

- 大正琴教室 13:30～
- ✂ 手芸教室 13:00～
- ◎ 給食サービス
- 館 館報編集委員会 9:30～
- 🌸 レインボークラブ 13:30～
- ♪ うたともクラブ 13:30～
- ✂ 舞踊教室 19:30～
- 😊 なごもう会 10:00～
- 👤 老人クラブ役員会 13:30～
- ☀ 住民スポーツの日

日	月	火	水	木	金	土
		1 ◎ □	2 ✂	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日
6	7 ♪	8 □ ・地区振常任委員会 19:30～	9 😊 ✂ ・管理委員会研修会・総会 19:00～	10 ☀	11 ・民協定例会 19:00～	12 🤖 ・ハ・パ・テ・ドレ・シヨ 10:00～ ・敬老会準備 13:00～
13 ✂ ・地区敬老会 10:00～	14	15 ◎	16	17 ☀	18	19
20	21	22	23 😊 ✂	24 館 ☀	25 ・社協理事会 19:30～	26 土曜授業 ・防災訓練 9:30～
27	28	29 ・定例館長会 19:30～	30	31 ☀		

*** 学校開放及びスポーツ推進委員からのお知らせ ***

5月より、毎週木曜日を住民スポーツの日とします。
 第1・3木曜日はウォーキング、第2・4木曜日はファミリーバドミントンを行います。中止の場合は防災無線でお知らせします。
 ※ただし5月の第1木曜日は中止し、第5木曜日に開催します。

今夜の一品

食生活改善推進員さんより 時短! 簡単! 美味しい! ヘルシーメニューのご紹介です!

おからのドーナツ (4人分)

<材料>

- おから 50グラム
- 米粉 60グラム
- ベーキングパウダー 4グラム
- 砂糖 20グラム
- 豆乳 大さじ3 (45ml)
- 揚げ油 適量
- グラニュー糖 小さじ2 (8グラム)

<作り方>

- ① ボールに、米粉、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳を混ぜる。
- ② ①に、おからを入れてよく混ぜる。
- ③ 1人3個になるように丸めて、170℃の油で揚げる。
- ④ 最後にグラニュー糖をふりかける。

灘手公民館 だより

平成30年5月発行No.386 発行元：倉吉市灘手公民館
 住所：倉吉市尾原 500 電話：0858-22-5401
 FAX：0858-23-6021 メール：konadate@ncn-k.net

灘手公民館

検索

携帯電話からも見られます

公民館・地域の情報満載! 灘手公民館ブログ
<http://konadate.blog13.fc2.com/>



Twitter
Facebook

ツイッターアカウント「konadate」フォローよろしくお願いします。はじめました。こちらもよろしく。

事業報告!

灘手公民館研究指定事業 NSB(ナダテ ソウル フラガース)

フーフーン おお〜〜 浮いた 浮いたあ〜
 ヒュー グルグル あれえどっちに動かしたらええだいな。
 パチーン ガチャガチャ うわー落ちた落ちた。



4月7日(土)灘手小学校体育館にて、ドローンの勉強&体験会を開催しました。

トイ・ドローン(200g未満)は壁にあたって落ちてても簡単に壊れませんでした。

既に様々な分野で使われているドローンがどんなものなのか、最低限のルールとマナーを勉強したあと実際に皆で飛ばしてみました。飛行物体を操縦するのはほとんどの人が初めてのこと。大人も童心に帰る楽しいひと時でした。

NSB運営委員長 福田 公一

こりゃあ〜 ええがなあ〜



主催：灘手公民館

「ポンポンパッ!」とリズムよく♪

4月22日(日)一日限定の子ども向けの陸上教室を開催しました。講師は鳥取県陸上競技協会普及部員の隅坂先生、谷岡先生にお世話になり、正しい走り方、速く走るコツを教わりました。低学年と高学年に分かれ、ハードルやラダーを使っていろいろな動きの練習をしました。

参加してくれた子供たちの感想は「ラダーでする練習が楽しかった。」「いろんな先生に教わるのができて良かった。」と笑顔で話してくれました。きっと、運動会や陸上大会では成果が出るんじゃないかな〜・・・(^ ^)/



低学年は「ラダー」を使って



高学年は「ハードル」をリズムよく

バドミントン・グラウンドゴルフ大会 結果報告 灘手体育振興会

4月15日に開催された大会の結果です。～多数の参加・応援ありがとうございました～

- ★バドミントン★ 団体 優勝：津原 準優勝：別所
- 男子W 優勝：安藤陽一・森田俊之(穴沢)
- 女子W 優勝：美田千璃・美田千慧(津原)
- ミックスW 優勝：石川秀和・石川真由美(尾原)



