

# 9月行事・利用予定

						土
						1
2	3	4	5	6	7	8
	くらぶ悠遊友定例会9:30	なごもう会 バットゲ-ムスタ-教室 (ゆずりはの会) 9:30	いきいき健康クラブ13:30	民踊教室13:30 定期館長会19:00	くらそうサロン 上北条地区サロン対抗 バットゲームター大会	民生児童委員定例会9:30 手芸教室13:30 新田町内学習会 下古川町内学習会 大塚町内学習会
9	10	11	12	13	14	15
		シルエットアート教室10:00 ジャズ体操同好会13:30	ふれあい給食の日 寺子屋川柳教室13:30	水墨画同好会13:30	民踊教室13:30 古川沢町内学習会 パッチワーク教室13:30	
高校生マナーアップさわやか運動9/11~14						
16	17	18	19	20	21	22
運動会準備会8:00	敬老の日	なごもう会 バットゲ-ムスタ-教室 (ゆずりはの会) 9:30 手芸教室13:30 助六会18:00	いきいき健康クラブ13:30	主事研修会(体育センター)	くらそうサロン まちの保健室	百八会13:30
23	24	25	26	27	28	29
秋分の日 地区大運動会 開会式9:00	振替休日	シルエットアート教室10:00 ジャズ体操同好会13:30	ふれあい給食の日 寺子屋川柳教室(看護大交流会)	水墨画同好会13:30 河北中学校2年生職場体験9/26~28	パッチワーク教室13:30 体力づくり振興会全体反省会9:00	避難所宿泊体験 (小学校体育館)
秋の全国交通安全運動9/21~30						
30	10/1	10/2	10/3	10/4	10/5	10/6
避難所宿泊体験		なごもう会		センターまつり搬入10:00 定期館長会19:00		

## 寺子屋川柳会

旬会 平成30年8月8日

宿題 「裂く」「ジャンプ」・自由吟

- ・引力に負けじとジャンプ老いの道
- ・水撒けば飛び跳ね踊る青蛙
- ・炎天下打ち水空しすぐ乾く
- ・昨日とは微妙に違う空の雲
- ・人の道まっすぐ見えぬ金バッジ
- ・「まず俺だ」その一言が仲を裂く
- ・滝の前ためらう鯉はちょいメタボ
- ・星取県星をつかんだハイジャンプ
- ・百歳までホップステップジャンプする
- ・引き裂かれそれでも人は生きていく
- ・満月が迫るとジャンプしたくなる
- ・ジャンプしていいかと膝に聞いてみる

開催日 9月12日(水) 13:30~  
宿題 「捨てる」「星座」・自由吟



\*毎週木曜日 << ノルディックウォーク >>  
集合時間・場所/9:00・上北条公民館玄関前  
9月になり、これからどんどん「秋」の風景に変わっていきます。  
ウォーキングしながら、移りゆく季節を感じませんか?  
気軽にご参加ください。(貸しボールあります。)

主催/上北条ゴルフクラブ

### 上北条ゴルフコンペのご案内

平成30年度第2回上北条ゴルフコンペを下記の日程で開催します。さわやかな秋晴れのもと、爽快なプレーを楽しみましょう。  
多くの皆様のご参加をお待ちしています。

【期 日】平成30年10月22日(月)  
【会 場】奥津ゴルフ倶楽部  
【申込先】・生田正範(090-6405-1992)  
・徳田政道(090-1189-9350)  
・森 一正(090-7994-6315)

9/30(日)までに、上記のいずれかへお願いします。  
※詳細については、参加者決定後に別途お知らせします。



代表 生田正範

倉吉市上北条公民館  
〒682-0003 鳥取県倉吉市新田422-1  
TEL (0858) 26-1763  
FAX (0858) 26-3515  
E-mail kokamiho@ncn-k.net  
開館 月~金 9:00~17:00  
(祝祭日・盆・年末年始を除く)  
公民館の利用 9:00~22:00

# 上北条

<公民館だより>

平成30年9月1日 第366号  
しあわせいっぱい ふるさと上北条  
上北条の人口 2,467人(2,467人)  
男 1,153人/女 1,314人  
14歳未満 323人/65歳以上 766人  
世帯数 1,005 (1,003)  
<平成30年7月末現在>

