

UWANADA ★



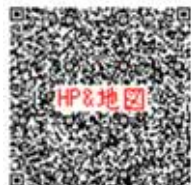
倉吉市上灘公民館

〒682-0811 倉吉市上灘町9-1番地

【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/>



健康講座

～あなたの健康寿命を延ばすには？～

介護を受けたり寝たきりになったりせず日常生活を送るためには何が必要なのか。ヒントになるお話しをしていただきます。

◆日 時…2月7日(木) 13:30～

◆場 所…上灘公民館・大会議室

◆テーマ…「健康寿命を延ばすために」

◆講 師…湯川医院

医院長 湯川 喜美 先生

主 催 上灘公民館



1月

1月のおもな行事予定 ・使用団体

5日	土	ピラティス教室	10:00
8日	火	上灘GG同好会	10:00
9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
		上灘老人クラブ(パットゲームスター)	13:30
10日	木	なごもう会	13:30
12日	土	打吹川柳会	11:00
15日	火	折り紙倶楽部 四季折折	10:00
16日	水	上灘皿まわし会	10:30
18日	金	ガラスアート同好会	13:30
19日	土	ピラティス教室	10:00
		倉吉博物館講座 「古記録に学び、記憶を伝えよう」	13:30
21日	月	心もからだもスッキリ健康塾	13:30
22日	火	老人クラブ研修部・男の料理教室	9:00
		上灘老人クラブ(パットゲームスター)	13:30
23日	水	給食サービス事業	9:00
24日	木	なごもう会	13:30
		自治公初館長会	18:00
25日	金	老人クラブ・体育部会	11:00
26日	土	みそづくり教室	9:00
		ピラティス教室	10:00
28日	月	心もからだもスッキリ健康塾	13:30

～地域の拠り所を目指して～

上灘公民館管理委員会
委員長 山口喜代美



新年あけましておめでとうございます。穏やかな新年をお迎えのことと存じます。昨年、大雪、命に係わる酷暑、台風、地震が次々と日本列島を襲い災害が多かった一年であり、昨年末の漢字は「災」でありました。今年は平穏で良き年でありますよう 心よりお祈り申し上げます。今、日本は少子高齢化により人口減少が続いています。倉吉市においても関金町と合併時より3千人から減少しています。この減少傾向は数十年続くものと推定されています。この人口減少により倉吉市においては行財政改革が検討され、この煽りを受け地区公民館において社会教育関係以外で何ができるのか検討されることとなり、指定管理予算が一年間となったことをお知らせします。(指定管理契約は今迄どおり5年間) 子どもから高齢者まで気軽に立ち寄れる公民館を目指すとともに、小学生5、6年生を対象に地域に愛着と誇りを豊かな人間関係の醸成が図られる次世代のリーダーの育成を図る講座を開くなど様々な活動をしています。地域の皆様に愛され笑顔溢れる公民館を目指すよう職員一同頑張る所存です。本年もよろしくお願いいたします。

≪ 団体活動日 ≫

- ▶ エアロビ教室…1月7・21・28日
- ▶ のびのびクラブ…1月8・15・22・29日
- ▶ 倉吉ダンスクラブ…1月9・11・16・18・23・25・30日
- ▶ ボディリセット…1月7・21・28日
- ▶ 朗読花みずき…1月7・10・17・21・24・28・31日
- ▶ 上灘めだか会…1月16・23日

～問われる公民館のあり方～

上灘公民館
館長 徳井 幸弘



新年あけましておめでとうございます。本年が、皆様にとりましてより良い年でありますように心よりお祈り申し上げます。尚、昨年の漢字には「災」が選ばれましたが、振り返って見れば、平成を通して東日本大震災をはじめとする本当に数多くの災害があり、平成は災害の時代と呼ばれるのかもしれませんが。さて、平成31年は、5月には譲位と改元が行われ、新しい時代へのスタートの年となりますが、「公民館のあり方」についても、再度見直しが検討されるようです。公民館は社会教育の地域拠点として施設整備され、その運営は地域密着型を目指して平成18年には倉吉市独自の指定管理者制度が導入されましたが、本年の指定更新では、指定期間5年を1年に短縮し、この1年で新たな制度設計を行う意向のようですが、皆が、地域における「公民館とは何ぞや」、そして「これからの公民館のあり方」を考える良い機会かも知れません。ただし、今後も、公民館の「集う、学ぶ、つなぐ」の理念の下で、「地域づくり、人づくり」の拠点としての上灘公民館であり続けるように皆様とともに歩んでいきたいと願いつつ、新年のご挨拶といたします。



昨年中は
大変お世話になりました
本年も何卒よろしく
お願い申し上げます
平成三十一年 元旦

倉吉市上灘公民館
主 館 長 徳井 幸弘
事 務 長 山本 越子
美 芳 幸
保 昭 弘
子



上灘地区人口集計

【10月末】		【11月末】	
世帯数	2,503 世帯	世帯数	2,506 世帯
人口	5,525 人	人口	5,512 人
男性	2,572 人	男性	2,561 人
女性	2,953 人	女性	2,951 人

年齢別人口	人数
0～14歳	778人
15～64歳	3,151人
65歳以上	1,583人

10%OFF 3日間限定
2日3日4日
昭和田 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^)/

11/15 笑って元気♪人権について考えて考えてみよう！をテーマに口演師の矢野大和さんのお話を聞きました。人間は人間から元気をもつという人間同士の付き合いから、面白おかしく話をされ、笑いの絶えない講演会と、林家なな子さんの落語で大いに盛りあがった講演会となりました。



