

地区大運動会

※日にち：9月16日(日)
 ※開会：8時30分
 ※場所：久米農村広場 雨天中止

※詳しくは、配布しておりますプログラムをご覧ください。

今年度は、自治公民館協議会 体育部長会及び館長会で協議を重ね、プログラムを検討し半日開催といたしました。時間は短くなりましたが、その分、1つ1つの競技を全力で力いっぱい楽しみましょう！

※7月29日に予定しておりました球技大会は、猛暑による熱中症が懸念されるため中止になりました。

プログラム

- ① 安全運転
- ② キックボール
- ③ 自治公対抗リレー (予選)
- ④ 食道楽リレー
- ⑤ ちびっこあつまれ
- ⑥ 綱引き
- ⑦ 輪投げ競争
- ⑧ 満水競争
- ⑨ 自治公対抗リレー (決勝)



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(木)
 場所：北谷公民館
 健診受付時間：午前8時～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) 一般健診
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 子宮がん・乳がん
物忘れ健診	9時から健診終了時間まで (無料)
持ち物	保険証・受診券・自己負担金
その他	・胃・子宮・乳がん検診は予約が必要です。 ・倉吉市健康診査の手続きをご覧ください。 ・転入された方・85歳以上の方は、受診券の申込みが必要です。

12ヶ月連続企画
 コラム
 SEASON2

北谷のあれこれ! 「北谷の神社5」

中野と悴谷の入口、県道沿いに鎮座する中野神社は、古くは瀬森大明神と呼ばれ、地元の産土神としてあがめられてきました。明治初年中野神社と改称され、大正5年に山長神社に合祀されるも、戦後旧社地に奉還され、昭和53年現在地に再興されました。祭神は、水の神の「瀬織津姫神」と稲の精霊である「倉稲魂神」、そして占の祖神とされる「日智理神」の三柱です。もともと、この地は長谷川と悴谷川が北谷川本流に合流する地で、多くの水害があったとされるも、中野神社を祀ったところ「瀬織津姫神」のおかげか、その後難を免れたと伝えられています。境内には、これも水を祀る、竿部分に「金毘羅宮」と彫られた金毘羅灯籠があります。中野神社は、水の神様に守られた、氏神様です。

北谷公民館長 森下哲哉



西日本豪雨災害 (平成30年7月豪雨) 募金のお礼

ぬのこまつりの際、皆様に募金して頂いた **4,391円**は、倉吉市自治公民館連合会を通して日本赤十字社へ寄付いたしました。ご協力ありがとうございました。

— 北谷地区振興協議会 —

更生保護女性会からのお礼

7月1日～31日までの社会を明るくする運動期間中、更生保護女性会会員が寄付をお願いに回りました結果、**111,700円**の善意をいただきました。ありがとうございました。皆様のご善意は、鳥取県更生保護女性連盟を通じて、更生保護活動に役立てられます。本当にありがとうございました。これからも、更生保護の活動にご理解とご協力をお願いします。

「秋の全国交通安全運動」

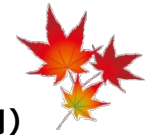


期間：9月21日(金)～30日(日)

各種事業ご案内・参加者募集

らくが「絵てがみ風楽描き教室」

第3回 テーマ：「秋」
 日時：9月10日(月) 9時30分～
 場所：北谷公民館 (主催)
 講師：大窪逸子さん
 ご持参：書きたい題材、黒の筆ペン
 申込み：不要



伝統文化を体感しよう

「はこた人形作り」

日時：①9月28日(金)
 ②10月5日(金)
 ③10月12日(金)
 ①～③▶13時30分～ (1時間程度)
 ※3回の工程に分けて作成します。
 場所：北谷公民館 (主催)
 講師：倉吉はこた人形工房さん
 ご持参：参加費500円、エプロン
 申込み：9月18日(火)までに北谷公民館へ (☎28-0969)



北谷地区同和教育推進協議会「現地研修会」

日時：9月30日(日) 10時～11時30分
 場所：あたごふれあい人権文化センター
 テーマ：「歴史から見る、人権を通した町づくり」
 日程：①集合/出発 9時40分 (北谷公民館)
 ②現地研修 10時～11時30分
 申込み：9月19日(水)までに事務局へ (☎28-0969)

主催：地区同推協、同推員連絡会
 文化部長会、北谷公民館

研究指定事業 めのこ谷楽級①

「認知症サポーターになろう」～絵本から学ぶ～

めのこ谷楽級3年目は“生きがい探し”がテーマです。皆勤賞を目指して、一緒に勉強していきましょう！1時間目は認知症についての正しい知識を学びます。受講者にはオレンジリングが授与されます。

