

おもしろ卓球でハートにピンポン

8/8 第1弾 土

15:00～スタート

第1部 16:00～
おもしろ卓球 上井公民館
第2部 18:00～20:00
交流会 ノーサイド(上井)

みんなでワイワイ楽しく遊んで素敵な出会いをみつけませんか♪
ラケットをうちわやスリッパに変えた卓球なので、上手い下手も関係なく楽しめます。たくさん動いた後は、美味しい食事とお話タイムでお腹もいっぱい心もいっぱい時間を過ごしましょう(^o^)/

会場:上井公民館 → ノーサイド(交流会)

対象者:独身男女各 15名づつ

※応募が多い場合は、抽選となります。

参加費:男性 3,000円 (飲食代)

女性 2,000円

締切:7月23日(木)

第2弾は、9月12日
北谷地区で開催!!

申込み 〇上井公民館 TEL:26-1736 FAX:26-3621 koagei@ncn-k.net
問合せ 〇北谷公民館 TEL:28-0969 FAX:28-6032 kokitada@ncn-k.net

— 上井・北谷公民館共同企画 —

結婚・婚活コーディネーター(仲人)を募集します

昨年実施した結婚に関するアンケートで、多くの独身の方やそのご家族が結婚を望んでいらっしゃる事が分かりました。そこで、その支援をしていただくコーディネーター(仲人)を募集することになりました。多くのおみなさまのご協力を得て、是非ともたくさんの方が幸せな家庭を築いていただけたらと願っています。募集の詳細につきましては、今月配布物の中に「結婚・婚活コーディネーター(仲人)を募集しております」としてお配りしておりますので、そちらをご覧ください。

北谷地区自治公民館協議会

これでイチコロ!ゴキブリ団子づくり

日時:7月22日(水)13時30分～
場所:北谷公民館(主催)
参加費:実費
準備:エプロン・三角巾
申込み:材料準備の都合上、7月15日(水)までに
【主催】北谷公民館へ(☎28-0969)

スイーツ教室「ベジタブルスイーツ」

日時:7月29日(水)13時～
場所:北谷公民館 内容:夏野菜を使ったお菓子
講師:大窪 逸子さん 参加費:実費
申込み:材料準備の都合上、7月23日(木)までに
【主催】北谷公民館へ(☎28-0969)

健康クイズ!

「ためして、なるほどクイズ」
Q 家事や雑用は、全身運動にならない。

○ or ×

☆答えは、裏面にあります

更生保護女性会からのお願いです

7月1日から31日までの1ヵ月間、第65回社会を明るくする運動が始まります。この運動はすべての国民が犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場に置いて力を合わせ、明るい社会を築こうとする運動です。今月、更生保護女性会の会員が寄付をお願いして回ります。寄付していただいたお金は、犯罪予防の援助、更生保護施設への援助、青少年育成への援助等に使われます。つきましては、本運動の趣旨をご理解いただきまして、ぜひご協力していただきますようお願い申し上げます。

各種事業ご案内・参加者募集

第26回 ぬのこまつり

日時:7月11日(土)17時より

場所:久米農村広場

※雨天の場合、北谷小学校体育館

今年も燃えるぜ!元気でハッピー!ぬのこまつり開催です★
ふれあいバザーやお楽しみコーナーなど多数出店いたします。
詳しくは、チラシをご覧ください。

イベントプログラム ※出演者・順序については、変更がある場合があります。

5:00▷入場開始	6:30▷主催者あいさつ	7:40▷傘踊り(北谷小唄保存会)
5:40▷打吹童子ばやし	6:50▷合唱	8:00▷因伯音
6:00▷北谷保育園演技	7:00▷ぬのこ宝クジ	8:20▷倉吉打吹太鼓
6:20▷北谷小学校演技	7:20▷ハッピー&リッチ	8:40▷花火打上げ

— ぬのこまつり実行委員会 —

第52回北谷地区青少年夏季錬成キャンプ

日時:7月18日(土)～19日(日)
場所:一向平キャンプ場 ※小雨決行
対象:地区の小学校4年生以上・中学生
※3年生以下の参加の場合は、保護者同伴でご参加ください。
参加費:1,000円/人
準備等詳しい事は、チラシをご覧ください。
申込み:7月10日(金)までに北谷公民館へお願いします。

7月26日(日) 地区球技大会開催!!

主催:地区自治公民館協議会

久米中 生徒会より ボランティア募集中

思いを乗せて、届けましょう☆

絵てがみ教室

第1回 8月5日(水)
第2回 9月9日(水)
第3回 12月9日(水)
第4回 1月13日(水)
時間:13時～
場所:北谷公民館
準備:細めの筆ペン(黒)、描きたい題材
申込み:準備の都合上、7月30日(木)までに【主催】北谷公民館へ(☎28-0969)