★グラウンドゴルフ★ 優勝：別所 準優勝：北面

たくさんのご参加、ありがとうございました。

イベント・講座のお知らせ

お知らせ

主催: 灘手公民館管理委員会

灘手公民館管理委員会研修会

日時: 5月9日(水)
19:00~20:00



会場: 灘手公民館 大会議室
テーマ: 「地区公と自治公のちがいについて」
~地域づくりと地区公民館の役割~

講師: 小鴨公民館管理委員会
委員長 波田野 頌二郎 氏

※研修会終了後、総会を開催いたします

敬老会

主催: 灘手自治公民館協議会

平成30年度 灘手地区敬老会

日時: 5月13日(日) 10:00~

灘手地区の対象者(75歳以上)は224名です。
今年度の新会員さんは、昭和18年生まれ
(男性4名、女性5名、合計9名)の方です。
皆様、お誘い合わせのうえご参加ください。



おじいちゃん、おばあちゃん、ず~と元気でね!

保健センター・保育園より

特定健診に見る健康課題

40歳から74歳までの方を対象に、生活習慣病予防を目的として義務付けられている健康診査を「特定健診」といいます。

生活習慣病は、日本人の死亡原因の約6割をも占めており、この健診により生活習慣病の予防・早期発見が可能になります。

私たちが暮らす中部圏域では、他圏域に比べ、高血圧の方が多く傾向にあります。食生活・食文化・ライフスタイルの特徴が、健診結果に反映されています。

この特徴は、鳥取県の全体的な傾向です。特定健診を受けることであなた自身の身体状況・健康状況をチェックしていきましょう。

倉吉市 保健師



母の日

主催: 灘手公民館

親子で参加されませんか~
ペーパーデコレーションのティッシュケース作り

日時: 5月12日(土)
10:00~



場所: 灘手公民館
対象: 親子または大人(子供のみは要相談)
講師: 岡村 真由美さん
(鳥取市ものづくりアドバイザー)
参加費: 1,500円
定員: 15組(先着順)
申込み・問い合わせ先
灘手公民館22-05401まで

お知らせ

主催: 灘手公民館・灘手小学校

みんなで防災訓練

~いざという時のために~

日時: 5月26日(土)
9:30~11:30

場所: 灘手小学校体育館
内容: 灘手地区合同避難訓練
災害グッズの展示・説明
非常食試食・引渡し訓練など
対象: 小学校・保護者・地区住民



灘手保育園より

4月11日に、新入児歓迎会をしました。年長児が司会をし、インタビューやプレゼント渡し、縄跳びを音楽に合わせて跳んで見せてくれました。そして最後にはみんなでミックスジュース(仲良し遊び)を楽しみました。しっかりと大きな声でリードしてくれました。5月には3名入所予定でだんだん賑やかになります。職員は、ほぼ昨年同様のメンバーで子ども達と一緒に日々楽しく過ごしていきたいと思えます。



地域の方々には行事等でいろいろとお世話になります。ありがとうございます。

あんばい
~じげの塩梅な話~

尾原の伯尾山のことなど

四王寺山の周辺は、良質な陶土により、江戸時代中期から窯が作られてきました。宝暦年間(1751)から明治初年(1868)まで、上神の土器谷で肥前の国(佐賀県)の陶工和三郎が来て開窯したと上神焼きの由来にあるそうですが、多くは明治以降です。

尾原には、伯尾山(1844~1863)、伯州尾山窯(1863~1878)がありました。伯尾山は、倉吉の豪商山形屋兵三郎の子、晋左山が京での茶修行を経て、陶工を連れて帰り、尾原に窯を開きました。

窯で焼かれる京焼の茶碗は白化粧掛けの素地に絵付けされた美しいものです。これは、伯州尾山、上神の亀玉山、伯面山へと引き継がれていきました。とても高価で骨董店に出ています。

皆さん、ゴールデンウィークに家の中を探してみませんか。

※山形屋には文化10年(1814)伊能忠敬が全国測量行脚の時、本陣として宿泊しました。

歴史講座運営委員

うちのお宝?

byミギワン



松井館長のつぶやき。

新年度が始まり、保育園・小学校・中学校も新しい友達が入園・入学して早一ヶ月たちました。

私達公民館も新年度を迎え各種の総会の準備などに追われていますが、各団体色々新しい企画を考えておられるようです。

その企画力・行動力に頭が下がります。それを皆さんが応援し参加して盛り上げて行きましょう。

「生き残るのは強い者でも、賢い者でもない。変化に対応できる者である」(ダーウィン)



市社協ミニギャラリー

灘手地区のサロンの様子やサロンで作った作品展を市社協のロビーにて開催します。

お近くに行かれた際には是非、お立ち寄りくださいませ。

【展示期間】

5月7日~(予定)
朝8:30~17:00

【会場】

倉吉市社会福祉協議会
1階ロビー

