

「ふれあい給食」は今!

上井地区では、90食



工夫された献立。調理風景

月2回、ひとり暮らしのお年寄りの方に「ふれあい給食」が届けられます。41名の「給食ボランティア」の協力で調理されたお弁当は、各町内ごとの「配送ボランティア」によって届けられています。調理・配送する人の思いを伝えます。

給食ボランティア41名。
2班に分かれ
月1回当番

町内毎に決められた
配送係(地区で50名)
が配送

上井地区の「ふれあい給食」は、昨年は97食・今年度は90食です。ところで、各町内ごとに決められる配送員の確保が、様々な事情で苦慮している事情が影響しているようで、その対策が緊急の課題と思われます。(編集委員会)

給食ボランティアの声

- ▽「大変な時、事もありますが食べて下さる方の気持ちになって心を込めてお弁当作りをしたいと思います」
- ▽「待つておられる方に少しでも喜んで貰えるようこれからも頑張っていきたいです」
- ▽「季節感を出すように食材に気配りして、献立を立てます。お弁当を楽しみに待っていて下さればうれしいし、作りがいがあります」

配送ボランティアの声

- ▽「給食弁当を配送する時に、お年寄りの方から、『いつもありがとうございます。ご苦労様です』と声をかけていただき、自分自身も嬉しい気持ちになり、ボランティアというよりも、楽しみながら配送しています」
- ▽「自分自身が、皆さんのために何か出来ること出来ないか?という気持ちになりボランティアに参加しています。同じ町内での助け合いが必要だと思っています」

上井地区の敬老会で、254名が交流

笑 顔 い つ ぱ い

新たに72名を加えた地区全体の該当者は、960名。そのうち254名が出席して、芸能発表を鑑賞の後、お昼の懇談会。和やかな交流が広がりました。

6月24日(日)、午前10時からセントパレス倉吉で地区敬老会が開催されました。記念式典では石田市長の挨拶があり、上井地区自治公民館協議会の生田会長より新会員に記念品が贈呈されました。そして、約1時間に及ぶ芸能発表で会場は楽しい雰囲気になりました。トップバッターは、上井保育園の園児たち。歌



YMCA S

と傘踊り。その元気なかけ声が一気に会場を盛り上げました。

続いて、河北中学校の吹奏楽部24名による演奏でした。黒いTシャツに「河北」の文字を染め抜いたユニフォーム姿でリズムカルに「YMCA」を演奏。それに合わせて会場全体が「YMCA」の合唱(写真左下)。

ト리는、〈のぞみバンド〉のレベルの高いサクソとピアノによる演奏でした。情感いっぱいの「川の流れるように」の演奏が流れ、会場全体を引き込む見事な演奏でした。(T)



「久しぶり〜」(町内毎に記念写真:式典前)

興味津々、薬膳料理を学ぶ

第2回AKB教室に35名

6月19日(火)AKB教室が開かれました。講演を聞き実際に薬膳料理をいただきました。



この日の薬膳料理

講師は、県政だよりで紹介された中塚莉捺さん。県内初の国際薬膳調理師の資格をお持ちです。薬膳とは?耳にしたことはあるけど何?体に良いの?と興味津々で話をききました。食事は毎日のこと、少し薬膳の知識があるだけで、季節や体調に合わせた食材をえらんで食べてみると健康に良いそうです。次に関金町の「薬膳食堂めぐり」で、講師より一つひとつ食材の説明を聞き、特別な食材ではなく家でも取り入れられそうという声がありました。



【反応が正常な場合】

- ① 風通しの良い日陰や、クーラーが効いている室内に移動
- ② 皮膚に水をかけ、うちわや扇風機

倉吉市保健センターから

などで仰ぎ、氷嚢で首やわきの下、太ももの付け根などを冷却
③ 冷たい水、特に塩分も同時に補えるものやスポーツドリンクを摂取
※自分で水が飲めない。症状が改善しない→救急を要請

【反応がおかしい場合】

- ① 救急隊の要請をする。
- ② 風通しの良い日陰や、クーラーが効いている室内に移動
- ③ 皮膚に水をかけ、うちわや扇風機などで扇ぎ首や腋の下・太ももの付け根などを冷やす
- ④ 医療機関に搬送する

