



「地域を再発見～鳥取市編～」

日時：10月25日(金) 10時～14時15分頃

集合：10時までに 社公民館 集合 ※マイクロバスで向かいます

内容：①ギャラリー見学「因州中井窯」

②古民家カフェでランチとお話「えばこ GOHAN」

参加費：1,350円(昼食代)★コーヒー・デザート付

申込み：10月18日(金)までに北谷公民館へ ※定員があります

主催：久米中校区女性連絡会

「オープン粘土で小物づくり」

日にち：①10月18日(金) 形作り・乾燥

②10月30日(水) 色付け

時間：13時30分～

場所：北谷公民館

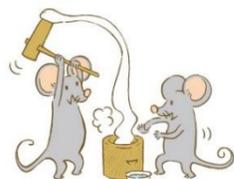
内容：オープン粘土を使って、来年の干支「ねずみ」をモチーフにした箸置きを作ります

講師：大窪逸子さん

参加費：実費(粘土代500円程度)

申込み：10月11日(金)までに北谷公民館へ

主催：北谷公民館



「きみがら人形教室」

日にち：①10月2日(水)

②10月9日(水)

③10月16日(水)

時間：13時30分～

場所：北谷公民館

講師：船木一子さん

準備：裁縫道具

作成時に使う布切れ ※可能な限り

主催：北谷公民館



「寄せ植え教室」

日時：11月5日(火)

10時～11時30分頃

場所：北谷公民館

内容：①寄せ植え(1人1鉢)

②公民館の花壇に寄せ植え

講師：花工房あげたけ 福井歌奈子さん

参加費：1,000円

定員：15名(先着)

★汚れてもよい服装でお越しください

申込み：10月18日(金)までに北谷公民館へ

主催：北谷公民館



各種事業ご案内・参加者募集

第12回

ぬのこ谷

いきいきウォーキング

日時：10月13日(日) 10時スタート

【受付】9時15分～【開会】9時45分～

集合：北谷公民館 少雨開催!

コース：約6km

公民館～オケ崎～上米積～公民館

申込み：10月6日(日)までに申込書を事務局へ(北谷公民館内)



★昼食におにぎり・きのこ汁有り。
★記念品有り。
★詳しくは、チラシをご覧ください。

主催：北谷地区振興協議会

「北谷地区敬老会」

日時：10月20日(日) 11時30分～

場所：グリーンスコレ関金

対象：75歳以上の地区住民

★出演団体決定★

○北谷保育園さん(踊り)

○北谷小唄保存会さん(傘踊り)

○四方山会さん(花笠踊り)

○安来節保存会さん(唄・踊り)

主催：北谷地区自治公民館協議会(担当)厚生部長会



北谷公民館
第424号
令和元年10月



北谷地区住民記録

令和元年8月末現在

単位:世帯、人

世帯数	538
総数	1,306
男性	640
女性	666
0～14歳	132
15～64歳	601
65歳以上	573

倉吉市ホームページ
自治公民館別・住民記録より

12ヶ月
連続企画
コラム
SEASON3

北谷の あれこれ!

「北谷の五輪塔7」

長谷地区には、先の堂ノ前五輪塔とともに観音堂の前方、林道の右側一段高い墓地に五輪塔群が祭られています。長谷地区のほ場整備工事によって移築された五輪塔群とのこと。形より室町時代の五輪塔群と思われませんが、この中に2基だけ大きいものがあります。向かって左側に位置する五輪塔は、総高が150cm、地輪が1辺50cm・高さ30cm、水輪が中膨する円形で高さ41cm・最大径53cm、火輪は高さ38cm・1辺57cmの山状で、露盤はなく軒の隅が垂直ではなく少し外に傾き丸みを帯びています。空・風輪は一石で彫られ、空輪が13cm、風輪が24cmで総高41cmです。

五輪塔には地輪を除き大日如来の真言の梵字が刻まれています。本来は地輪にも存在するはずで、この五輪塔は当初の姿ではないのかもしれませんが。



北谷公民館長
森下 哲哉

第46回 ぬのこ谷文化祭

日にち：11月10日(日)

場所：北谷公民館

★詳しい内容は、来月号でお知らせします

9月22日(日)に開催予定でありました「地区大運動会」は残念ながら悪天候のため中止となりました。

11月3日(日)には久米農村広場にて「地区グラウンドゴルフ大会」が開催されますので皆様ぜひご参加下さい。詳しくは、各自治公体育部長さんにお尋ねください。

主催：北谷地区自治公民館協議会(担当)体育部長会

「開運神社めぐり②」

令和に入り半年がたちました。令和の由来は万葉集です。ゆかりある土地をめぐり学びを深めましょう。

日時：11月1日(金)

集合/出発▶10時

閉会▶16時30分頃

★マイクロバスで鳥取市へ向かいます

- ① 因幡万葉歴史館
- ② 宇倍神社
- ③ 鳥取藩主池田家墓所

集合場所：北谷公民館

参加費：①昼食代900円

②歴史館入場料300円

※65歳以上無料

定員：25名(先着)

申込み：10月21日(月)までに

【主催】北谷公民館へ



「食と健康～料理教室～」

第3回：いざという時のために!災害時の食事

日時：10月17日(木)

