



## 青谷地区まちづくり協議会

### だより

第26号 令和4年12月発行

事務局：青谷地区公民館内

☎ 0857-37-7420 FAX 0857-85-0155



## 青谷地区まちづくり協議会活動状況

今年度の活動状況を部会ごとにお知らせします。

## 地区安全部会

見回りパトロール 8月7日(日)・8月21日(日)

子どもたちの安全意識の喚起のため、パトロールを行いました。



早朝街頭指導 4月11日(月)・9月27日(火)



防災研修会 9月24日(土)

青谷地区防災指導員の安達典子さんを講師に招き、大切な命を救うため、いざという時のために、救急救命法を学びました。心肺蘇生法とAEDを使用しての蘇生法を体験しました。



## 地区再生部会

青谷地区歴史探訪（長和瀬）、文化財の勉強会（青谷かみじち史跡公園オープンに向けての講演会）を行いました。

ようこそ広場草とり 6月12日(日)

例年は題目塔の草刈りをしていましたが、今年度は公民館との連携活動でようこそ広場の草刈りをしました。



文化財保護活動 10月8日(土)

今年度の地域探訪は、因幡と伯耆の国境近くの村・長和瀬を歩き青谷町ガイドネットワークの松原雅彦さんの案内で川六作の石造、大宝寺等を巡りました。



青谷かみじち史跡公園オープンに向けての講演会 10月22日(土)

来年秋オープン予定の、青谷上寺地遺跡はなにがすごいのか、どんな公園なのか、どんな施設ができるのか？公園準備室の岡野主事から説明を受けました。



## 健康・体育部会

青谷地区大運動会は中止としましたが、健康な体作りにつながる活動を行いました。

のびのび健康教室 毎月第1・第3(金)

Fitness Ja-んぐるの田島美佳さんを講師として、普段使っていない筋肉を目覚めさせ、機能的に動けるカラダづくりをイスに座ってできる運動を中心に行っています。



健康ウォーキング講習会 10月16日(日)

NPO法人「未来」の岸田寛昭さんの指導でポールを使用しているウエルネスウォーキングを体験しました。ウォーキングの7つの効果をお話いただきウォーキングの良さを再認識しました。



適塩講座 12月4日(日)

鳥取市食育推進委員会青谷支部より4名の方を講師として招き、適切な塩分摂取「適塩」についての講話、クイズをしていただきました。実際に減塩の商品など見ることができ大変勉強になりました。



フレイル予防講座 6月29日(火)

明治安田生命保険より、チーフコンシェルジュ佃美智子さんを講師に招き、加齢とともに増す心身の活力低下や健康障害防止のための講習会を開催しました。



花育・フラワー教室 12月11日(日)

くらし花幸(はなこう)の中島鈴香さんを講師に招き、かわいらしいお花を自分らしく生けていきました。子どもも大人も夢中になり楽しい教室となりました。



# 福祉支援部会

集まって楽しむ会がなかなか開けない中でしたが、新しい生活様式に沿って集まりを開かれた町区で出前講座を行いました。

いきいきふれあいサロン出前事業

各町区のいきいきふれあいサロンや老人クラブの集まりに、鳥取社会福祉専門学校講師の鎌谷真里子さんに出向いていただき、レクリエーションをして交流を深める事業を行いました。

7月26日(火) 前町



9月15日(木) 西町



トランポロ・ピックス 7月24日(日)

交流事業として、トランポロ・ピックスインストラクターの磯邊米里さんを講師に招き、ミニトランポリンを使い音楽に合わせて足踏みしたり、ジャンプをしたりして気持ちのいい汗をかきました。



ペタンク 11月5日(土)

子どもと大人の交流事業として、鳥取市ペタンク協会理事森本範昭さんを講師として開催。当日は天候が悪く室内で行いましたが、和気あいあいの雰囲気の中、熱戦が繰り広げられました。



スマホ教室 11月16日・12月14日(水)

基礎編と応用編を行いました。応用編では詐欺被害に合わないよう対策方法を学びました。継続開催を望む声が聞かれました。

基礎編



応用編



## 今後の行事予定

地域づくり講演会 令和5年1月17日(火)14:00~

- ①鳥取市役所本庁舎6階 6-7・8会議室
- ②各総合支所
- ③オンライン視聴

詳しくはチラシでご案内します。皆様の参加をお待ちしています。

お好きな会場でご参加ください。