もし、熱中症になったら。その応急処置



大量の汗

頭痛、めまい
だるさ
意識障害

吐き気
嘔吐

手足の
運動障害

筋肉痛
腹や足の
けいれん

上井こんな所、あんな所(121)

「上井歴史発見しり〜ず」④

神鋼兵器と上井地区(4)

今回は、神鋼兵器上井工場の従事者について紹介したい。「神鋼兵器」の従業員は、昭和20年6月時点で約2,500人いた(表参照)。これは県内最大の軍需工場であった。従業員の内訳のうち、最も人数の多いのは「工員」であった。その半

昭和20年6月の従業員数

| 区分 | 男子 | 女子 | 計 | 備考 |
|-----|-------|-------|-------|--------------|
| 職員 | 166 | 80 | 246 | 内応募入営 46名 |
| 工員 | 649 | 524 | 1,173 | 〃 200名 |
| 学徒 | 384 | 504 | 888 | 内93名は倉吉工場在籍者 |
| 挺身隊 | | 121 | 121 | |
| 合計 | 1,199 | 1,229 | 2,428 | |

出典「神鋼機器工業株式会社20年史原稿第1編」

認知症予防講座 お知らせ

「食べる力を伸ばそう! ~元気でいるために~」

日時: 7月5日(木)
13:30~15:00
場所: 上井公民館
講師: 荒尾 かず子さん
(三朝温泉病院 言語聴覚士)
上井地区社会福祉協議会

あげい健康バッチリ教室
認知症講演会

認知症の理解と予防について
日時: 7月29日(日)
14:00~15:30
場所: 上井公民館
講師: 浦上 克哉 先生
(鳥取大学医学部教授)
★どなたでも参加していただけます!

上井公民館だより

NO155

(06年10月からの通算)

編集: 上井公民館
編集委員会

平成30年7月1日発行
〒682-0042

倉吉市大平町360-1
TEL26-1736 FAX26-3621
(メール) koagei@ncn-k.net
(HP) http://www.ncn-k.net/
/koagei/

小中高 進学塾 英会話・中国語・韓国語

アーク学院

倉吉市福庭町1丁目105-2
Tel/Fax 0858-27-2225

生徒募集中

数は女性で、大半が「片倉製糸工場」から継続して勤務する女工であった。約900人もいる「学徒」とは、昭和19年から始まった「学徒動員」により軍需工場等に從事させられた中等学校等の3年生以上(14, 5歳~)の少年・少女であった。上井工場では倉吉中学(現倉吉東高)・倉吉商業(現倉吉東高の前身)・育英中学(現鳥取中央育英高)・倉

吉高女(現倉吉西高)等の生徒が、24時間体制で鉄製薬莖を作った。今では考えられないが、10代半ばの少年少女が、上井の身近な場所で兵器を製造していたとは…。このことは決して忘れてはならない戦争と地域の歴史であろう。(鳥取県博物館学芸員 大嶋陽一)

7月の行事予定

| | | |
|--------|---------------------|-------|
| 4日(水) | 公民館だより編集委員会 | 10:00 |
| 5日(木) | 地区社協 認知症予防講座 | 13:30 |
| 10日(火) | 町内学習会 事前学習会 | 19:00 |
| 17日(火) | 上井地区自治公民館長会 | 13:30 |
| 22日(日) | 球技大会 (河北小学校・河北中央公園) | 8:30 |
| 29日(日) | あげい健康バッチリ教室③ | 14:00 |
| 30日(月) | 河北中校区人権夏季研修会 (体文) | 18:50 |

今月の「ふれあい給食」サービス 12・26日

【教室・講座】

| | | | |
|------------|------|-------------|-------|
| 3日体操 | (月曜) | 2・9・23・30日 | 10:15 |
| | (月曜) | 2・9・23・30日 | 18:30 |
| 書道教室 | (水曜) | 4・18日 | 10:00 |
| | (水曜) | 4・18日 | 13:00 |
| 水墨画教室 | (水曜) | 25日 | 13:30 |
| 版画教室 | (日曜) | 8日 | 9:00 |
| 子ども硬筆・毛筆教室 | (土曜) | 7・14・21・28日 | 13:30 |
| リラックスヨガ | (金曜) | 20日 | 10:00 |