ステップアップ



北谷地区住民記録

平成27年5月末現在

単位:世帯、人

世帯数	551
総数	1,450
男性	706
女性	744
0～14歳	145
15～64歳	749
65歳以上	556

倉吉市ホームページ
自治公民館別・住民記録より

公民館だより
第373号
北谷公民館
Tel:28-0969
Fax:28-6032
e-mail:kokitada@ncn-k.net
平成27年7月

2015年

7月行事予定

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	1 更生保護女性会 13:30 防犯連絡委員会 19:30	2 体育部長会 19:00	3 防災部長会 19:30	4 北谷小唄保存会13:30 ぬのこっこり倶楽部 (ぬのこ会館) 13:30 ぬのこまつり草刈18:00
5 ふれあい給食(長谷) 9:00 北谷小唄保存会13:30	6 なごもう会 13:30 ぬのこまつり 出店団体会 19:30	7	8 ランプづくり 9:00	9 キャンプ実行委員会 19:30	10	11 第26回ぬのこまつり 水墨画・書道教室 13:30
12	13	14 手芸教室 13:30	15 北谷囲碁クラブ 13:00 生花教室 13:30	16	17 地区ふれあいサロン 代表者会 10:00	18 第52回夏季錬成 キャンプ(一向平)
19 第52回夏季錬成 キャンプ(一向平) ふれあい給食(三江) 9:00	20	21	22 ごきぶり団子作り 13:30	23 体育部長会 19:00	24 陶芸教室(保育園) 9:30	25 水墨画・書道教室 13:30
26 地区球技大会	27 結婚問題を考える会 19:30	28	29 スイーツ教室 13:00	30	31	1

(軽運動サークル)
ぬのこっこり倶楽部
日時: 7月4日(土)
13:30~
場所: ぬのこ会館
持参: 水分・タオル
内容: 倉吉元気体操など

(物作りサークル)
和い輪い
日時: 7月8日(水)
9:00~
場所: 北谷公民館(集合)
内容: ランプづくり

ゆめしと 答え
クイズの ぼし × (ぼつ)
家事動作では、全身各部の筋肉がまんべんなく比較的バランスよく使用されるので、バツグンの全身運動になります。

8月予定

〈ふれあい給食〉 ★ 8月 6日(木) 福本 ★ 8月 23日(日) 藤井谷 お世話になります。	〈なごもう会〉 ★ 8月 3日(月) ★ 8月 17日(月) お待ちしております。
---	--

休日健診のお知らせ
日にち: 8月9日(日)
場所: 保健センター
受付時間: 午前8時~10時まで
内容: 一般検診・胃がん・肺がん
乳がん・子宮がん その他
お問い合わせください。申込みが必要です。
倉吉市保健センター ☎26-5670

保健だより **農作業中の熱中症を予防しましょう!**
熱中症は気温の高さだけでなく、湿度が高い・風が弱い日なども起こりやすくなります。特に梅雨明け直後は要注意です。

農作業時の熱中症予防チェック

- 当日の天気や気温を確認しましたか?
- 体調は万全ですか? → 二日酔い・寝不足・風邪気味の時は熱中症の危険度が増します。
- 朝ごはんは食べましたか? → 朝食で栄養と水分をきちんと摂りましょう。
- 涼しい服装を選んでいますか? → 日差しを遮り、汗を逃がしやすいものを着ましょう。
- 日差しを遮る帽子はありますか? → つばの広い帽子をかぶりましょう。
- 飲み物は持ちましたか? → 水分補給はこまめに。喉の渇きを感じなくても給水しましょう。
- 二人以上での作業ですか? → 一人で作業中に熱中症になると、助けてくれる人がいないため重症化する恐れがあります。出来るだけ二人以上で作業し、体調不良時は我慢せず伝えましょう。もし一人しかいないときは、近くで作業している人に声をかけておきましょう。
- 作業場所は熱がこもりませんか? → ハウスや畜舎等気温が上昇しやすい施設内での作業は風通しを良くしましょう。
- 作業計画に無理はありませんか? → 涼しい時間帯に作業しましょう。もし暑い時間帯に作業する時は、休憩をこまめにとる、作業時間を短くする等の工夫をしましょう。
- 緊急連絡先が分かるようにしていますか? → いざという時のために緊急連絡先を書いたものを持ち歩きましょう。(携帯電話などは他人が見ることが出来ない場合もあるので)

めまいや立ちくらみ、頭痛や吐き気などの症状が出たら、涼しいところへ避難し、衣服を緩め、水分補給をしましょう。また少しでもおかしいと感じたら、すぐに医療機関を受診しましょう。 保健センター

12ヶ月連続企画 **「大人の理解が子どもたちを守る」①**

日本年金機構の情報流出などに代表される個人情報の問題。行政や多くの企業がその対策に奔走しています。私たちが私的に利用しているパソコンやスマートフォン等も例外ではありません。しっかりとフィルタリングやウイルス対策ソフト、また、機器に装備されている機能制限を利用することをお勧めします。また、外部から情報を抜き取られることだけでなく自身のインターネットへの書き込みが情報漏えいにつながる事もおおきましよう。特に子どもたちの利用する情報交換や画像を発信するサイトなどは、その安易に書き込んだ内容や映像から多くの個人情報を読み取ることができ、大きなトラブルに巻き込まれる可能性があります。インターネットは自己責任の世界です。一人一人の利用をもう一度見直し安全な利用を考えましょう。

鳥取県ケータイ・インターネット教育推進員 NPO法人こども未来ネットワーク 中井 浩

6/21㊦『北谷地区卓球大会』を開催
6自治公、81名の参加がありました!

団体戦 福本 2連覇
おめでとうございます!

小学生も大健闘☺

6/17㊦『トールペイント教室』を開催
今回は、いつもより小ぶりの作品を制作しました。配色もより良いものにと、皆さん考えぬき個性ある作品となっております。完成までもう少し!文化祭でお披露目です。

★団体戦結果★

優勝 福本
準優勝 大河内A
3位 福富B・大河内B

6/26㊦『紙すき体験』をしました
あおや和紙工房にて、因州和紙を作りました。思った以上に手軽に楽しめる和紙作りに、伝統ある日本の技術や文化に親しみが持てました。次は作った和紙を用いて、ランプ作りに挑戦します!