主催/上北条住民体力づくり振興会 共催/上北条地区自治公民館協議会：上北条公民館

## 第40回ソフトボール大会

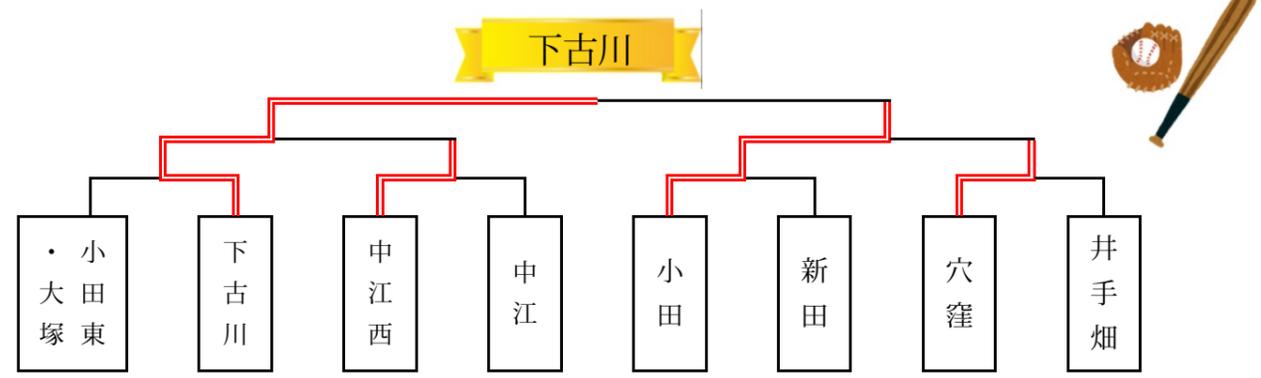
8月12日(日)  
倉吉総合産業高等学校  
グラウンド 他

今年の出場は8チームでした。  
全自治公のチームが出場出来ないことはとても残念ですが、運営委員さんたちも日程など毎年協議され、できるかぎり多くの人に参加してもらえようと考えてられました。  
そんな話し合いの中で、人数が足りないチームは合同チームを結成して出場できるようになりました。



地区の交流の場である体育事業なので人数が足りなくても、ぜひ参加したいとのことで、今年初めて小田東と大塚の”合同チーム”が結成され、参加されたことは今後にも繋がっていくと感じました。

今年、優勝したのは「下古川チーム」です☆  
10月8日(月)体育の日には倉吉市民体育大会ソフトボール競技の部が開催され、下古川チームの皆さんが上北条地区代表として出場されます。みんなで応援しましょう!



大会運営委員、スポーツ推進委員のみなさまお疲れ様でした。

主催/上北条住民体力づくり振興会 共催/上北条地区自治公民館協議会：上北条公民館

### 平成30年上北条地区大運動会

【日時】9月23日(日) 開会式9:00  
【会場】上北条小学校グラウンド  
※準備会9月16日(日) 8:00

詳細は、各自治公の体育部長さんに問い合わせてください。

プログラムは  
全戸配布しています



## 陶芸教室 (2期)

初心者の方の受講もお待ちしています。 (^o^)/

[作陶] 日にち **①9/20 ②9/27 ③10/4 ④10/11 (毎週木曜日)**  
 時間 13:00~17:00  
 場所 伯耆しあわせの郷陶芸工房  
 参加費 実費 (教室使用料500円程度、土代100円/kg、焼成代)  
 講師 山本 悠さん  
 募集人員 10名程度 (定員になり次第締め切ります。)  
 準備する物 エプロン、タオル、板、ビニール袋、布きれ

募集



[素焼・釉薬] 11/1、[本焼] 11/20を予定しています。※ここから作業場所は、山本先生宅になります。

☆申し込み、お問い合わせは上北条公民館26-1763まで。(締切9/13)

## 君もゲームリーダーだ!

今年度も上北条ゲームリーダー養成講座が始まりました。まずは、大切な"アナログゲームリーダー"になる勉強です。アナログゲームマスターのお話をよく聞き、大事な要件を学びます。ここで、アナログゲームリーダーになった17名が活動していきます。

7月23日(月)



