

公民館研究指定事業 第3回講座「あたごイキイキ健康塾」

ちょっとした工夫で生活習慣病予防！

日時 **11月25日(水) 9:30~13:00**

場所 上小鴨公民館

講師 上小鴨地区食生活改善推進委員、倉吉市保健師

内容 保健師の話、調理実習

募集人員 15人程度 持ち物 エプロン、三角巾

参加費 無料

申込み 上小鴨公民館 TEL28-0953 (×切11/16)

毎日の食事を改めて見直してみませんか？

生活習慣病予防についてのお話をきき、実際に作ってみましょう。

男性大歓迎！

《メニュー》

- ・お魚ハンバーグ(主菜)
- ・ほうれん草の中華のり和え(副菜)
- ・高野豆腐とさくらえびの吸い物(汁物)
- ・五色あんの豆腐白玉(デザート)



主催：上小鴨公民館

季節を感じる寄せ植え教室

これからの季節に楽しめる花を植えこみます。寄せ植えのコツや花についても詳しく指導していただきます。お気軽にご参加ください。

日時 **11月13日(金) 13:30~**

場所 上小鴨公民館

講師 天野博之さん(天野種苗店)

内容 寄せ植えと手入れの仕方

持ち物 移植ごて、手袋、鉢(30cm~35cm)

*鉢の無い方は注文を受けます。

材料費 2,000円 募集人数 20人程度

申込み 上小鴨公民館 TEL28-0953 (×切11/9)

主催：上小鴨公民館

人権講演会 「地域で人権感覚を育てる」(仮題)

日時 **11月28日(土) 19:30~**

場所 上小鴨公民館

講師 山田 晋氏(鳥取県図書館協会会長)

参加費 無料

*どなたでも参加できます。

《山田晋氏ご紹介》

教育現場では同和教育や人権教育を担当され、現在は青少年教育や地域活動、海外シニアボランティア活動も行っておられます。

主催：上小鴨地区同和教育研究会
上小鴨公民館

倉吉市公民館まつり

期日 **12月3日(木)~12月5日(土)**

会場 倉吉未来中心



昨年の作品展示

作品展示の部

期日 12月3日(木)~12月5日(土)

時間 9:30~19:00 (5日のみ16:30まで)

場所 倉吉未来中心1Fアトリウム

倉吉市内13地区公民館の自慢の作品を展示します。

舞台発表の部

期日 12月5日(土)

開演 13:00(開場12:00) 16:00終了予定

場所 倉吉未来中心 大ホール

上小鴨は『あたごハッスル隊(20人)』を結成。

プログラム1番「安来節」の曲で、銭太鼓と踊りを披露します。観に来てくださいね！

ちょこっとギャラリー
11月

「上小鴨ふるさとカルタ」を展示しています

どうぞお立ち寄りください

上小鴨地区「教育を考える会」

テーマ「ドイツの家庭・学校生活から私たちの子育てを考えてみよう」

1年間ドイツ留学されていた高校生にドイツの学校・家庭・地域での体験談をお話してもらいます。この機会に、大人のみならずだけでなく、留学に興味を持っている小中学生の皆さんもお待ちしています。また私たちの子育てに活かせることも多くあると思います。たくさんのご参加お待ちしております。

日時 **11月6日(金) 19:30~21:15**

場所 上小鴨公民館

内容 ・衣笠慶子さんの体験発表 ・グループに分かれて話し合い

主催：教育を考える会実行委員会

上小鴨村の歴史～上小鴨村役場資料より～

大正3年に現在の地名に改称

大字名の改称について

明治21年4月町村制が公布され（施行は明治22年4月1日）、新しく久米郡上小鴨村が誕生しましたが、大字名は旧来の村名を付けていました。

その後、大正3年9月9日の村議会議決で、大字名の中から村の字をとることに改称しました。

村議会議決案

本村大字名を、次のとおり改称するものとす

- ・大字蔵内村を 蔵内とす
- ・大字上古川村を上古川とす
- ・大字石塚村を 石塚とす
- ・大字福山村を 福山とす
- ・大字鴨河内村を 鴨河内とす
- ・大字耳村を 耳とす
- ・大字広瀬村を 広瀬とす

