

3月 行事予定

1日(日)	8:30	小学校体育館	ソフトバレーボール大会
3日(火)	9:00	上公	給食サービス事業
	19:30	上公	自治公 館長会
4日(水)	9:00	中・西部	西中・鴨中校区女性連絡会
6日(金)	13:30	上公	天神野土地改良区理事会
8日(日)	13:30	広瀬分校	広瀬分校閉校式典
9日(月)	19:30	上公	小学校再編問題協議会
10日(火)	19:00	上公	民児協定例会
	19:30	上公	学校体育施設開放運営委員会
11日(水)	10:00	関金公	倉吉市館長会
12日(木)	9:30	市役所	主事研修会
	13:30	上公	大鴨土地改良区総代会
13日(金)	10:00	上公	なごもう会
	19:00	上公	天神野土地改良区通常総代会
15日(日)	9:00	上公	給食サービス事業
16日(月)	10:00	上公	倉吉市シルバー人材センター説明会
18日(水)	13:30	上公	老人クラブ新旧役員会
19日(木)	19:30	上公	土木交通部長会
24日(火)	9:30	上公	館報編集専門委員会
26日(木)	19:30	上公	体育部長会
27日(金)	10:00	上公	なごもう会
	10:00	北谷公	市公連理事会

保健だより

新型コロナウイルス感染症について

中国河北省武漢市で昨年12月以降、新型コロナウイルス感染症の発生が複数報告されて以来、世界各地で患者発生報告が続いています。日本国内でも患者が確認されています。

日頃から、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」など一般的な感染対策を行うことが重要です。

【手洗い】

・ドアノブなど様々なものに触れることにより、自分の手にウイルスが付着している可能性があります。外出先からの帰宅や調理の前後、食事前などこまめに手を洗いましょう。

・石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かしましょう。



【咳エチケット】

他の人にうつさないために・・・

- ・マスクを着用しましょう。
- ・ティッシュなどで鼻と口を覆いましょう。
- ・とっさの時は袖や上着の内側で覆いましょう。
- ・周囲の人からなるべく離れましょう。

相談窓口

○発熱・帰国者・接触者相談センター(24時間対応)

「感染したかな?」と思ったら、医療機関受診前に、ご相談ください。

また、ご不安な場合の相談も可能です。
倉吉保健所 電話：0858-23-3145
又は 0858-23-3146

○全般的な相談窓口

鳥取県福祉保健部 健康医療局健康政策課
感染症・新型インフルエンザ対策室
電話：0857-26-7153

受付時間：午前8:30～午後5:15(土日・祝除く)

上小鴨小学校 3月行事予定

- 8日(日) 参観日
広瀬分校閉校式典
- 9日(月) 振り替え休業日
- 19日(木) 卒業式
- 24日(火) 修了式
- 3月25日(水)～4月7日(火) 春休み

上小鴨保育園 3月のオープンデー

2日(月)、5日(木)、9日(月)、12日(木)、
16日(月)、19日(木)、23日(木)です。

※お知らせ※ 25日(水) 卒園式

公民館教室

3B 体操体験教室	11日(水)	10:00～
青少年育成講座	15日(日)	10:00～
研究指定事業「防災」	17日(火)	9:00～
ヨガ教室	19日(木)	13:30～
スプリングコンサート	23日(月)	10:00～
生け花講座	26日(木)	13:30～

同好会

筆もじ	3日(火)	10:00～
切り絵(日にち変更)	21日(土)	13:30～
カラオケ	11日、18日、25日(水)	19:45～
絵手紙	23日(月)	13:30～
グラウンドゴルフ		
上小鴨公民館芝広場	毎週月曜日	9:00～
上小鴨健康広場(保育園跡地)	毎週水・金曜日	9:00～
うごいてみよう会		※当面お休みします※

認知症予防教室「みんなが元気でおら～会」

5日、12日、19日、26日(木)
10:00～11:30

気軽にぶらっとピンポンを楽しもう♪

毎週 火曜日と水曜日 9:30～11:30
※11日は公民館教室のためお休みです

館報

かみおがも

3月号

発行 上小鴨公民館

TEL 28-0953

FAX 28-6035

開館：月～金 9:00～17:00(祝祭日を除く)
公民館の利用 9:00～22:00

メールアドレス kokamio@ncn-k.net

ホームページ 「上小鴨公民館」で検索!

