華に見える「手づくりプレゼント」も作っちゃいます♪

- ◆日時…5月8日(金) 19:00～
- ◆場所…上灘公民館 会議室
- ◆講師…岸田泰孝さん(花キタ) 河本睦美さん
- ◆定員…15名
- ◆参加費…2,000円
- ◆申込み…4月24日(金)までに 上灘公民館へ
- ◆持ってくる物…ハサミ



主催 上灘公民館

### ◀ 団体活動日 ▶

- ・のびのびクラブ…4月14・21・28日
- ・上灘めだか会…4月2・7・21日
- ・エアロ・ピラティス教室…4月6・13・20・27日
- ・倉吉ダンスクラブ…4月1・8・10・15・16・22・24・29日
- ・リラックスヨガ…4月6・12・13・19・20・26・27日
- ・朗読花みずき…4月2・6・9・13・16・20・23・27・30日
- ・ボディリセット…4月6・13・20・27日

### 【上灘地区人口集計】

	【1月末】		【2月末】	
世帯数	2,549 世帯		2,546 世帯	
人口	5,494 人		5,479 人	
男性	2,548 人	→	2,542 人	
女性	2,946 人		2,937 人	

【年齢別人口】

0～14歳	766 人
15～64歳	3,104 人
65歳以上	1,609 人

4月



4月のおもな行事予定  
・使用団体

2日	木	上灘老人クラブ協議会	13:30
7日	火	教養文化部・人権福祉部合同会	19:30
8日	水	給食サービス事業	9:00
		地区民生児童委員(協)研修会	10:00
9日	木	なごもう会(開催未定)	13:30
10日	金	グラスアート同好会	13:30
11日	土	打吹川柳会	12:30
12日	日	万燈撤去作業(会下谷川管理道)	8:30
13日	月	上灘老人クラブ協議会	13:30
14日	火	折紙倶楽部四季折折	13:30
		自治公館長・人権福祉部長合同会	19:00
		定例館長会	19:30
15日	水	自治公女性部長会	19:30
16日	木	地区ソフトボール大会 企画会	19:30
17日	金	上灘老人クラブ・総会	10:30
		上灘小学校・PTA歓送迎会	19:00
22日	水	給食サービス事業	9:00
		自治公総務部長会	19:30
23日	木	なごもう会(開催未定)	13:30
24日	金	上灘老人クラブ協議会	13:30

※24日(金)午後は、倉吉市公民館職員研修会に出席のため、事務所を閉室致します。  
(貸し館は通常通りです)

## ～ちょっと 思う事～

上灘公民館  
館長 徳井幸弘

コロナ。新型コロナウイルスの脅威がここまで深刻な事態を引き起こすなんて、年頭には思ってもみませんでした。想定外。

中国武漢のときは他人事、クルーズ客船はテレビドラマの一場面を見ているような正直言ってやっぱり他人事。国内感染が広がり、マスクなどの物資が店頭から消えてなくなり、2月下旬に政府が打ち出した「イベント自粛要請」から世の中が異様な雰囲気。各種会合も次々に中止となり、公民館の大切な事業である「うわなだ桜まつり」も苦渋の決断でしたが、出店コーナーや演芸大会を自粛し、万燈とフォトコンテストのみの縮小開催といたしました。

鳥取県は幸いにも感染者が出ていないこともあり、また気分的にも自粛疲れを感じることもありますが、新型コロナウイルスが世界に拡大。早期終息が見通せないなか、今、私たちにできることは、感染対策を出来るだけ頑張ってお守りにしていくことに尽きるのかなと考える今日この頃です。

