

8月行事・利用予定

日	月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7	8
	上北条地区大運動会 運営委員会19:30	なごもう会	いきいき健康クラブ13:30 寺子屋川柳教室(宿泊研修)	書道教室13:30 定例館長会18:30 地方創生市民対話集会19:30	ヨガ教室 9:00 電子オルゴールを作るう9:30 第40回人権尊重社会を実現する 鳥取県研究集会(鳥取市)	民生委員定例会9:30
9	10	11	12	13	14	15
第37回上北条地区 ソフトボール大会8:00 更生保護女性会13:00	くらぶ悠遊友定例会9:30 水墨画教室13:30	こどもいきいきプラン10:00 地区公民館長会(社公) 助六会18:30	ふれあい給食の日9:00	事務室<閉室>		
16	17	18	19	20	21	22
	民踊教室13:30	なごもう会	いきいき健康クラブ13:30 更生保護女性会10:00	書道教室13:30 主事研修会(小鴨公)	ゲームリーダー養成講座 (灘手児童クラブ・市役所)	
23	24	25	26	27	28	29
部落解放研究第43回 倉吉市集会(未来中心)		ジャズ同好会13:30 上北条を学ぼう! 14:00	ふれあい給食の日9:00 上北条小学校始業式	水墨画教室13:30 百八会13:30	手芸教室13:30	
30	31	*8/7(金) ヨガ教室 詳しい内容は裏面をご覧ください *8/30(日) 河北中校区3館合同事業ソフトバレー交流会				
河北中校区合同事業 第2回 ソフトバレー交流会 13:00	民踊教室13:30					



寺子屋川柳会

宿題「胴」「投げる」・自由吟

- 雨の日は家でチラシのショッピング
- お年寄り満杯で国 崖っぶち
- ダイエット胴も気になる布袋さん
- 共白髪キャッチボールがままならぬ
- スマホより情報早い立ち話
- 投げキッスやって照れてるハゲ頭
- 坐禅組み心の鬼を投げ捨てる
- 二十代くびれはあった確かにあった
- 胴周り寝て起きる度丸くなる
- トンネルを抜けて緑の風に逢う
- ドクターに匙投げられて経を読む
- キャッチボール今が旬です老夫婦

- 真亜子
- 山崎夢太郎
- 山本旅人
- 紫陽花
- 小夜
- ひーる行灯
- 奨
- 居酒屋でつ
- くにあき
- 木天麦青
- 生田土竜
- 吉田日南子

8月開催日 5日(水) 宿泊研修
宿題 「ニセ・偽り」「熱」・自由吟



***毎週木曜日 ノルディックウォーク**
集合場所 / 上北条公民館前

たくさんの仲間が増え「雨が降りそうだけど中止?」「台風や雨の日でも活動したい。」との声があがり、外を歩けない日も中止にせず上北条公民館内で、ウォーキングやラジオ体操をしたりと活動しています。気軽に参加してみませんか?

晴れ 8:30~ ノルディックウォーク
雨天 9:00~ 上北条公民館 会議室 (上履き持参)

第7回日本海新聞杯 上北条地区GG 鳥取県大会予選会参加者 募集!

- 日時 8月29日(土) 午後1時30分
雨の場合は8月30日(日)順延
- 会場 新田上北条グラウンドゴルフ場
- 参加費 1人500円(全員に参加賞があります。)
- 申込み 8月8日(土)までに
上北条地区グラウンドゴルフ協会各地区役員まで
締め切り後の参加費は返金致しません。

グラウンドゴルフ愛好者の皆様のご参加をお待ちしております。

上北条地区グラウンドゴルフ協会



倉吉市上北条公民館
〒682-0003 鳥取県倉吉市新田422-1
TEL (0858)26-1763
FAX (0858)26-3515
E-mail kokamiho@ncn-k.net
開館 月~金 9:00~17:00
(祝祭日・盆・年末年始を除く)
公民館の利用 9:00~22:00