理由

村内大字名に村の字を付せるは無用にして、却て混雑の恐れあるを以て、総べて之を削除せんとすることに由る。

上小鴨を知ろう

ふるさとカルタシリーズ第6回



な

な

生竹、耳
江戸時代は矢送り郷

郷帳(生竹、耳)

江戸幕府が国郡ごとに村名、村高を記した帳簿(御前帳)である。一八三四年の郷帳には、生竹・耳が矢送り郷の所属になっている。明治〇年に若土生竹・中田を合併し「鴨河内」となる。明治二年市町村制では上小鴨村は、上古川・蔵内・石塚・福山・鴨河内・耳・広瀬となった。



に

に

二十世紀梨は
地域の特産物

千葉県で発見され、明治三十七年に鳥取県にもたらされた二十世紀梨は、先人達の努力と英知により黒斑病等の苦難を乗り越えて一大産地となったが、近年は糖度の高い品種が台頭してきた。上小鴨でも同じ傾向だが、有機栽培による安全でおいしい梨づくりを目指して、二十世紀梨を主力品種として栽培している。



ぬ

ぬ

ぬかるむ道に
石畳

石畳道(上古川)

上古川の幹線から谷本坂(向う約二〇〇m)に石畳が敷かれている。ぬかるむ道で大八車の運行に苦勞していた。昭和六年、谷本岩吉が私財を投じて敷設した。石畳は幅四〇cm、長さ二〇cmほど三列に並べてある。昭和四八年当該道路改修を上申したが、貴重な史跡であり存続することとなった。



ね

ね

念ずれば
手を差しのべる
観世音

久米郡観音札所(上古川・中田)
西国観音霊場や四国霊路は有名であるが、各地にも札所巡りが存在する。久米郡三十三所霊場は、一番の長谷寺に始まり、三十三番定光寺で満願する。上小鴨では上古川堂(十番・聖観音、中田堂(十一番・十二面観音の二ヶ所)があったが、今は御堂は無い。

人権学習 現地視察研修会

日 時 **11月15日(日)**

7:30 集合・出発

17:30 帰着予定

集合場所 **あたごふれあい人権文化センター**

視 察 先 岡山人権啓発センター

渋染一揆資料館

(他に岡山後樂園にも寄ります。)

費 用 一人 1,000 円 (昼食代含む)

申 込 先 上小鴨公民館Tel28-0953 または、

あたごふれあい人権文化センター

Tel28-5440 (×切 11/9)

炊飯器deかんたんケーキづくり

炊飯器でケーキをつくってみよう!

ほっこり、あったか〜いケーキが簡単にできますよ♪

★お楽しみタイムもあります。

日 時 **12月6日(日) 10:00~12:00**

場 所 上小鴨公民館

講 師 荒金友香さん(中田)

持ち物 エプロン、三角巾

対象者 小・中学生先着 16 人

参加費 200 円

申込み 上小鴨公民館 Tel28-0953 (×切 11/30)

主催：上小鴨地区青少年育成協議会

《主な事業報告》

スポーツ教室 **スポーツ吹矢を開催しました**

(10/1,8,15,20)



精神統一！
的に当たりますように。

上小鴨小学校体育館で開催、上小鴨地区スポーツ推進委員の米田丈士さんに指導をお願いし、スポーツ吹矢を実施しました。腹式呼吸で精神集中。最終日は的に当たった点数で競いました。幼児から大人まで和気あいあいと楽しむことができました。(参加者 24 人)

* * * * *

倉吉市市民体育大会(10/12)

☆バレーボール 女子の部 上小鴨選抜チーム出場

連覇ならず。。。惜しくも第2位!

☆ソフトボールの部、グラウンドゴルフの部も
大健闘でした。



熱戦を繰り広げました!