## それいけ!リーダーさん!! goおがも

"アナログゲームリーダー"として『アナログゲームであそぼう☆』を開催するため、おがもさんさん児童クラブさんへおじゃましました☆楽しんでもらうために、ゲームの内容が分かる様に伝えたり、スムーズな進行をするよう心がけて行動します。そのためには、相手のことを考え、思いやる気持ちが必要です。初めて会う他地区の児童を相手に力を発揮するこの事業は、上北条ゲームリーダーとして活動していくための大事な経験だと考えています。

8月23日(木)  
さんさんプラザ倉吉



夏休み親子食育教室

## ~郷土料理を作ってみよう~

今年も夏休みを利用して「親子食育教室を」開催しました。郷土料理を作ってみよう、をテーマに、どんどろけめしに挑戦!最大の難関はとにかく具材を細かく切ること。包丁に慣れている子もそうでない子も食改さんに教わりながら一生懸命にきざみしました。ゴボウのささがきにもチャレンジしました。どんどろけめしの名前の由来にもなっているように、豆腐を炒める音が「どんどろけ〜♪、って聞こえたかな?



8月9日(木)



心配ごと、悩みごとを  
ひとりで抱えていませんか?  
あなたの近くにも民生委員・児童委員がいます。



・7月25日因伯子供学園に行き視察研修しました。施設の現状、児童虐待、知的・発達障害、母子家庭、父子家庭、両親無し、生活保護。勉強し今後の活動にいかします。

## くらすサロン

9月の開催日のご案内

7日(金)、21日(金)



## 『まちの保健室』のご案内

学校の保健室のように、だれでも気軽に立ち寄って、自分の健康について、振り返ったり、相談したりできる場所です。ミニ講話は、生活に役立つ内容のお話です♪

[日時] 9月21日(金) 13:30~15:30  
[会場] 上北条公民館 和室  
[内容] ミニ講話『ユマニチュード』、健康相談、  
血圧・身長・体重、骨密度、体脂肪測定  
※無料、予約不要です。

## 社会を明るくする運動募金へのご協力ありがとうございました。

地域の皆さん・各企業・倉吉総合産業高等学校と上北条小学校・上北条保育園の先生方などから募金240,892円、ハガキ148枚が集まりました。

募金は鳥取県更生保護観察協会へ届けられ「鳥取産会(更生保護施設)更生保護協力雇用主・保護司会・更生保護女性会など「立ち直り支援」や「犯罪防止活動」に使われます。ハガキは小学校生徒さんに届け、地域との交流に使って頂きます。私たち上北条支部会員18人は、小中学生・高校生との「あいさつ運動」や上北条まつりなど地域活動に参加していきたいと思っています。

これからもご協力よろしくお願ひします。 支部長 生田百合子



## 保健センターだより 9月はがん征圧月間です

がん征圧のために日常生活でできることが、「がんを防ぐための新12か条」(がん研究振興財団)に公開されています。

- 【第1条】 たばこは吸わない
- 【第2条】 他人のたばこの煙をできるだけ避ける
- 【第3条】 お酒はほどほどに
- 【第4条】 バランスのとれた食生活を
- 【第5条】 塩辛い食品は控えめに
- 【第6条】 野菜や果物は不足にならないように
- 【第7条】 適度に運動
- 【第8条】 適切な体重維持
- 【第9条】 ウイルスや細菌の感染予防と治療
- 【第10条】 定期的ながん検診を
- 【第11条】 身体の異常に気がついたら、すぐに受診を
- 【第12条】 正しいがん情報でがんを知ることから

がん征圧月間に、上記12か条に合わせて、ライフスタイルを見直していきましょう。



## ふれあい給食の日

9月12日(水)・9月26日(水)

第2, 第4水曜日

—上北条地区社会福祉協議会— ふれあい給食サービス事業

## 今月の☆床の間☆

毎月、水墨画同好会のみなさんの作品を展示しています。ぜひご覧ください。

「春夏秋冬」  
奥田 昇さん



## 『中部地区パットゲームスター交流大会』のご案内

親睦を目的とした交流大会が開催されます。上北条地区にも多くの愛好者がおられますので、ゆずりはの会で地区の取りまとめすることにしました。ぜひ、気軽に参加してみてください。

[日時] 10月6日(土) 9:30~12:00  
[会場] 倉吉体育文化会館 体育館  
[内容] 個人戦(2ゲーム18Hの合計打数)  
[参加料] 500円(スポーツ保険代を含む)

※申込は9月18日(火)までに☎26-1763(上北条公民館)まで