【同好会】

| | | | |
|--------|-------|-------------|-------|
| 女性のつどい | 3・17日 | 9:30 | |
| 民謡同好会 | 9・23日 | 19:30 | |
| 太極拳同好会 | (月曜) | 2・9・23・30日 | 20:00 |
| | (金曜) | 6・13・20・27日 | 10:00 |

【その他】

| | | |
|-------|-------|-------|
| なごもう会 | 3・17日 | 13:00 |
|-------|-------|-------|

『社会を明るくする運動』にご協力をお願いします。
7月1日～31日の期間、「犯罪や非行のない明るい社会」を目指して、全国で一斉に運動がおこなわれます。
運動にご理解とご協力をお願いします。

なつやすみ親子で社会科見学!



『鳥取看護大学へ行ってみよう!』

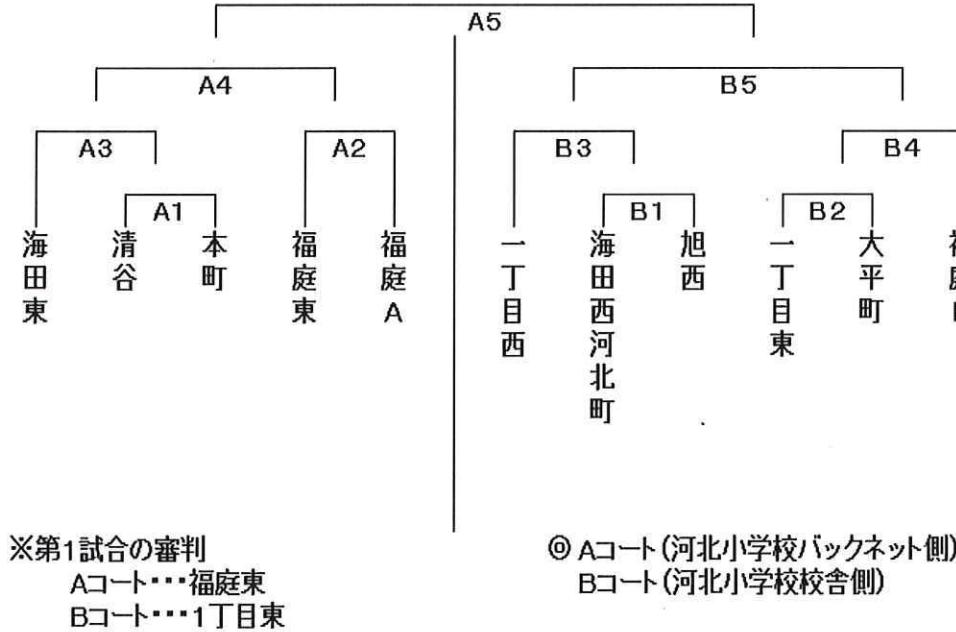
とき: 8月6日(月) 上井公民館集合 9:45~11:00 解散
対象: 小学生とその保護者(おやこ15組くらい) 参加無料
締切: 7/20まで★申込み・問合せは上井公民館 26-1736

