

高城公民館だより

第357号 2018年(平成30年)1月 高城公民館発行

【所在地】〒682-0642 鳥取県倉吉市上福田480

【開館】平日9:00~17:00(休日・祝日・盆・年末年始を除く) 【TEL】28-0950

【FAX】28-6033 【E-mail】kotakasi@ncn-k.net 【HP】http://www.ncn-k.net/kotakasi/



1月予定

日	曜日	内容(時間・場所)
1日(月)~3日(水)		公民館閉室
5	金	★ふれあい給食(業者弁当)
8	月	成人の日 市成人式式典
9	火	★なごもう会13:30~ ★地区公民館長研10:00~12:00小鴨公 ★民児協定例会19:00~
10	水	★自治公民館初館長会19:00~ ★土木部初部長会19:00~
11	木	★自衛消防団初分団長会19:00~
12	金	★交通安全部初部長会19:00~ ★体育部初部長会19:00~
13	土	★生活文化部初部長会19:00~
15	月	★ブンムルノリ19:00~
18	木	★公民館主事研修会9:30~11:30
19	金	★ふれあい給食(調理...2班)
21	日	★自衛消防団出初式10:00~
23	火	★なごもう会13:30~
29	月	★ブンムルノリ19:00~
31	水	自治協予算総会19:00~

次世代へ受け継ぐ風習 餅つき交流会(12/27)

年の瀬も押し迫り、寒風の吹くあいにくの天候でしたが、公民館の玄関ロビーには寒さを吹き飛ばす熱気と笑顔がありました。

年末と正月の餅つきの理由はそれぞれあり、年末の場合は鏡餅を作るため。鏡餅は歳神様(正月に訪れる神様)に捧げるお供え物。一年を見守って下さる神様に捧げるため、一家総出での餅つきは年末の風物詩になったようです。さて、つきあがった餅は民生委員や福祉協力員の方たちにより、福祉協力員見守り対象者の皆さんのお宅へお届けさせていただきました。鏡餅には歳神様から分け与えていただいた生命力が宿ると言われています。新たな1年の活力をもらうために、ぜひお供えしていただき鏡開きをして食べていただければと思います。



(平成27年餅つき交流会の様子です)

賀正

謹賀新年

新年あけましておめでとうございます。皆さまにはお健やかに初春をお迎えのこととお喜び申し上げます。さて、一昨年10月の中部地震の傷跡もまだ残り、完全な形での復興復旧は年越しとなりましたが、震災を機に、個々の防災意識や地域の防災力を高めるための取り組みが推進されたことにより、地域づくりや人づくり、そして絆づくりの重要性を再認識するきっかけとなり、“災い転じて福となす”の格言とおり、まさに官民挙げて『福興』を実現する中で、地域の活性化に向けた取り組みを充実させるためのご支援をいただければ幸いです。最後になりましたが、地域の皆様のご健勝とご多幸、さらに地区住民の皆様が安全で安心して暮らせる1年になりますよう、重ねて心からお祈りして年頭のご挨拶とさせていただきます。

平成30年 元旦

高城公民館職員一同

募集します! 除雪協力隊員

通学路と高齢者世帯や独居宅の除雪をするために、「除雪協力隊」の隊員を募集します。業務は、除雪機のオペレーターと人力等による作業です。詳細は、班回覧と各自治公民館の総会等で公民館長さんの説明をお聞き下さい。(30~40名が目標です)

自衛消防団 出初式

- 日時 1月21日(日) 午前10時~
- 場所 高城小学校校庭(荒天時は体育館)
- 参加者 全団員



高城公民館管理委員会からのお知らせ

12月29日(金)~1月4日(木)は、年末年始のため、事務室は閉室です。事前に連絡をいただければ貸館はできます。

総成人 倉吉市成人式

成人式をお迎えの皆様、おめでとうございます。多くの人で新成人をお祝いしましょう。

- 期日 1月3日(火)
- 日程 受付:12:30~ 式典:13:30~16:00
①開会 ②国歌斉唱 ③市歌斉唱 ④市民憲章唱和
⑤お祝いの言葉 ⑥新成人抱負を語る ⑦来賓祝辞
⑧保護者からのメッセージ
⑨成人式実行委員会企画 ⑩記念撮影 ⑪閉会
- 会場 倉吉未来中心
- 対象 平成9年4月2日から平成10年4月1日までに生まれた人
- 問合せ 倉吉市教育委員会事務局生涯学習課社会教育係
(☎22-8167)