10時～12時30分頃

場所：北谷公民館

メニュー：ポリ袋で炊くご飯
サバ缶と野菜の煮物
オレンジパンケーキ 他3品

講師：食生活改善推進員さん

ご持参：エプロン・三角巾

申込み：10月11日(金)までに

【主催】北谷公民館へ

「町内学習会がはじまります!」

10月から11月にかけて、各自治公で町内学習会が実施されます。人権の視点から、より良い地域とするため皆で学習していきましょう。 主催：地区同和教育推進協議会

2019年 10月行事予定

日	月	火	水	木	金	土
29	30	1 かもがわ相談会 13:30 文化祭企画実行 委員会 19:00	2 きみがら人形① 13:30	3 遺族会役員会 14:00 体育部長会 19:30	4 地区集団健診 8:30 厚生部長会 19:30	5
6 ふれあい給食(三江) 9:00	7 なごもう会 13:30 民生児童委員定例会 19:00	8 市公民館長研修会 (灘手公)10:00 手芸教室 13:30 しゃぼん玉 13:30	9 きみがら人形② 13:30	10	11	12 水墨画書道教室 13:30
13 ぬのこ谷いきいき ウォーキング 10:00	14 体育の日	15	16 北谷囲碁クラブ13:00 生花教室 13:30 きみがら人形③ 13:30	17 食と健康③ 10:00	18 オープン粘土① 13:30	19
20 地区敬老会(グリーン スコーレ) 11:30	21 計画訪問 9:30 なごもう会 13:30	22 即位礼正殿の儀	23 地区福祉懇談会 19:00	24	25 久米中校区女性交流 会(鳥取市) 10:00	26 水墨画書道教室 13:30
27 ふれあい給食(森) 9:00	28	29	30 オープン粘土② 13:30	31	1 開運神社めぐり② (鳥取市)10:00	2

北谷地区集団健診

年に1回の地区集団健診です。この機会にぜひ受診ください。

日にち：**10月4日(金)**
 場所：北谷公民館
 健診受付時間：
午前8時30分～10時まで
 問合せ：倉吉市保健センター
 (☎26-5670)

健康診査	国民健康保険特定健診(40～74歳) 後期高齢者医療長寿健診(75歳以上)
がん検診	胃がん・肺がん・大腸がん 前立腺がん・肝炎ウイルス検診
物忘れ健診	無料
持ち物	保険証・受診券・自己負担金
その他	・全ての健診について保健センターに予約が必要です。 ・倉吉市健康診査、がん検診の手引きをご覧ください。 ・85歳以上の方は、受診券の申込みが必要です。
問合せ・申込み	倉吉市保健センター(☎26-5670)



保健だより COPDって、なにに?



「COPD」という言葉を聞かれたことはありますか？

COPDとは、慢性閉塞性肺疾患のことで、以前は「肺気腫」「慢性気管支炎」と呼ばれていたもののほとんどが含まれます。

COPDの最大の原因は「たばこ」です！たばこの煙を誘因とする有害物質を長期に吸入することで肺胞が壊れ、肺がスカスカになるような変化が生じ、肺の機能が低下する病気です。喫煙習慣を背景に中高年に発症する生活習慣病といえます。歩行時や階段昇降など、身体を動かした時に息切れを感じる労作時呼吸困難や慢性のせきやたんが特徴的な症状です。大規模な調査によると、患者数は530万人と推測されていますが、きちんと診断されている患者は26万人しかいません。生活習慣病と比べ、認知度が低く、重症化するまで気づかないことが特徴です。

一度壊れた肺胞は治療によって元に戻ることはありません。そのため、COPDは予防が大切です。このような症状がある場合は、早めに受診しましょう。

倉吉市保健センター 保健師

お願い

公民館利用後は、会場の片付けやモップ掛け等をお願いします。モップは、階段横の倉庫にあります。台拭きは、実習室のものをご利用ください。

(サークル)
和い輪い

10月のサークル活動は、北谷公民館事業「オープン粘土で小物づくり」に参加します。詳細は、表面をご覧ください。申込みをして下さい。

久米農村広場利用料の変更について

10月からの消費税増税に伴い、利用料が変更となります。詳しくは、事務局(北谷公民館内)へお問い合わせ下さい。

★入場料を徴収しない場合

午前 4時間以内	午後 4時間以内	1日 8時間以内	超過時間 1時間当たり
2,200円	2,200円	4,400円	660円

北谷公民館
 (事務所) 9時～17時
 TEL : (0858) 28-0969
 FAX : (0858) 28-6032
 mail : kokitada@ncn-k.net

11月予定

〈ふれあい給食〉
 ☆ 11月 7日(木) 志津
 ☆ 11月 17日(日) 尾田
 お世話になります。

〈なごもう会〉
 ☆ 11月 18日(月)
 お待ちしております。

9/18(水)
「高齢者交通安全講習会」

このたび高齢者の交通事故を防止するため講習会が開かれ、たくさんの方に参加して頂きました。その様子から皆さんの感心の高さが伺え、今後も地域の安全を見守る方々と一緒に啓発・防止策など情報を発信していきたいと思えます。

—地区振興協議会—



9/19(木)・24(火)
「ノルディックウォーキング教室」

運動の秋ということもあり2週連続でウォーキングを楽しみました。1回目は看護大学生さんも一緒に歩き地域の様子など知ってもらおう機会にもなりました。10月には地区のウォーキング大会があります。皆さんぜひご参加下さい。

—北谷公民館—



9/21(土)
「同推協現地研修会」

年に1回開催します現地研修会を今年度は小学校 PTAさんと合同で横谷地区を会場に開催しました。10月からはじまります町内学習会に向けて大変良い学びの場となりました。

—地区同和教育推進協議会—



日誌

公民館をご利用いただく際、使用日誌にご記入のほどよろしくお願い致します。また、土日祝日や平日夜間ご利用の場合は、事前に鍵の借用を公民館にてお願いします。

館報記事募集!!

掲載希望の記事などがございましたら、北谷公民館までご連絡下さい。お待ちしております!【原稿締切:毎月25日】