2020 春と初夏の婦人服展示会

会場 3F-BYホール

4/23(水) 13:00～19:00

4/24(金) 9:30～19:00

4/25(土) 9:30～17:00

ミラクルプレゼント

ヨシダ

昭和町 1-107 ☎ 23-1611

## ～公民館はつらつ日記～

◎地域・公民館の出来事をお知らせします(^o^)/

**2/20** 「大変な育児を少しでも楽しくする工夫はないか？」との思いから、身近にある素材を使って、パクパク人形、プレスレット、お雛様など、親子で簡単にできるおもちゃを作っていました♪



**3/15** 会下谷川の桜並木に提灯を設置しました。各町内より多くの方に参加いただき、手際よく作業が終了しました。毎年綺麗に咲かせてくれる桜並木を見物へお越しください！



**3/26** 会下谷川桜並木の点灯式を開催しました。新型コロナウイルス感染症の拡大防止によりイベントが次々に中止となる中、拡大防止を願い明るいきざしとなるよう明かりが灯されました。



## 上灘小学校より

## 卒業・修了…

# ～1年間お世話になりました～

3月19日(木)令和元年度卒業式を行いました。新型コロナウイルス対策のために、卒業生、保護者、教職員だけの卒業式となりました。残念ながら参列出来なかった在校生や来賓の皆さまの激励や感謝の気持ちも込めて、卒業生を送り出しました。学校は3月2日から臨時休業をしていますが、18日から登校再開となりましたので、6年生は前日に証書授与の練習を行いました。限られた練習時間でしたが、当日は、卒業生一人一人がしっかりと卒業証書を受け取っていました。厳かな中にも温かみのある卒業式でした。卒業生の中学校での健闘を祈りたいと思います。

続いて、3月24日(火)、各学年が修了しました。新型コロナウイルス対策のために体育館での修了式はできませんでしたが、登校再開となったため、最後の3日間は各学年で仕上げに取り組み、学校で修了証書を渡すことができました。

時代の変り目となった令和元年度、猛暑、大型台風、新型コロナウイルスなど自然の脅威に脅かされながら、それでも「元気 やる気 友だち大好き 学校大好き 上灘の子！」そして、「やさしさ」と「たくましさ」、「かひこさ」を持った子になるように、たくさんの方々の応援を見ることができた1年間でした。たくさんの方々に支えていただきました。ありがとうございました。



引き続き新型コロナウイルス対策が必要な状況ですが、令和2年度は、4月8日(水)が始業式、4月9日(木)が入学式の予定です。卒業生も含めて、今後とも地域の皆さまに見守っていただきますよう、よろしくお祈りします。

## 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

### 4月のご案内

☆8日(水) おはなしグループ「からからどん」のお話会があります

☆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。

### ※ミニプログラム・イベントについて

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、現時点では開催予定のものも、やむを得ず中止または延期等の対応をさせていただく場合がございますので、ご理解の程をお願いいたします。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。



河本睦美さんを講師にお迎えし、2月20日(木)に☆親子で楽しく作っちゃおう☆(上灘公民館と共催)を開催しました。身近にある素材を使って、おもちゃ作りをしました。おもちゃが出来上がると親子で笑顔いっぱい楽しませてくれました。



※毎月子育てをお手伝いできるような講習会やイベント等を企画しています。皆さんの参加をお待ちしています。

## ～春は心の健康に気をつけよう！～

春は、気候はもちろんのこと、新しい環境に移る人も多く、「変化」の多い季節でもあります。気温差に体温調節がうまくいかなかったり、新しい環境で心が疲れてストレスになってしまったり、様々な面で自律神経が乱れやすくなります。

次のことに気をつけて、心のバランスを整えましょう。

1. 朝はきまった時間に起き朝日を浴びよう  
朝日を浴びると体内時計がリセットされて体内リズムが整います。また太陽の光によって、ハッピーホルモンである「セロトニン」が体内でたくさん作られますので、気持ちが安定します。
2. 食事は3食決まった時間にバランスよく食べよう  
規則正しく食事を取ることで、体内時計を整えることができます。
3. 休養をとろう  
自分なりのリラックス法で休日を過ごしましょう。
4. 体温調節をしっかりと  
暑さや寒さもストレスになります。温かい日でも外出の際は羽織れる上着を持参しましょう。



～倉吉市 保健師～