日時：9月21日(金) 9時30分～
 場所：北谷公民館 (主催)
 ★詳しくは、チラシをご覧ください。

第2回 「開運神社めぐり」

日時：10月19日(金)
 集合/出発▶9時40分
 閉会▶15時頃

集合場所：北谷公民館
 参加費：昼食代1,400円
 申込み：10月9日(火)までに北谷公民館へ (☎28-0969)



日程

- ① 山長神社 (森)
- ② 豊栄神社 (琴浦町勝田)
★ランチ (日吉津村のごはん屋)
- ③ 富益神社 (米子市富益町)
- ④ 福積神社 (福積)
★マイクロバスで向かいます

「ノルディックウォーキング教室」 運動の秋を一緒に楽しみませんか♪

1回目 10月3日(水) 13時30分～
 コース：(関金) 旧倉吉線跡【約3キロ】
 ※マイクロバスでスタート地点へ向かいます
 申込み：9月21日(金)までに北谷公へ

2回目 10月10日(水) 13時30分～
 コース：中野～つつじヶ丘～藤井谷～中野【約9キロ】
 集合：正応寺駐車場 (中野) ※現地集合
 申込み：10月3日(水)までに北谷公へ

★水分・タオル・動きやすい服装・靴のご準備をお願いします。

公民館だより

第411号
 北谷公民館
 Tel:28-0969 Fax:28-6032
 e-mail:kokitada@ncn-k.net
 平成30年9月



北谷地区住民記録

平成30年7月末現在

世帯数	545
総数	1,344
男性	655
女性	689
0～14歳	131
15～64歳	644
65歳以上	569

倉吉市ホームページ
 自治公民館別・住民記録より

2018年

9月行事予定

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	31	1
2 ふれあい給食(中野) 9:00	3 なごもう会 13:30 社協理事会 13:30 きみがら人形材料準備 13:30	4 体育部3役会 19:00 土木交通部長会 19:30	5 老人クラブ役員会 13:30	6 体育部長会 19:30	7 民生児童委員協議会 19:30	8 水墨画書道教室 13:30
9 体育部草刈り(農村広場) 7:00	10 絵てがみ教室③ 9:30	11 手芸教室 13:30	12	13 久米中校区交流会(社公) 13:30	14 市民館長研修会 15:00	15
16 地区大運動会(農村広場) 8:30	17 敬老の日	18	19 北谷囲碁クラブ 13:00 生花教室 13:30 いきいきウォーキング企画実行委員会 19:30	20 ふれあい給食(志津) 9:00 市民館主事研修会(かまぼこ体育館) 9:30	21 ぬのこ谷楽級① 9:30	22 水墨画書道教室 13:30
23 秋分の日 同推協現地研修会(上小鴨) 9:40集合 30	24 振替休日	25 健康づくり推進委員会 19:30	26 看護大学まちの保健室 10:00	27	28 はこた人形教室 13:30	29



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。

倉吉市保健センター (☎26-5670)

8/8(水)「スイーツ教室②」

2回目のスイーツ教室はお盆に先駆けて涼しげで、おもてなしにもピッタリな寒天スイーツを作りました。寒天の健康パワーについてや歴史なども合わせて学ぶなど、内容の濃い時間となりました。レシピは公民館にありますのでお気軽にお問合せ下さい。— 北谷公民館 —



- ①寒天のくずもち風
- ②コーヒーと餡子の羊羹
- ③泡あわコーヒーゼリー
- ④餡子玉

8/11(土)「第16回 じげの川で遊ぶ」

今年も元気にじげの川で遊ぶを開催しました。嬉しいことに山の日の開催が定着し、200名近くのご参加をいただき、北谷川でつかみ取りした川魚を老人クラブと看護大学の生徒さんに炭火で焼いてもらって、みんなで美味しくいただきました。



開催にあたり、河川整備から当日の運営まで沢山の方にお世話になりました。ありがとうございました。



靴の忘れ物

北谷公民館で預かっています。お心当たりのある方は、ご一報ください。【靴3足】



(物作りサークル)

和い輪い

日時: 9月3日(月) 13時30分

会場: 北谷公民館
内容: * きみがら人形材料準備の手伝い
* 茶話会

平成30年度 心も体も元気になる講演会

「家族で取組む睡眠の問題」

～しっかり眠って元気な子～

日時: 9月19日(水) 19時～20時30分

場所: 倉吉交流プラザ

講師: 公益財団法人神経研究所睡眠健康推進機構

大川匡子 機構長

定員: 120名

申込み・問合せ先

倉吉市保健センター (☎26-5670)



- ★参加費無料
- ★申込み必要

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



10月予定



〈ふれあい給食〉

- ☆ 10月7日(日) 三 江
 - ☆ 10月28日(日) 森
- お世話になります。

〈なごもう会〉

- ☆ 10月1日(月)
 - ☆ 10月15日(月)
- お待ちしております。

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いたします。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】