上北条

<公民館だより>

平成27年8月1日 第329号
しあわせいっぱい ふるさと上北条
上北条の人口 2,578人(2,571人)
男 1,200人 / 女 1,378人
14歳未満 358人 / 65歳以上 744人
世帯数 1,009 (1,006)
<平成27年6月末現在>

主催 / 上北条住民体力づくり振興会

第5回上北条地区ペタンク大会

7月12日(日)

今年は20チームの参加があり、熱戦が繰り広げられました☆

優勝した小田Aチームの<小串 功さん>より コメントいただきました

前日、夜遅くまで飲酒。二日酔いの当日。
午前7時30分、小田自治公民館の清掃の段取りを終え試合会場へ。
私たち小田Aチームの予選リーグ最初の相手は、強豪「下古川チーム」。立ち上がり、いきなり4点を先取される。もうこれまでと開き直りゲームに集中。なぜか分からないが、終わってみれば逆転勝利。勢いに乗り、予選リーグ圧勝の3連勝。決勝トーナメントも勢いは止まらず並みいる強豪を撃破し、遂に頂点へ。反省会の酒の『美味さ』は格別。
私にとって最高の一日になりました。

小田Aチームは、なんと!
予選からの5戦を無敗の
「全勝優勝」でした!!!



- 1 優勝 小田Aチーム
- 2 準優勝 穴窪Aチーム



事務室<閉室>のお知らせ

8月13日(木)・14日(金) お盆休みのため

- *貸館は出来ますので、13日(木)~16日(日)に利用されたい方は早めに利用申請書を提出してください。
- *期間中のカギ等の受け渡しは8月12日(水)までです。

ご理解とご協力のほど、お願い申し上げます。

上北条公民館管理委員会



主催/上北条公民館 <健康づくり講座>

ヨガ教室



と き 8月 7日(金) 12月 11日(金)
 9月 25日(金) 1月 8日(金)
 10月 30日(金) 2月 12日(金)
 11月 13日(金) 9:00~11:00

講師 岸田将志さん ところ 上北条公民館
 持ち物 ドリンク・タオル 参加費 500円
 ヨガマット(貸出あり)

【お問合せ先】
 上北条公民館 26-1763

*運動しやすい服装で
 おこしください。

主催/上北条公民館 <健康づくり講座>

ヨガ教室

7月10日

ヨガ「呼吸法」で心と身体の良いバランス
 たもつ指導をしていただいています。



良いバランスがとれた状態は、日々の何気ない
 生活を穏やかで、充実したものにしてくれますよ

主催/上北条公民館 <地域学習講座>

上北条を学ぼう!!

【日時】8月25日(火)14:00~15:30

【場所】上北条公民館

【内容】1.上北条の伝説 (お話:牧田朋子さん)
 2.昔話 (お話:小原万伎子さん)

日本に残る昔話、上北条に残る伝説、そんなお話を
 通して上北条の歴史を学びます。

*申し込みは不要です。当日時間までにおいでください。

【お問合せ先】上北条公民館 26-1763

上北条地区民生児童委員より

7月9日(木)

竹田橋西詰の認知症対応型グループホーム
 「あずま園」を訪問しました。

施設内を見学の後、所長さんのお話で、認知症にな
 ると本人は勿論、家族にも予期しない大変な苦労が
 あるという事、さらに介護による悲惨な事例を聞き、
 健康の有り難さを痛切に感じた1日でした。

健康って本当に有り難いですね

主催/上北条住民体力づくり振興会

第37回上北条地区ソフトボール大会

自治公民館対抗の各スポーツ大会は、
 上北条地区住民の交流の場でもあります。
 ソフトボール大会では、各自治公対抗の
 白熱した戦いがくりひろげられます!!!
 今年は、古川沢と大塚が惜しくも参加できず、
 8チームの対抗戦となりました。

応援もよろしくお願いします!!!