発行日 令和2年3月1日

4月から教室!
スタート!

【3B 体操体験教室】

3B 体操とはボールなど用具を使って音楽に合わせて行う健康体操です。

2回目の体験では「ボール」と「ベルター」を使って体操を行います。



日時 **3月11日(水) 10:00～11:00**

場所 上小鴨公民館

持ち物 飲み物、汗拭きタオル、運動シューズ

講師 池尾久美子さん(上井)

参加費 無料

人数 10人程度

問合せ 上小鴨公民館 TEL28-0953(※切3/4)

主催 上小鴨公民館

青少年育成講座【円形劇場に行こう!】

たくさんのフィギュアが展示されている円形劇場。常設展示のフィギュアや3月22日まで行われる、企画展示「タツノコフェスティバル IN 円形劇場」をみんなで見に行きませんか?

日時 **3月15日(日) 10:00～12:00**

集合 上小鴨公民館 10時出発

(マイクロバスに乗っていきます)

場所 円形劇場 くらよしフィギュアミュージアム

対象者 小学生

参加費 小学生 600円(入館料)

※年間パスポートをお持ちの方は無料

募集人数 15人程度

申込み 上小鴨公民館 TEL28-0953(※切3/6)

主催：上小鴨公民館

【スプリングコンサート】

メアリーズさんによるスプリングコンサートを開催します。美しい歌声とピアノやサクスの素晴らしい演奏をぜひ!



メアリーズ	村田 江里さん(歌)
メンバー	山本 亜美さん(ピアノ)
	西谷 友里さん(サクス)

日時 **3月23日(月) 10:00～11:00**

場所 上小鴨公民館

皆さまお誘いあわせの上、ご参加ください♪

主催：上小鴨公民館

【桜ウォーキング】

桜の季節になりました!

みんなで桜を見ながらウォーキングをしましょう♪

お茶とおやつもあります。

日時 **4月2日(木) 9:30～11:00頃**

集合場所 上小鴨公民館 雨天決行

コース 上小鴨の桜の名所ふれあいロード

(上小鴨～小鴨 往復4km)

申込み 上小鴨公民館 TEL28-0953(※切3/19)

共催 上小鴨公民館・上小鴨地域づくり協議会

女性連絡会事業【桜めぐり】

西中・鴨中校区の女性連絡会共催事業として、「桜めぐり」を開催します。昨年に引き続き、樹木医の吉岡さんのお話を聞きながら倉吉市や北栄町、大山町などめぐります。

日時 **4月3日(金) 9:00～15:00**

場所 中部地区周辺

集合・出発 上小鴨公民館 9:00 集合 9:10 出発

講師 吉岡武雄さん(樹木医)

募集人数 5人(先着順)

参加費 1500円程度(昼食代)

申込み 上小鴨公民館 TEL28-0953(※切3/27)

共催 上小鴨公民館・西中鴨中校区女性連絡会

自治公からのお知らせ

ソフトバレーボール大会

期日 3月1日(日)

開会式 8:30 試合開始 9:00

場所 上小鴨小学校体育館

種目 男子の部、女子の部、混合の部

※小学校敷地内は禁煙です。ご協力をお願いします。

《参加チーム数》

男子 11チーム

女子 8チーム

混合 11チーム

皆さんの多数の応援
をお願いします



開催日決定!

上小鴨地区ふれあい運動会
5月30日(土) 午後開催

※雨天順延なし

開催時期が
秋から春に、
日曜日から土曜日に
変更になりました!



