

館報

8月号

かみおがも

発行 上小鴨公民館

TEL 28-0953

FAX 28-6035

メールアドレス kokamio@ncn-k.net

ホームページ <http://www.ncn-k.net/kokamio/>

発行日 平成29年8月1日

夏休み特別企画 筆もじをたのしもう！

書道が苦手でも大丈夫！筆ペン1本でかんたんに描ける筆もじを楽しんでくださいね。ご参加お待ちしております。

日時 **8月19日(土) 13:30~15:30**

場所 上小鴨公民館

指導者 小林和子さん(小鴨)

参加費 無料

対象 小学生以上

持ち物 らくがき帳

募集人数 10人程度

筆ペン(こちらで購入もできます) 申込 上小鴨公民館 Tel.28-0953 (×切8/10)



夏休みの宿題にぜひ(^_^)

ともだち同士、親子はもちろん、お孫さんとの参加もOK!

筆もじってこんな感じ(はがきサイズ)

主催 上小鴨公民館

健康づくり講座 健康寿命を延ばす鍵~足・腰の老化予防について~パート2

日時 **8月24日(木) 10:00~11:00**

場所 上小鴨公民館

指導者 三朝温泉病院理学療法士 馬壁知之さん

参加費 無料

内容 説明と簡単な運動

昨年に引き続き、今年も理学療法士馬壁先生にお越しいただき、開催します。

いつまでも日常生活を健康に過ごすことを目的に、お話を聴き、自宅でも取り入れることができる簡単な運動などを学習します。**元気なうちから取り組みましょう!**

主催 上小鴨公民館

スポーツ教室 「ファミリーバドミントン」

バドミントンに羽根つきの要素をミックスさせて、だれでも気軽に楽しめるニュースポーツです。仲間との交流、家族とのふれあい、健康・体力づくりなど一緒に楽しみましょう。ぜひご参加ください!

日時 **9月6日、13日、20日、27日(水) 19:30~20:30**

場所 上小鴨小学校体育館

指導者 上小鴨地区スポーツ推進委員

持ち物 体育館シューズ、飲み物、

対象者 どなたでも

汗拭きタオル

申込み 上小鴨公民館 Tel.28-0953 (×切8/25)

主催 上小鴨公民館



シャフトは短く、スポンジボールに羽根が付いています。どちらもとても軽いですよ。

人権講演会「子どもにはチカラがある~私が子どもたちから学んだこと~」

日時 **9月8日(金)**

19:30~21:00

場所 上小鴨公民館

講師 浜田進士さん

(元関西学院大学教育学部准教授)

参加費 無料

子どもの人権の分野で活躍されている浜田進士さんをお迎えし、歩んできた人生の中でどのような人と出会い、どんな体験をされたのか、また、なぜ「子どもの人権」というテーマに取り組むことになったのかをお話いただきます。ぜひご参加下さい。

主催 上小鴨地区同和教育研修会・上小鴨公民館

ちょこっとギャラリー

8月

写真愛好会の作品を展示しています。

どうぞお立ち寄りください。



【第25回あたご文化祭 2017】

テーマ「ささえ愛 こころひとつの上小鴨」

期 日 11月4日(土) 13:00~16:00 作品展示

11月5日(日) 9:30~15:00 作品展示・ステージ発表・イベント・屋台

★あたご文化祭実行委員会では、次の募集をいたします。

屋台の出店、ステージ発表出演、イベントの催し など

申込・お問合せは 上小鴨公民館 Tel.28-0953 (8月31日まで)

作品の出品の準備もよろしくお願いいたします。



【各自治公民館 夏祭り】

生竹ふれあいまつり 7月 9日(日)

石塚ふれあいまつり 7月30日(日)

中田ふれあいまつり 8月 6日(日)

住吉ふれあいまつり 8月13日(日)

蔵内夏祭り 8月14日(月)

上古川じげ祭り 8月15日(火)

若土ふれあいまつり 8月20日(日)

広瀬万燈祭 8月20日(日)

仙隠夏祭り 8月20日(日)

福山ふれあいまつり 8月27日(日)

耳祭り 秋開催予定

※上小鴨地域づくり協議会よりそれぞれのまつりに補助金を支給しています。

【住民スポーツの日】 種目 バレーボール

上小鴨スポ少 女子バレーボールチームのメンバーと一緒に身体を動かしましょう

日 時 8月19日(土) 9:00~11:30

場 所 上小鴨小学校体育館

持ち物 体育館シューズ、汗拭きタオル、飲み物

(直接体育館にお越しください)

主催 上小鴨小学校体育施設開放運営委員会

【給食ボランティア 活動紹介】

現在給食ボランティア(調理23人、配食7人)にお世話になり、一人暮らしの方・高齢者世帯の方に毎月2回手作りのお弁当をお渡ししています。

皆様のご支援・ご協力により、「ふれあい給食サービス」を継続できるよう頑張っていますので、よろしくお願いいたします。

◎実施日:毎月第1火曜日・第3日曜日



心のこもった温かいお弁当をお届けします。

給食ボランティア一日研修会(7/25)