健診は受けられましたか

健診は受けられましたか?今年度の特定健診・長寿健診・がん検診実施期間は、2/28(水)までです。これらの健診は、生活習慣病の予防やがんの早期発見のためには欠かせません。年に一度は健診を受けて、体のチェックをしましょう。詳細は、班回覧をご覧ください。

休日健診・レディース検診のお知らせ

- 期日 平成30年1月28日(日)
- 会場 倉吉体育文化会館
- 受付 8:00~10:00(全種健康検査・全種がん検診)
13:00~13:30(子宮がん・乳がん・大腸がん)

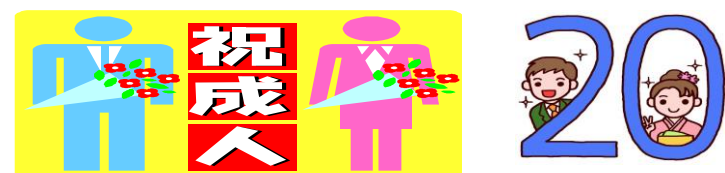
問い合わせ申込先 保健センター ☎26-5670

発令中! 「アルコール飲みすぎ警報」(保健センターだより)

年末年始は飲酒の機会が多くなり、『11月から数えて8回目の忘年会だわいなー』という猛者もいれば、『付き合いだけー、仕方ないがー』と責任転嫁派や『目出たいときは特別だ!』と開き直り派、と言いつつも、多量の飲酒は、間違いなく生活習慣病(高血圧、糖尿病、がん等)のリスクは高まります。皆さんは『カロリー』は知っていても、『ドリンク』という単位は初耳だというお方が多いと思います。飲んだ「酒の量」や「アルコールが体から抜ける時間」を知る目安になるのが『ドリンク』という単位です。

お酒の種類	日本酒(15%)	ウイスキー(40%)	ビール(5%)	チューハイ(7%)	焼酎(25%)	ワイン(12%)
飲酒の量	1合	ダブル1杯	中瓶1本	1缶	1合	グラス1杯
ドリンク換算	2ドリンク	2ドリンク	2ドリンク	2ドリンク	3.5ドリンク	1ドリンク
体から抜ける時間	5時間	5時間	5時間	5時間	9時間	2.5時間

余計なお節介に『言われんでも分かっとうわい!』と怒鳴られそうですが、大トラになり周囲に迷惑をかけたり、二日酔いで自己嫌悪に陥ったりしないよう、何よりも体調の維持管理を意識して、週に2日は休肝日を設けたり、上記の表や適量(2ドリンク以下)を少しは考えて酒を楽しみたいものです。そして、『酒に飲まれないよう』上手に酒を飲み、『酒を人生の楽しみの一つにする』くらいの心にゆとりを持ち、『酒はほろ酔い、花は半開き一つぼみ』と洒落こむのもいいのではないのでしょうか。互いにですけど…。



倉吉市公民館まつり(11/30~12/2)

倉吉未来中心において、第29回倉吉市公民館まつりが開催されました。作品展示の部には、今年も数多く出品していただきました。高城の皆さんの作品は、細やかな裁縫技術が施された洋服や手さげバッグで、鑑賞するだけでなく日常品として重宝する作品でしたので、入場された鑑賞者のみなさんが作品に顔を近づけ、食い入るように見入っておられた姿が印象に残りました。



舞台発表の部は、「子ども銭太鼓クラブ」の皆さんに出演していただきました。『サウスポー』にのせての演技は、華やかさと可憐さを兼ね備え、一段と華やいだステージになり、観衆からは大きな拍手をいただきました。作品を出展し展示を下された皆さん。また、舞台発表をして下さった「子ども銭太鼓クラブ」や指導して下さいました先生方、そしてお忙しいところ展示会場や舞台発表会場に来て下さった地区住民の皆さんには、作品や舞台に華を添えていただきありがとうございました。来年も高城地区の結束力と文化の華が発信できますよう、皆様のご協力とご支援をよろしくお願いいたします。

乳幼児クラブは、1月は天候不順のためお休みですが、開館日は自由に親子で遊びに来ていただいてもよろしいです。お待ちしております。



上米積児童センター

門松を寄贈していただきました

写真のような立派な門松を、寄贈して下さった地域の方がいました。ありがとうございます。

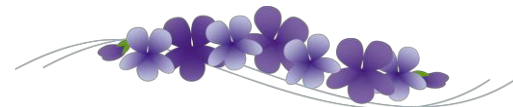


事業報告

ハーバリウムづくりで交流会(12/20)