第10回上小鴨親善ゴルフ大会のご案内

主催：上小鴨ゴルフ同好会

日 時 **11月8日(日) 9:10** 現地集合

場 所 倉吉ゴルフ倶楽部

参加費 9,000 円 (プレー代含む)

申込み 毛利 斉さん (Tel48-2188)

☆表彰式・懇親会

コンペ終了後、上小鴨公民館にて(会費 1,500 円程度)

11月は児童虐待防止推進月間 ～「もしかして」あなたが救う 小さな手～

【相談窓口】倉吉児童相談所 Tel23-1141 または、倉吉市 子ども家庭課 Tel22-8120

秋季全国火災予防運動 11月9日(月)~11月15日(日)

スローガン 「無防備な ところに火災が かくれんぼ」

11月 行事予定

1日(日)	9:30	上公	あたご文化祭 '15
4日(水)	19:30	上公	自治公 館長会
5日(木)	9:00	安来市	健康ウォーキング
6日(金)	19:30	上公	教育を考える会
9日(月)	13:30	上公	老人クラブ役員会
	19:30	上公	厚生福祉部長会
10日(火)	9:00	上公	給食サービス事業
	9:00	上公	小5 ボランティア体験活動
	19:00	上公	民児協定例会
	19:30	上公	学校体育施設開放運営委員会
11日(水)	19:00	おんがわ	小学校再編中学校区説明会
13日(金)	10:00	上公	なごもう会
	19:30	小鴨公	西中校区少年少女のつどい実行委員会
14日(土)	19:30	上公	消防部長会
15日(日)	7:30	岡山市	現地視察研修会
	9:00	上公	給食サービス事業
	19:30	上公	体育部長会
16日(月)	8:45	大山町	給食ボランティア1日研修
17日(火)	12:30	練中	倉吉市社会福祉大会
	19:30	上公	あたご文化祭実行委員会
18日(水)	19:30	上公	社会部長会
19日(木)	9:30	駒形	主事研修会
20日(金)	19:00	上公	土木交通部長会
21日(土)	19:00	上公	総務部長会
23日(月)	8:30	西中	西中校区少年少女のつどい
26日(木)	13:30	上公	館報編集専門委員会
27日(金)	10:00	上公	なごもう会

認知症予防教室「みんなが元気でおら〜会」

5日、12日、19日、26日(木) 10:00~11:30

公民館教室

アトビクス教室	5日、12日、26日(木)	20:00~
筆文字講座(時間変更)	10日(火)	13:30~
切り絵教室	11日(水)	13:30~
寄せ植え教室	13日(金)	13:30~
あたごイキイキ健康塾	25日(水)	9:30~
人権講演会	28日(土)	19:30~

同好会

絵手紙	第4火曜日	13:30~
囲碁	毎週金曜日	20:00~
カラオケ	第2、3、4水曜日	19:45~
グラウンドゴルフ	毎週月曜日	9:00~
	(上小鴨公民館芝広場)	
	毎週水・金曜日	9:00~
	(福山健康広場(保育園跡地))	

保健だより

[休日健診]のお知らせ

健診を受ける機会の少ない若い人や平日に健診を受けることが難しい人を対象に「休日健診」を実施します。この機会にぜひ健診を受けましょう。

○日にち・場所：**12月5日(土)・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)
- ・肝炎ウイルス検診(40~74歳)

○その他：

*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。

※タッチパネルによる「物忘れ」相談

タッチパネルは1人約5分!!アルツハイマー型認知症が早期に発見できると言われています。早く見つけて、早く治療することで今後の生活を安心して送ることができます。

申し込み・問合せ先

倉吉市保健センター ☎26-5670

上小鴨小学校 11月行事予定

4日(水)	稲刈り
9日(月)	椎茸の植菌、クヌギの植栽
12日(木)	校内マラソン大会
14日(土)	土曜授業

上小鴨保育園 11月のオープンデー

5日、12日、19日、26日(木)です。

天気の良い日は外遊びをします。

☆12日は七五三の袋作りをします。

一緒に作りましょう。お待ちしております。