松江フォーゲルパークへ行ってきました。フクロウショーでは目の前を横切る鳥に歓声が沸き、見渡す限り色とりどりの花に囲まれた参加者は、写真に収めたりしながら親睦を深めました。

(参加者21人)

* 主な事業報告 *

【地区ソフトボール大会】(7/16)

早朝より上小嶋小学校グラウンドにて開催しました。猛暑の中、熱中症に気をつけながら、参加した9チームは熱戦を繰り広げました。

優勝 上古川 2位 福山 3位 中田・耳



優勝した上古川チームは
10月に行われる市民体育大会に出場。

【はじめてのパッチワーク】(7/14,21)

安井裕子さんと上古川のちくちくサークルのメンバーの指導の下、参加者は色とりどりの布の中から好みの生地を選び、和気あいあいとした雰囲気の中、ミニタペストリーを作りました。細かい作業もあり苦労しましたが、完成させた時の喜びもひとしおでした。

(参加者 10人)



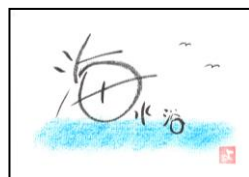
完成しました！

【絵手紙を体験しました】(7/10,24)

初心者を対象に、瀬尾津由子さん、蔵富和恵さん、海地桂子さんから描き方など丁寧に教えていただきました。参加者が4人と少なかったのですが、みんなと一緒に絵を描くことが楽しく、これからも続けたい、との声がありました。今月から毎月1回(第4月曜日)公民館教室として開催しますので、興味のある方ぜひご参加ください。



【7月の筆文字講座作品】 テーマ「夏」 夏といえば、何を思い浮かべますか？



参加者：熊谷早月 山崎豊子 若林朋代 小林和子 (敬称略)

8月 行事予定

- 1日(火) 9:00 上公 給食サービス事業
19:30 上公 自治公 館長会
- 6日(日) 10:00 上公 上古川いきいきサロン
- 7日(月) 19:30 上公 ふれあい運動会実行委員会
- 8日(火) 10:00 北谷公 倉吉市 館長会
13:30 上公 5 機関連絡会
19:30 上公 民児協定例会
- 9日(水) 8:00 上公 グラウンドゴルフ大会
- 14日(月)～15日(火) は事務室を閉めます。
公民館の利用は出来ますので、利用される方は事前にお申し出ください。
- 17日(木) 9:00 颯駉 主事研修会
19:30 上公 青少協三役会
- 18日(金) 19:30 上公 中学生の出番をつくろう
- 20日(日) 9:00 上公 給食サービス事業
- 22日(火) 19:30 上公 西中校区少年少女のつどい第1回企画委員会
- 25日(金) 9:30 上公 館報編集専門委員会
10:00 上公 なごもう会
- 26日(土) 18:30 中田堤 消防部 夏期訓練

認知症予防教室「みんなが元気でおう～会」

3日、10日、17日、24日、31日(木)
10:00～11:30

公民館教室

アロマセラピー体験講座 9日(水) 10:00～
筆もじをたのしもう 19日(土) 13:30～
健康づくり講座 24日(木) 10:00～
絵手紙教室 28日(月) 13:30～

同好会

アビクス 3日、10日、24日(木) 20:00～
切り絵 8月はお休みです
囲碁 毎週金曜日 19:30～
カラオケ 第2、3、4水曜日 19:45～
グラウンドゴルフ
上小鴨公民館芝広場 毎週月曜日 8:30～
上小鴨健康広場(保育園跡地) 毎週水・金曜日 8:30～

保健だより

マタニティマークをご存じですか？

妊娠初期は、赤ちゃんの成長はもちろん、お母さんの健康を維持するためにとっても大切な時期です。しかし、外見からは見分けがつかないため、妊婦さんにはさまざまな苦勞があります。

「マタニティマーク」は妊産婦さんが交通機関等を利用する際に身につけ、周囲に妊産婦であることを示しやすくするものです。また、交通機関、職場、飲食店、その他の公共機関等が妊産婦さんにやさしい環境作りを推進するものです。

地域の皆で、赤ちゃんとお母さんにとってよりよい環境を作っていきましょう。

倉吉保健センター ☎26-5670



気軽にぶらっとピンポンを楽しもう♪

毎週 火曜日と水曜日 9:30～11:30

上小鴨小学校 8月行事予定

3日(木) 県水泳大会
5日(土) 金管バンド隊打吹パレード
26日(土)～27日(日) 県民スポレク祭
28日(月) 2学期始業式
30日(水)～9/1(金) 船上山宿泊学習(5年生)

上小鴨保育園 8月のオープンデー

3日(木)、7日(月)、10日(木)、17日(木)、21日(月)、24日(木)、28日(月)、31日(木)です。

天気の良い日は水遊びをしますので、着替えをお願いします。毎日暑いので、帽子、お茶を持って来てくださいね。