今!「とってもキレイ」と流行っているハーバリウムを自分で作って、楽しく交流しようと地区内外からたくさんの皆さんが集まってくださいました。可愛いドライフラワーとドライフルーツが入ったハーバリウムを作りながら、気持ちが和むひと時に会話も弾み笑顔の花が咲いた1時間でした。



筆文字講座(12/21)

講師の小林和子さんの巧みな語り口と褒め上手が参加者の皆さんの意欲を引き出し、初めての体験でしたが楽しく筆を走らせる以上に口も滑らかで、時おりジョークを交えての一時は、あっという間に2時間近くにもなっていました。「毛筆が下手で不安だったけど楽しかった」というお方や、早速ご主人さん宛の筆文字年賀状を作成されたお方もありました。また、「今年は一時間かけて筆文字年賀状にしたい」ということで、終了後、講師さんにアドバイスをさせていただくお方もありました。



サークル活動予定(活動場所)

- ・書道教室：毎月1回25日(高城公民館)
- ・すぎなの会：11月~3月までの活動日時(この期間のみ) 毎週土曜日 13:00~16:00(ふれあいセンター)
- ・はなれ舞：毎週火・木曜日(ふれあいセンター)
- ・ちぎり絵：毎月第1月曜日・毎週金曜日(ふれあいセンター) ※第1回が金曜になる日、祝日、1月、8月は休み
- ・ひまわり会：毎月2回(ふれあいセンター)
- ・走ろうサークル(ストレスや運動不足の解消にどうですか) 日時：1月10日(水)・24日(水) 午後8時~9時 集合場所：高城小プール前駐車場 活動場所：高城小学校校庭(体育館) 準備物：運動シューズ、汗拭きタオル、水分補給



高城保育園 わんぱくクラブ 1月予定

- *9日(火) 室内あそび *12日(金) シールあそび
- *16日(火) 雪だるま製作
- *19日(金) 室内あそび *23日(火) ポール遊び
- *26日(金) ふれあいあそび
- *30日(火) 室内あそび
- ※室内あそび…玩具遊び、製作、遊戯室での遊び
- ※戸外あそび…園庭での遊び、散歩など
- 開放日…毎週火・金曜日(た祝日になる日は休み)
- 時間…午前9時30分~11時
- 準備物…必要に応じ、着替え、帽子、タオル、お茶等
- 毎回、絵本の貸し出しを行っています。
- 保育士による育児相談を行っています。
- お気軽にご相談下さい。
- お問い合わせ…高城保育園(☎28-2202)

おめでとうございます(倉吉市社会福祉協議会長表彰)

11月9日に倉吉未来中心で開催された第58回倉吉市社会福祉大会において、高城地区では4名のお方が長年の功績に対して功労者として表彰されましたので、ご紹介させていただきます。

- 民生委員・児童委員功労者として 山崎晴美さん
- 社会福祉活動奉仕功労者として 福有裕美さん 谷本静枝さん 平井靖子さん



泣き寝入りは 悪党たちの思うつぼ その1

倉吉市女性連絡会研修会において、『消費者トラブルに巻き込まれないために』と題して中部消費生活センターの前田さんを講師にお迎えし、消費生活講座が開催されました。その話によると、H28年度に寄せられた相談件数は794件(60歳以上360件)にのぼるが、トラブル全体からすると『氷山の一角』に過ぎないとのこと。そこで、当日のお話や提示された資料を基に、何回かに分けて情報を提供させていただくことにしました。

消費生活センターとは(相談無料・秘密厳守!) ☎22-3000 消費者と事業者間の消費生活に関する相談に応じ、公平な立場でアドバイスや話し合いの調整、情報提供を行い、問題解決のための自主交渉を支援する機関。高齢等の理由で自力での交渉が難しい相談者の場合、センターが相談者と事業者との交渉をあっせんする場合もある。

【件数の多い相談内容 上位3位】

1位	放送・コンテンツ関係(アダルトサイトのワンクリック請求など) …153件
2位	修理・補修関係(屋根修繕工事の契約など) …48件
3位	融資サービス関係(消費者金融・多重債務など) …44件

【年代別の相談内容 上位3位】

	39歳以下	40~59歳	60歳以上
1位	放送・コンテンツ	放送・コンテンツ	放送・コンテンツ
2位	インターネット・通信サービス	融資サービス	修理・補修
3位	融資サービス	インターネット・通信サービス	健康食品

トラブルでお悩みの方はひとりで悩まず、気軽に【中部消費生活センター】へ相談をしてみたいですか。