あたご遊学大学は新型コロナウイルス感染症の
流行により、中止となりました。

倉吉市からのお知らせ

【第43回 倉吉市創作文華展】

上小鴨公民館関係からは、絵手紙サークル、切り絵サークル
の皆さんが出品されます。ぜひお出かけください。

会期 3月18日(水)~22日(日) ※会期中無休

開館時間 午前9時~午後5時(入館は午後4時30分まで)

会場 倉吉博物館

入館料 一般:220円 高校・大学:110円

中学生以下、70歳以上、障がい者手帳等をお持ち
の方と介助者1名:無料

< 体験講座 >

~押し花しおいを作ってみよう~

日時:3月20日(金・祝)
午後1時30分~3時30分
※時間内随時受付

場所:倉吉博物館

講師:谷 裕美子氏
(倉吉市創作文華展運営委員)

参加費:100円

主催:倉吉市教育委員会

例大祭・賀齢祭のお知らせ

今年も例大祭と併せて、賀齢祭を挙行いたします。
皆さまお誘い合わせてお参りください。

期日 4月5日(日)

場所 上小鴨神社

時間 賀齢祭 10:00~ 例大祭 11:00~

※今年も各集落へ神輿の村まわりは行いません。

《タイムスケジュール》

- ◎子供神輿 11:30~12:00
- ◎大人神輿 11:30~12:30
- ◎祭典 12:30~13:30
- ◎ビンゴゲーム 13:30~14:00
- ◎屋台 焼きそば、焼きとり 11:00~14:00

主催 上小鴨神社



【上小鴨公民館より】

いつも上小鴨公民館での講座にご参加くださりありがとうございます。
上小鴨公民館では、講座でこんなことを学んでみたい、体験してみたいことを募集しています。興味を持って
おられること等、なんでも公民館職員までお知らせください!電話、メールでもかまいません。



3月のちょっとギャラリー

住民の皆さんが撮影した「写真作品」を展示しています。
動植物や風景など様々な写真作品をぜひご覧ください。

令和2年春季全国火災予防運動 3月1日(日)~7日(土)
防火標語「ひとつずつ いいね!で確認 火の用心」

《主な事業報告》

【3B 体操体験教室】(2/19)

池尾久美子さんに講師をしていただき、1回目の体
験教室を行いました。

今回は、ストレッチの後ベルと一本ベルターという
道具を使い、曲に合わせて体を動かしました。初回
ということで、ゆっくりした体操でしたが参加者は
テンポよく指定された動きをこなしていて、講師も
「皆さんよく動いている」と絶賛でした。参加者か
らは「筋がよく伸びた」や「今後も続けていきたい」、
「続けたら腰が細くなるかも」との声があり、初め
てでも3B 体操の効果が感じられたのではないでし
ょうか。

次回は、ボールとベルター(輪)を使った体操です。
ぜひご参加ください!(参加者8人)



【ベルを使った体操】
軽いので投げて使うことも



【一本ベルターを使った体操】
ひも状の道具で、様々な使い方がります

【自治公 役員研修会】(2/23)

グリーンスコーレせきがねにて役員研修会を開催しました。来賓代表として倉吉市 田中総務部長より行
政改革に基づく、地域のあり方について挨拶いただき、その後研修会に移りました。

研修会では、とっとり県民活動活性化センターの椿 善裕さんを講師に「住民主体の持続可能な地域づくり」
のテーマでお話いただきました。少子高齢化が進む将来、「これから」をどう過ごすのか、地域の人口など
データを使って説明いただき、データを見て地域に反映させるにはどうするのか、地域のために運営するに
はどうすればいいの、というお話をさせていただき参加者は熱心に講演を聞いていました。

講演後は地域づくり協議会、地区社会福祉協議会、民生児童委員協議会、小学校再編問題協議会の活動に
ついて、各協議会会長から報告を受け懇親会に移りました。

懇親会では、各地区の役員同士で交流を深めました。

※講演で使用したパワーポイント資料は上小鴨公民館ホームページに掲載していますのでご覧ください。



地域づくり協議会長
多賀 正樹さん



地区社会福祉協議会長
森下 賢治さん



民児協会長
市川 多加子さん



小学校再編問題協議会長
森本 紀紘さん