ふれあい給食の日

8月12日(水)・8月26日
 第2,第4水曜日

児童・生徒独居老人訪問活動事業

7月22日(水)

29名の参加がありました。
 子どもたちが、お弁当とお花を
 届けると、みなさん喜んでくだ
 さいました。



- 上北条地区社会福祉協議会 - ふれあい給食サービス事業

主催/上北条公民館・上井公民館・西郷公民館

河北中校区3館合同事業

第2回ソフトバレー交流会

日時/8月30日(日)13:00開会式 13:30試合開始
 会場/上北条小学校体育館
 対象/河北中校区にお住まいの方ならどなたでも
 (但し、学生は除く)

競技方法/1チーム4名で対戦
 レディースの部 ミックスの部(男女各2名)
 個人での申し込みも受け付けます。



回覧チラシをご覧ください。

【お問合せ先】
 上北条公民館 26-1763

主催/上北条公民館 <地域学習講座>

上北条を学ぼう!!

【日時】8月25日(火)14:00~15:30

【場所】上北条公民館

【内容】1.上北条の伝説 (お話:牧田朋子さん)
 2.昔話 (お話:小原万伎子さん)

日本に残る昔話、上北条に残る伝説、そんなお話を
 通して上北条の歴史を学びます。

*申し込みは不要です。当日時間までにおいでください。

【お問合せ先】上北条公民館 26-1763

9月のお知らせ

参加者募集 申し込み、お問い合わせは上北条公民館(26-1763)まで

上北条地区食生活改善推進員

ヘルシークッキング教室

9月16日(水)10:00~13:00

【会場】上北条公民館

先着15名

参加費無料

時短!簡単!!
 美味しい・嬉しい
 ヘルシーメニュー

詳細は回覧チラシを
 ご覧ください。



夏休みの子どもの居場所づくり事業<7月~8月>

上北条公民館研究指定事業

アナログゲーム養成講座

「アナログゲームであそぼう」

日時/7月31日(金)10:00~12:00

場所/上北条公民館

講師/NPO法人子ども未来ネットワーク
 ゲームマスター2名

自分だけの

「電子オルゴールを作ろう!」

日時/8月7日(金)9:30~11:30

場所/上北条公民館

講師/中部ものづくりカフェ
 賀戸哲也さん

対象/小学生から大人まで
 興味のある方はどなたでも

参加費/700円(材料代)

倉吉総合産業高等学校の生徒さんが
 サポートしてくれます!



PLAY+STAYテニス教室

国際テニス連盟が開発し世界中に推奨している、子どもや初心者
 のためのテニスプログラムです。

日にち/①7月31日(金) ②8月3日(月) 8月6日(木)

時間/10:30~12:00

場所/上北条小学校体育館

指導/山田雅博さん

(鳥取県体育協会公認トレーナー、体育協会公認スポーツリーダー、スポーツ少年団指導員)

参加費/無料

持ち物/体育館用シューズ、水分補給用ドリンク、タオル

こどもいきいきプラン教室

親子海釣り体験 7/25(土) [指導]NPO四つ葉

親子食育教室 8/11(火) [指導]上北条地区食生活改善推進員

河北中校区少年少女のつどい

「平成の一休さん」in三徳山



*詳細は学校を通して配布してありますチラシをご覧ください。 【お問合せ先】上北条公民館 26-1763

保健センターだより

<<休日健診のお知らせ>>

【日にち・場所】8月9日(日)・保健センター [受付時間]午前8時~午前10時

【内容・対象者】一般健診(20歳以上)・特定健診(40~74歳)・長寿健診(後期高齢者健診)(75歳以上)・胃
 がん検診(30歳以上)・肺がん検診(30歳以上)・大腸がん検診(30歳以上)・子宮がん検診(20歳以上)・
 乳がん検診(視触診+マンモグラフィ検査)(36・38歳、40歳以上)・前立腺がん検診(50歳以上)・肝炎ウィ
 ルス検診(40~74歳) オプショナル健診(無料)があります:骨密度測定・足指力チェック・肺活量測定

*持ち物:各種健康診査受診券、保険証、自己負担金

*申込みが必要です。 *胃・子宮・乳がん検診は定員があります。

*詳しくは受診券に同封の「倉吉市健康診査の手引き」をご覧ください。

<問合せ先>倉吉市保健センター 26-5670