球技大会の組み合わせ

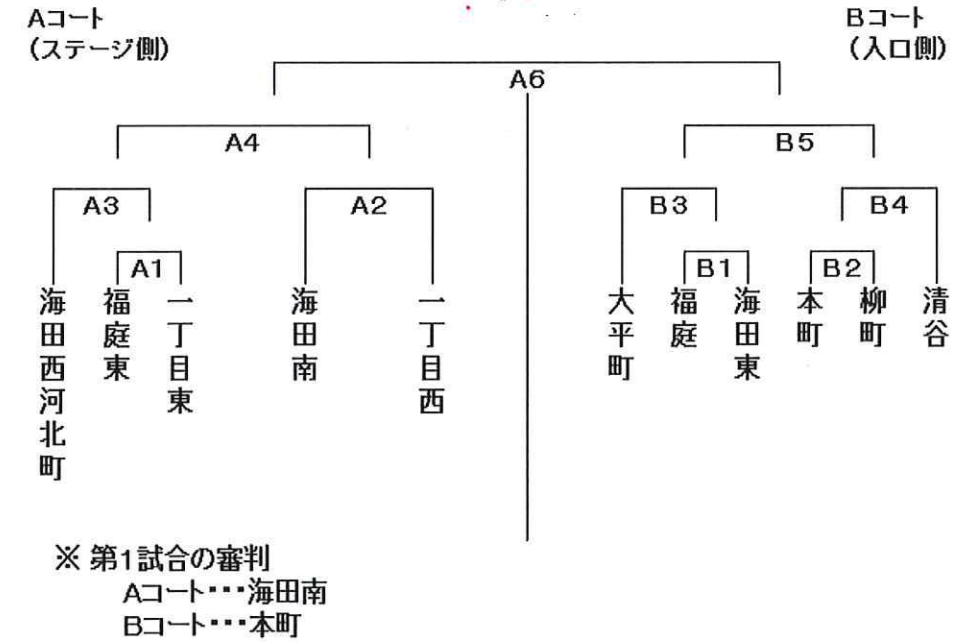
7月22日(日) 午前8時30分開会
会場: 河北小学校・河北中央公園

※グラウンドゴルフの組合せは当日発表。
◎駐車場は河川敷をご利用ください。

(ソフトボール)



(ソフトバレー)



上井の元気な人



秋山 ちひろさん
(本町出身・現名古屋在住)

愛知県立芸大ピアノ専攻卒業。在学中、「新進コンサート」に出演。第22回日本クラシックコンクール全国大会5位。第3回鳥取県クラシックオーディション最優秀賞。一昨年から、倉吉でもリサイタルを開かれています。

—ピアノはいつからですか?
答「4歳から近くの尾坂先生に教えてもらいました。そして、西川先生を紹介していただき本格的に始め、小・中・高・大学と続けてこれました」
「普段の練習は5~6時間です。コン

新進気鋭のピアニスト 秋山 ちひろさん

サート前は、曲や構成など、発表の時集中力がピークになるよう準備に努力しています」

— これからの目標は?
答「何年たっても演奏活動ができることです。そのためにも、今しておくべき事を考えながら練習をしています」
— コンサートを聞いて

新進気鋭のピアニスト秋山ちひろさん。その演奏は力強く、若い力の魅力いっぱいの演奏会でした。もてる才能と能力をこれからも努力で生かして、大きく羽ばたいて下さい。地域のみinnで応援しています。

そして、倉吉でのコンサート、これからもお願いします。(小川・大嶋)

町の話・ニュース

話題がいっぱい。「あさひ北」



上の写真は、前号No.154の「上井の元気な人」コーナーで紹介した旭北の「公民館だより」です。

表紙は、大きな印象的なカラー写真がレイアウトされていて、その月の町内の動きが伝えられています。

話題豊富な「だより」は、年13回の発行とのこと。

編集 後記

悪質なタックルをしたアメフト選手の謝罪会見と、「記録にも記憶にもありません」と答えたK学園理事長の会見。真逆な2つの会見がありました▽そのニュースを見ていたら、「目は口ほどに物を言う」という諺を思い出しました。その人が本当のこと言ってるのかどうか直ぐ分かってしまった…(隼)

料理酒を入れ強火。アサリの殻が全部開いたらすぐに火を止める。
③塩を加え、味が調ったらネギを入れて仕上げる。



にんにくとアサリのスープ

料理コーナー (93)

国際交流「台湾家庭料理」のレシピ第3弾。
楊禮竹さん提供

丸ごと煮込むにんにくは柔らかく、さほど匂いも感じないほどあっさりとした風味と味の中にアサリのエキスたっぷり。おかわりしたい一品です。(智子)

◆材料(約4人分)
水850cc・アサリ400g・にんにく20g・薄切り生姜2枚・小口切りネギ適量

- ◆調味料
料理酒大さじ1 塩適量
- ◆下ごしらえ
①にんにくの皮を剥く。
②砂抜きのアサリを洗う。
③生姜を細切りにする。

◆作り方
①鍋に水・にんにくを入れ強火。煮立ったら蓋をして、弱火で15分 ②生姜、アサリ、



倉吉店
倉吉市福庭町2丁目99番地
TEL 26-3215 FAX 26-3320
西倉吉店
倉吉市西倉吉町447番地
TEL 29-6200 FAX 28-6699