11/17 6年後の開館予定の「県立美術館」の使い方・楽しみ方について、倉吉博物館・館長根鈴輝雄さんより上灘地区住民としての有効活用する方法を学びました。金沢の21世紀美術館での取り組み状況など、作品鑑賞だけでなく、ミニコンサートや朗読会など幅広い活用を考える良い機会となりました。



11/25 大人のクリスマスパーティーとして、灘手地区の方との交流会を灘手公民館に出向きおこないました。1ヶ月早いクリスマスでしたが、バンド演奏から始まり、マジックショーで盛り上がり、参加者が全員が準備したクリスマスプレゼントの交換など楽しいひと時を過ごしました。



12/6 「冬のくらしのこんな展」～家の中での転倒予防～と題し、健康づくりの講演会を開催しました。訪問リハビリテーションしみず理学療法士平林美里先生に、転ばない秘訣や転倒予防対策について分かりやすくお話をいただきました。



12/8 第30回目を迎えた「倉吉市公民館まつり」が開催され、13地区の力作を展示した作品展示があり、最終日には舞台発表が行われました。上灘からは、『うわなだ合唱隊』がトリを飾り、「虹」と「サンタが町にやってくる」を美しいハーモニーで熱唱し、喝采を浴びました。



12/19 年末の大掃除で、館内隅々まできれいにさせていただき、終了後に消防訓練をしました。消火器を使っての消火訓練やスモークマシンで煙充滿状態の体験をし、対処法などを学びました。防災意識を高める良い機会となりました。



子育て総合支援センターだより

(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

🌻 1月のご案内 🌻



- ☆ 8日(火) 『身体測定』が10:00～11:00、15:00～15:30にあります。
- ☆ 9日(水) おはなしグループ「がらがらどん」のお話会があります。『身体測定』が15:00～15:30にあります。(身体測定の日に“おひるねアート”もしています)
- ☆ 24日(木) ☆アロマ de スッキリリラックス☆時間:10:30～11:30 対象:未就学の子どもの保護者(20組程度) 講師:日本アロマ環境協会認定アロマセラピーインストラクター 水谷 由美子さん 予約が必要です。託児が必要な方はお申込み下さい。 ※ただし人数に制限があります。 ※フェイスタオル2枚をご持参下さい。
- ☆『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。



○10月28日(水)にHui Hula Linolino (フイフラ リノリノ)の河本 高枝さんを講師に「笑顔 de ハッピーフラダンス」を開催しました。心地よいハワイアン音楽に合わせて、笑顔いっぱいフラダンスを楽しめました。



※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。

倉吉博物館講座⑦

古記録に学び、記憶を伝えよう

地域の習慣や文化は、長年に渡って先人が築いてきた財産です。その大切な遺産を「市史」や「地域史」に学ぶとともに、今を生きる私たちも身近な出来事を後世に伝えていくことが必要です。中部地震以降、家屋の解体が進み市街地の様相も変化しています。皆さんの「記憶」を地図に書き込み、「記録」として残していきましょう。

申し込み・参加費不要

*日時:1月19日(土)午後1時30分～3時 *場所:上灘公民館 *講師:倉吉博物館・館長 根鈴 輝雄 氏

上灘小学校より

ふるさとに誇りと愛着を…菜の花プロジェクト進行中!

12月8日(土)に成徳公民館で倉吉市菜の花プロジェクト報告会が行われました。上灘小学校からも7人の5年生が参加し、校区保育園年長児さんとのプランターへの菜の花の種まきの様子や菜の花ロードでの地域の方との種まきの様子についてしっかりと発表しました。参加した7人は、「他校の取組がとても参考になった」、「上灘小でもやってみようというものもあった」と話していました。さらに、「菜の花ロードに草が生えてしまっているのが気になる、何とかしたい」と、ボランティアを呼びかけて草取りをすることになりました。12月20日(木)に5年生が菜の花ロードの草取りをして、そこにプランターから間引いた菜の花の苗を植えました。マルチシートを使って昨春大きな菜の花を咲かせた6年生に続き、5年生もしっかりと活動を受け継いでいます。菜の花ロードの菜の花、そして中庭にしているプランターの菜の花も順調に育っており、春が楽しみです。



ペットボトルキャップ回収の終了について

公民館では、長年ペットボトルのキャップ回収を呼びかけ、リサイクルに貢献していましたが、1月より回収が行われなくなり、回収を終了する事となりました。これまで、ご協力いただきました事 厚くお礼申し上げます。

打吹川柳

「楽園」

只今と帰る我が家は百ワット
童謡を歌えば心パラダイス
幸せであればどこでも楽園だ
小鳥鳴き寝転ぶ芝生楽園だ

「センス」

振り向けば後ろ姿も美しい
年寄りもセンスよければ若く見え
いけんでセンスが有るも金が無い
狭い家あちこちセンスの見せどころ

「結ぶ」

ゆく年とくる年結ぶ除夜の鐘
世界中結んでほしい平和の手
御歳暮には思いをのせた花結び



野口 節子
田中紀美恵
湯本 貴恵
石湯久芽代
堂満 岳人
西田 滋
福井 清
鈴木たけ代
青島 泰山
酒井芙美子
岡崎美知江